
Subject: Fin und die Potenzprobleme! Behandlungsansatz mit Erfolg

Posted by [Nutrition](#) on Fri, 22 Jan 2010 22:20:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

bin seit 3 Monaten passiver Leser und nehme seit ~3-4 Monaten Finasterid (Propecia). Ich habe trotz starker Nebenwirkungen (längerfristig absolut nicht tragbar) durchgehalten und einiges versucht, mit Erfolg!

1. Woche 1mg, dann ~2 Monate 0,5mg, seit 4 Wochen 0,25mg.

Nebenwirkungen:

Teils starke Probleme Erektion zu halten oder überhaupt zu bekommen, oft nur mit durchgehender Stimulation machbar. Morgenlatten fast komplett verschwunden. Das Abschwächen der Dosierung hat leider nichts geändert. Sicherlich trägt die Psyche einen Teil dazu bei, allerdings ist sie NICHT der dominierende Faktor.

Vor der Einnahme habe auch ich an diese 2% geglaubt und nicht weiter drüber nachgedacht, dass ich großartig etwas davon merke. Habe mich erst nach dem Auftreten der Nebenwirkungen mit diesen beschäftigt und in diesem Forum mitgelesen.

Komischerweise gab es seltene Zeitpunkte, wo diese Nebenwirkungen kaum bemerkbar waren.

Wie sicher einige bestätigen können, macht einen die Erkenntnis „Haare oder Potenz, beides ist nicht drin“ ziemlich fertig. Habe gerade eine lange Beziehung hinter mir und als Single ein Glück die Möglichkeit, meinem Körper etwas Gewöhnungszeit zu geben.

Nun nach 3 Monaten hat sich nichts gebessert, eher im Gegenteil. Habe mich dann eingehend informiert und mir Zink, L-Arginin und OPC (SEHR wichtig für die Aufnahme von Arginin) bestellt. Ich nehme nun seit 2-3 Wochen 5mg Arginin und 10mg Zink täglich.

Seit einer Woche habe ich absolut keine Probleme mehr meine Erektionen zu halten (täglich mit Skepsis getestet;)) und das obwohl ich mich fast mit dem Absetzen von Fin (oder runter auf 0.1mg) abgefunden hatte und erste L-Arginin Erfolge normalerweise auch erst nach 3-4 Wochen zu erwarten sind.

Ich kann also jedem Fin-User, der ähnliche Probleme hat, nur raten (persönliche Meinung):

- Nicht direkt aufhören, Dosis verringern! Notfalls mit 0,05mg versuchen (wir kennen ja die Studien, 0,05 blockt ähnlich viel wie 1mg), ein Kompromiss ist besser als „ganz oder gar nicht“!

- L-Arginin mindestens 1 Monat testen (2x täglich auf nüchternen Magen +OPC)

- Propeciahelp.com erstmal meiden und dem Körper die Chance geben, sich anzupassen, und in den ersten 6 Monaten keinen psychischen Leistungsdruck aufbauen

Ich hoffe das war keine „Ausnahmewoche“ und ich bin aus der Sache endlich raus. Sollte dies so sein, werde ich wieder 0,5mg versuchen.

Ähnliche Geschichte:

<http://www.hairlosstalk.com/interact/viewtopic.php?f=61&t=45783&p=433827&hilit=+libido#p433827>

Foren die mir geholfen haben:

<http://menshelp.forencity.de/>

<http://www.erektion.de/>

Nebenbei sei erwähnt, dass Tadalafil (Cialis bzw. Tadacip) einen Versuch wert ist. ¼ -1/2 Tablette sollte reichen um alles wieder auszubügeln (z.B. bei nem Date, wo man ohnehin nervös ist). Generic-Infos findet ihr mit den Links.

Noch ein Tip für alle, die nicht allzu oft können oder schlecht durchhalten können, ohne eine hitzige Diskussion anzustoßen;). Dieses Buch uneingeschränkt empfehlenswert und es ist schnell erlernbar: Der Multiorgasmus beim Mann. PC-Muskeltraining-> bessere Kontrolle -> Trockener Orgasmus-> Kaum Absinken der Erektion->Weiter geht's Hat in Fin-freien Zeiten gut funktioniert;), trotz riesen Skepsis.

http://www.amazon.de/Geheimwissen-männlicher-Multi-Orgasmus-Mike-Kleist/dp/392940317X/ref=sr_1_3?ie=UTF8&s=books&qid=1264198535&sr=8-3

Haltet durch!

Liebe Grüße,

Nitrogenius