
Subject: Finasterid+ Muskelaufbau+ NEMs -Testosteron noch höher?!

Posted by [REMOLAN](#) on Thu, 02 Oct 2014 23:01:07 GMT

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

Hey Leute,

da ich ca. März 2014 wieder mal Kopfhautbrennen/Spannen stark hatte, entschied ich mich wieder Finasterid zu nehmen (niedrig dosiert) und KET Shampoo (Lipogaine Big3) und RU58841 nur an der Front.

Schuppen/Rötung hab ich nie gehabt, wenigstens.

Ich hatte immer schon einen hohen Haarwechsel und das ist vermutlich für mich "normal", am Tag etwa 100-120 Haare zu lassen.

Doch das ist nun schon lange in Astronomischen Höhen...

Dennoch bleibe ich am Training dran (lasse mich dabei nicht mehr durch die Haarsorgen bremsen). Bei mir ist Körperfett ca. 11% und beim Training presst es mir die Adern überall raus, Muskelaufbau und vor allem Definition gehen gut voran.

Seit März 2014 bin ich auf RU58841 (ca. 30-40mg für die Front) und seit Mai bin ich langsam wieder auf Fin (angefangen mit 0,25-0,3mg, seit Juli auf 0,4-0,6mg pro Tag 2on 1off). Das KET Shampoo verwende ich seit Juni ca. alle 2 Tage, allerdings verstärkt es nach der Wäsche teilweise das "Brennen" der Kopfhaut und das Shedding ist danach immer recht heftig. Bin skeptisch...

Soviel dazu.

Ich nehme seit Mai allerdings auch ca. 1000-1500mg Curcumin mit Bioperine und MSM 2-4g täglich seit März.

Zum Training jetzt auch noch 2-4mg Arginin täglich. Eisen 30mg nehm ich schon länger alle 2 Tage und seit 2 Monaten auch wieder Biotin (10mg/Tag) verbunden mit einer reichen Ernährung, Glutenarm gehalten und wenig Zucker KH.

Curcumin und etwas auch Arginin sollen ja auch das Testosteron hoch halten und Finasterid bewirkt auch etwas T Erhöhung.

Ich hab aber von Grund auf schon einen grenzwertig hohen Testosteronspiegel (9,2ng/ml -Norm ist 2,5-9,0). Nicht dass das zu hoch wird und dann die Haare noch mehr rieseln davon

Wenn ich mir die Haare gewaschen habe, gehen direkt nach dem Trocknen beim drüberfahren/sanft kämmen noch immer einige (4-5) von Oben aus. Aus dem Donorbereich geht danach so gut wie nie ein Haar aus.

Das ist zwar jetzt nicht so viel wie bei manchen... aber es fühlt sich schon abgefahren viel an. Allein bei der Wäsche geht ein Haufen aus, und sogar nach der 2. Wäsche nach dem Sport heute noch mal 4 Haare von Oben ohne dass ich danach gesucht hätte (die fliegen dann einfach raus wenn ich vorsichtig drüberkämmen).

Dennoch hat die Haardichte kaum abgenommen in den letzten 1,5 Jahren (ich schätze ich hab

ca. 5% weniger Haardichte als damals- ein Wunder eigentlich. Aber einige miniaturisierte Haare sind mir von Oben auch schon ausgefallen- aus dem Donor auch manchmal...).

Meint ihr ich soll einfach abwarten und Fin weiter nehmen?
Ist Curcumin eine gute Ergänzung? (ich habe ein gutes Gefühl, wegen den Entzündungen.. die werden weniger durch das Curcumin).

Und wenn KET tw. Brennen verstärkt, sollte ich vielleicht auf ein Pirocton Olamin Shampoo umsteigen?

LG Remolan