

---

Subject: Krafttraining = mehr Androgenrezeptoren = mehr HA ?

Posted by [gerhard1988](#) on Sun, 24 Jan 2016 18:40:52 GMT

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

---

Hallo Zusammen,

das Thema Krafttraining und Haarausfall wurde im Forum bereits diskutiert. Es wurde dabei immer aus Sicht der erhöhten Testosteronproduktion betrachtet. Sprich ob durch die erhöhte Testosteronproduktion durch Krafttraining auch mehr DHT produziert wird und entsprechend mehr HA stattfindet. Hier im Forum als auch andere Quellen sehen die erhöhte Testosteronproduktion jedoch als vernachlässigbar in Bezug auf HA an womit Krafttraining demnach keinen HA verursacht.

Ich möchte das Thema jedoch von einer anderen Seite beleichten und will folgende Hypothese zur Diskussion stellen:

Krafttraining erhöht die Anzahl bzw. die Dichte der Androgenrezeptoren. Haarausfall wird durch das Andocken von DHT an den Androgenrezeptoren verursacht. Je mehr Androgenrezeptoren desto mehr Haarausfall.

Verursacht also Krafttraining mehr Haarausfall bzw. lässt es AGA schneller voranschreiten?

Ich freue mich über euren Input