

---

Subject: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???

Posted by [Christian24](#) on Sun, 01 Jun 2008 20:47:57 GMT

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

---

Is nur mal so ein Gedankenspiel von mir!

Die 3 Wochen On 1 Woche Off bei Fin wird ja angewendet um der Upregulation vorzubeugen!

Durch die 1 Woche absetzen, entsteht ja sicher wieder ein wenig DHT, was ja der größte Gegenspieler von Östrogen ist!

Lässt sich dadurch nicht der Anstieg des Östrogenwertes ein wenig verhindern??

Was denken die Experten?

---

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???

Posted by [Fritz Fantom](#) on Mon, 02 Jun 2008 22:28:50 GMT

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

---

Ich versteh nicht, warum auf einmal alle Östrogen senken wollen, wo doch gar nicht fix geklärt ist ob es sich positiv oder schlecht auswirkt

---

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???

Posted by [Amsch](#) on Tue, 03 Jun 2008 10:48:17 GMT

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

---

Fritz Fantom schrieb am Die, 03 Juni 2008 00:28Ich versteh nicht, warum auf einmal alle Östrogen senken wollen, wo doch gar nicht fix geklärt ist ob es sich positiv oder schlecht auswirkt

In diesem Thread gibts viele Fakten, die dafür sprechen (Irgendwo auch eine Studie, glaub ich =/)

Bei mir scheint's auch der Fall gewesen zu sein.

---

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???

Posted by [Christian24](#) on Tue, 03 Jun 2008 11:33:53 GMT

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

---

Mein Gedanke ist, dass man damit dem extremen Anstieg von Testosteron und Östrogen, wie es bei manchen der Fall ist, zumindest ein bisschen entgegenwirken kann, oder nicht?

Der Körper hat ja zumindest immer 1e Woche Zeit im Monat, seinen Hormonhaushalt wieder in die Reihe zu bringen und das ist schon mal besser als nichts!!!

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???  
Posted by [Fritz Fantom](#) on Tue, 03 Jun 2008 16:23:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Amsch schrieb am Die, 03 Juni 2008 12:48Fritz Fantom schrieb am Die, 03 Juni 2008 00:28Ich versteh nicht, warum auf einmal alle Östrogen senken wollen, wo doch gar nicht fix geklärt ist ob es sich positiv oder schlecht auswirkt

In diesem Thread gibts viele Fakten, die dafür sprechen (Irgendwo auch eine Studie, glaub ich =/)

Bei mir scheint's auch der Fall gewesen zu sein.

Boa das ist mühsam sich durch diesen englischen Text zu kämpfen.

Aber Christian, wenn er Östrogen bekämpfen will dann muss er ja theoretisch wie aus der Pistole geschossen wissen warum Östrogen schlecht ist?

---

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???  
Posted by [Christian24](#) on Tue, 03 Jun 2008 16:33:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Fritz Fantom schrieb am Die, 03 Juni 2008 18:23Amsch schrieb am Die, 03 Juni 2008 12:48Fritz Fantom schrieb am Die, 03 Juni 2008 00:28Ich versteh nicht, warum auf einmal alle Östrogen senken wollen, wo doch gar nicht fix geklärt ist ob es sich positiv oder schlecht auswirkt

In diesem Thread gibts viele Fakten, die dafür sprechen (Irgendwo auch eine Studie, glaub ich =/)

Bei mir scheint's auch der Fall gewesen zu sein.

Boa das ist mühsam sich durch diesen englischen Text zu kämpfen.

Aber Christian, wenn er Östrogen bekämpfen will dann muss er ja theoretisch wie aus der Pistole geschossen wissen warum Östrogen schlecht ist?

Versteh nicht ganz wie du das meinst?

---

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???  
Posted by [Fritz Fantom](#) on Tue, 03 Jun 2008 16:43:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Du willst Östrogen senken.

Meine Frage: Warum?

---

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???

Posted by [Mink](#) on Tue, 03 Jun 2008 16:45:34 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Die, 03 Juni 2008 13:33 Mein Gedanke ist, dass man damit dem extremen Anstieg von Testosteron und Östrogen, wie es bei manchen der Fall ist, zumindest ein bisschen entgegenwirken kann, oder nicht?

Der Körper hat ja zumindest immer 1e Woche Zeit im Monat, seinen Hormonhaushalt wieder in die Reihe zu bringen und das ist schon mal besser als nichts!!!

Denke schon, dass da was dran ist. Ganz allgemein ist doch der Testo/Östrogenanstieg eine der NW. Bei 3on/1off haben wir auf jeden Fall eine Dosisreduzierung um 25%. Ob man es nun so macht und / oder Fin nur noch deutlich kleiner 1mg nimmt, in Bezug auf NW kann es nicht schaden. Und wie ja schon oft in der Grafik gesehen, dürfte die gewünschte Wirkung keinen Schaden nehmen.

---

Subject: Re: 3 Wochen On/Off = Weniger Östrogen???

Posted by [Christian24](#) on Tue, 03 Jun 2008 16:55:17 GMT

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

---

Es geht mir nicht nur ums Östrogen!

Ich glaub einfach, dass es für den Körper nicht schlecht ist, wenn er ein paar Pausen bekommt!

Außerdem kommt mir vor, dass durch Fin sich meine Brust ein wenig vergrößert hat! Keine Gyno, eine kleine Lipo! Und das wird vermutlich durch das + an Östrogen passiert sein! Generell hab ich ein paar Kilo zugenommen!

---