
Subject: NW libido/erektion - was sollte man tun?

Posted by [hairforgirls](#) on Wed, 12 Nov 2008 13:36:44 GMT

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

hallo! nach 8 wochen fin (wirkung auf haarausfall sehr gut!!!) merke ich erektionsprobleme. erektion ist nicht mehr so richtig hart, bricht schnell mal zusammen. morgenerektion ist nicht mehr da, auch sonst ist der sexualtrieb etwas geschrumpft.

was sollte ich nun tun:

1. noch abwarten und weiternehmen? es heisst ja oft, NW werden nach gewisser zeit trotz weitereinnahme wieder geringer oder verschwinden.

2. sofort komplett absetzen und aufhören -> haarausfall setzt wieder ein. depressionen kommt wieder.

3. es mit 0,5 mg weiterprobieren und schauen, ob sich NW bessern.

4. noch eine andere frage: was haltet ihr von seiten wie www.propeciahelp.com , wo behauptet wird, man kann für libido und erektion bleibende schäden bekommen? es muss doch aber nach absetzen irgendwann wieder der normale hormonhaushalt hergestellt sein. wo sollen denn dann noch die NW auf die libido bzw. erektion herkommen? es wird doch nichts mechanisch beschädigt am schwellkörper... ist mir eigentlich nicht erklärbar, warum da was bleiben sollte. eine frau bekommt auch nach absetzen der pille noch kinder. muss man sich wegen derartiger behauptungen verrückt machen? ich meine, jeder arzt und experte sagt, die NWS sind nach absetzen irgendwann wieder verschwunden.

danke für eure erfahrungen. aber bitte spart euch wenn es geht dramtisierende antworten, die auf keinen richtige medizinischen fakten beruhen. es stiftet sonst nur ungewollte panik bei allen, die sowas lesen.

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?

Posted by [knopper22](#) on Wed, 12 Nov 2008 13:57:27 GMT

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

hairforgirls schrieb am Mit, 12 November 2008 14:36

2. sofort komplett absetzen und aufhören -> haarausfall setzt wieder ein. depressionen kommt wieder.

diese Option stellt sich mir z.B. nicht mehr, Kamm bleibt leer musst du halt wissen

hairforgirls schrieb am Mit, 12 November 2008 14:36

3. es mit 0,5 mg weiterprobieren und schauen, ob sich NW bessern.

Könnte was bringen, probieren halt!

hairforgirls schrieb am Mit, 12 November 2008 14:36

4. noch eine andere frage: was haltet ihr von seiten wie www.propeciahelp.com , wo behauptet wird, man kann für libido und erektion bleibende schäden bekommen? es muss doch aber nach absetzen irgendwann wieder der normale hormonhaushalt hergestellt sein. wo sollen denn dann noch die NW auf die libido bzw. erektion herkommen? es wird doch nichts mechanisch beschädigt am schwellkörper... ist mir eigentlich nicht erklärbar, warum da was bleiben sollte. eine frau bekommt auch nach absetzen der pille noch kinder. muss man sich wegen derartiger behauptungen verrückt machen? ich meine, jeder arzt und experte sagt, die NWs sind nach absetzen irgendwann wieder verschwunden.

eben.

Jetzt kommt bestimmt wieder "Pille lässt sich nicht mit Fin vergleichen."

Ich meine ohhh doch! Natürlich greift auch die Pille in den Hormonhaushalt ein, und das nicht wenig. Viele Frauen haben auch NW's.

Was die dann meistens machen?

Ganz einfach ne andere nehmen, und die NW's sind meistens weg. Gibt ja an die 30 verschiedene.

Sone Option gibts bei Fin leider nicht
wäre ja auch zu schön ...

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [hairforgirls](#) on Wed, 12 Nov 2008 14:36:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

..und was ist mit diesen komische geschichten von irreversibler impotenz? wie gesagt, es wird doch nach absetzen alles wieder wie vorher im hormonhaushalt. und eer schwellkörper kann doch nicht schaden nehmen von der fin-einnahme...

(übrigens sind frauen oft auch "trockener" unter der pille)

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Amsch](#) on Wed, 12 Nov 2008 14:39:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Probier mal Dosis verringern (bezweifle aber dass das was bringen wird).

Wenn nicht, entweder damit leben oder (meine Empfehlung) absetzen und Alternativen aufsuchen =/.

amsch

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [knopper22](#) on Wed, 12 Nov 2008 14:53:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Amsch schrieb am Mit, 12 November 2008 15:39 Probier mal Dosis verringern (bezweifle aber dass das was bringen wird).

Wenn nicht, entweder damit leben oder (meine Empfehlung) absetzen und Alternativen aufsuchen =/.

amsch

und was ist der Grund für deine Zweifel? Man muss nur weit genug runter gehn, dann ist durch die Halbwertszeit nur noch ganz wenig Fin dauerhaft im Körper!
Jo klar Enzyme sind geblockt, jedoch nicht mehr komplett alle des Typ 2's so meine Meinung!

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Foxi](#) on Wed, 12 Nov 2008 15:13:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

6-monatige Behandlung Haare auf 5 cm²
Placebo (wirkstofffrei) minus 7 Haare
0,01 mg Finasterid minus 3 Haare
0,2 mg Finasterid plus 61 Haare
1 mg Finasterid plus 77 Haare
5 mg Finasterid so effektiv wie 1mg

http://www.schilddruesenpraxis.de/lexpr_bro-aa.shtml

würde 0,2mg -0,5 versuchen

bei den meisten ist das Libido Problem nur Anfangs
war bei mir damals auch, nach 6 Monaten absolut keine Probleme mehr!

Foxi

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [knopper22](#) on Wed, 12 Nov 2008 15:39:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Foxi schrieb am Mit, 12 November 2008 16:136-monatige Behandlung Haare auf 5 cm2
Placebo (wirkstofffrei) minus 7 Haare
0,01 mg Finasterid minus 3 Haare
0,2 mg Finasterid plus 61 Haare
1 mg Finasterid plus 77 Haare
5 mg Finasterid so effektiv wie 1mg

http://www.schilddruesenpraxis.de/lexpr_bro-aa.shtml

würde 0,2mg -0,5 versuchen

bei den meisten ist das Libido Problem nur Anfangs
war bei mir damals auch, nach 6Monaten absolut keine Probleme
mehr!

Foxi

so ist es meistens ja

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Foxi](#) on Wed, 12 Nov 2008 15:59:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

knopper22 schrieb am Mit, 12 November 2008 16:39Foxi schrieb am Mit, 12 November 2008
16:136-monatige Behandlung Haare auf 5 cm2
Placebo (wirkstofffrei) minus 7 Haare
0,01 mg Finasterid minus 3 Haare
0,2 mg Finasterid plus 61 Haare
1 mg Finasterid plus 77 Haare
5 mg Finasterid so effektiv wie 1mg

http://www.schilddruesenpraxis.de/lexpr_bro-aa.shtml

würde 0,2mg -0,5 versuchen

bei den meisten ist das Libido Problem nur Anfangs
war bei mir damals auch, nach 6Monaten absolut keine Probleme

mehr!

Foxi

so ist es meistens ja

und übrigens meine Erfahrung zeigt mehr Fin ist nicht besser
alles probiert von 2x1,25mg bis zu 5mg täglich

die Haare wurden nur strohig und der HA nur stärker

0,2-1mg reichen völlig aus würde den Mittelweg 0,5mg versuchen
wirkt wahrscheinlich keinen Deut schlechter als 1mg

dieser mit aller Gewalt DHT Senkungswahn hat mich nur unendlich viele Haare gekostet
schönen Dank noch an einen ehemaligen Forum Users

Foxi

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Cynic](#) on Wed, 12 Nov 2008 17:04:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Foxi

Ich habe mir gestern auch mal die Mühe gemacht über Pubmed ect ein paar Abstracts über Fin und Dut zu lesen. Komischerweise war dort immer das Ergebnis, je höher die Dosierung, desto mehr Haare. Also irgendwie würde ich deine Tabelle aus dem Link hinterfragen bzw nicht sofort glauben (dein Problem ist ohnehin, dass du immer sofort alles glaubst).

Darüberhinaus hat zB bei Frauen in 9 von 12 Fällen nur die 5mg Fin-Dosis etwas in Bezug auf Alopezie und Akne gebracht. 1mg war das nutzlos.

1mg scheint aber der beste Mittelweg zwischen erwünschter Wirkung und Nebenwirkungen zu sein.

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 12 Nov 2008 17:05:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

... das ist das Problem mit dem Internet Foxi.. nicht alles glauben was man liest!

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?

Posted by [Foxi](#) on Wed, 12 Nov 2008 17:22:31 GMT

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

Cynic schrieb am Mit, 12 November 2008 18:04@ Foxi

Ich habe mir gestern auch mal die Mühe gemacht über Pubmed ect ein paar Abstracts über Fin und Dut zu lesen. Komischerweise war dort immer das Ergebnis, je höher die Dosierung, desto mehr Haare. Also irgendwie würde ich deine Tabelle aus dem Link hinterfragen bzw nicht sofort glauben (dein Problem ist ohnehin, dass du immer sofort alles glaubst).

Darüberhinaus hat zB bei Frauen in 9 von 12 Fällen nur die 5mg Fin-Dosis etwas in Bezug auf Alopezie und Akne gebracht. 1mg war das nutzlos.

1mg scheint aber der beste Mittelweg zwischen erwünschter Wirkung und Nebenwirkungen zu sein.

ich glaub nix und auch diese Grafiken sind Blödsinn
grade bei Dut wer hat das getestet keine Sau
das sind theoretische Werte über DHT Senkung
blos kein Aas weis wie das hormonsystem reagiert
Testo-Östrogen usw.....

das war alles Erfahrung am eigenen körper

z.b 2x1,25mg Fin die Haare wurden Knochen trocken
stumpf-brüchig und Haarausfall stark angestiegen
"Haare Krank" das selbe wie unter Dut

mit der Dosis von 1,25mg waren die Haare Super Gesund

und bei den Frauen
das ist kein Beispiel weil fast keine Erfolg mit Fin hat
bzw. nur sehr sehr wenige Studien-Versuche gemacht wurden
es wird lediglich vermutet das Frauen mit 5mg profitieren
blos wer glaubt das?

Foxi

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?

Posted by [Foxi](#) on Wed, 12 Nov 2008 17:30:50 GMT

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

Ka\$h schrieb am Mit, 12 November 2008 18:05... das ist das Problem mit dem Internet Foxi..
nicht alles glauben was man liest!

stimmt

ich nehm Fin zur Zeit nur noch alle 3Tage
Minox 1x

hab festgestellt das nach Dut als ich 20Tage kein Fin mehr genommen hab meine Haare deutlich
Gesünder wurden
hab dann wieder mit Fin begonnen und die Haare wurden wieder
wie Stroh scheinbar zu früh wieder angefangen

der im Amiboard scheint recht zu haben nach Dut sollte man
3-6 Monate keine DHT Hemmer mehr nehmen der Körper muß sich erst wieder Reseten
zuviel DHT senken und die Haare sehn aus wie verbrannt
oder es ist Östrogen weis der Geier
Pepe ging es ja auch so

Foxi

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [knopper22](#) on Wed, 12 Nov 2008 18:29:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Foxi schrieb am Mit, 12 November 2008 18:30Ka\$h schrieb am Mit, 12 November 2008 18:05...
das ist das Problem mit dem Internet Foxi.. nicht alles glauben was man liest!

stimmt

ich nehm Fin zur Zeit nur noch alle 3Tage
Minox 1x

hab festgestellt das nach Dut als ich 20Tage kein Fin mehr genommen hab meine Haare deutlich
Gesünder wurden
hab dann wieder mit Fin begonnen und die Haare wurden wieder
wie Stroh scheinbar zu früh wieder angefangen

der im Amiboard scheint recht zu haben nach Dut sollte man
3-6 Monate keine DHT Hemmer mehr nehmen der Körper muß sich erst wieder Reseten
zuviel DHT senken und die Haare sehn aus wie verbrannt
oder es ist Östrogen weis der Geier
Pepe ging es ja auch so

Foxi

Jo aber wachsen tun sie doch oder?

Und warum wie Stroh, weil sie nicht mehr verfetten oder wie? Das würde ja bedeuten man hat einzig und allein wegen den Androgenen fettige Haare?

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?

Posted by [Cynic](#) on Wed, 12 Nov 2008 18:39:18 GMT

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

Foxi schrieb am Mit, 12 November 2008 18:22
ich glaub nix und auch diese Grafiken sind Blödsinn
grade bei Dut wer hat das getestet keine Sau
das sind theoretische Werte über DHT Senkung
blos kein Aas weis wie das hormonsystem reagiert
Testo-Östrogen usw.....

Ja, da gebe ich dir voll und ganz Recht. Die Auswirkungen von Dut auf AGA ist (noch) nicht genau genug untersucht worden. Lediglich eine 24 wöchige Herstellerstudie, die zeigte je mehr Dut eingenommen wurde, desto besser die Ergebnisse. Und einige viel zu kleine Studien, die es strenggenommen nicht wert sind, Studie genannt zu werden.

Allerdings, Finasterid wurde schon deutlich besser im Bezug auf Haarausfall durchleuchtet. Ergebnis: 5mg/Tag (mehr wurde nicht genommen) schnitt am Besten ab. Warum dann Merck nur 1mg-Tabts gepresst hat, mag daran liegen, dass bei höheren Dosierungen viel zu häufig Potenzprobleme auftraten. Und ein HA-Mittel das Impotent (wenn auch nur temporär) macht, hätte sich nicht verkauft.

Foxi schrieb am Mit, 12 November 2008 18:22
das war alles Erfahrung am eigenen körper

Bitte erläutere mir mal ganz genau deine Vorgehensweise. Wie kannst du behaupten das und das ist definitiv Schuld. Du wechselst doch schon seit über 2 Jahren, wenn nicht sogar länger, fast jeden Tag dein Regimen. 2 Wochen Dut, 2 Tage Fin-Dut, 3 Minuten nur Fin, bei Minox dasselbe Spiel. Also wie viel sind deine Erfahrungen wert? Hast du denn jemals den Steady State von Fin oder Dut erreicht?

Foxi schrieb am Mit, 12 November 2008 18:22
und bei den Frauen
das ist kein Beispiel weil fast keine Erfolg mit Fin hat
bzw. nur sehr sehr wenige Studien-Versuche gemacht wurden
es wird lediglich vermutet das Frauen mit 5mg profitieren
blos wer glaubt das?

Nö, nur die wenigsten Frauen scheinen ein Androgenproblem (besser gesagt, zu aktive 5a-Reduktase) im Bezug auf ihre Haare zu haben.

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17454167?ordinalpos=17&am p;am p;am p;itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_DefaultReportPanel.Pubmed_RVDocSum

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Cynic](#) on Wed, 12 Nov 2008 18:46:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Außerdem Foxi: Dutasteride nehmen einige Prostata-Patienten schon seit Jahren. Auch in den klinischen Studien dazu, wurde Haarausfall nie erwähnt als mögl. Nebenwirkung. Komisch oder?

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Foxi](#) on Wed, 12 Nov 2008 19:02:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cynic schrieb am Mit, 12 November 2008 19:46Außerdem Foxi: Dutasteride nehmen einige Prostata-Patienten schon seit Jahren. Auch in den klinischen Studien dazu, wurde Haarausfall nie erwähnt als mögl. Nebenwirkung. Komisch oder?

das ist eben wonach ich selber schon vergeblich gesucht hab
man findet nix wie es denen geht in Punkto Haare
vielleicht weil es meistens ältere sind die eh keine mehr haben??
oder eben keine AGA haben und drauf nicht so reagieren??

Fakt ist, es gibt zahlreiche Dut Anwender denen es die Haare vom Kopf gefegt hat
die meisten Berichten zuerst Hinterkopf dann die Front
dann shedding rundum und das so lang man es nimmt

war bei mir genau so

vermutlich löst Dut ein Telogenes Efluvium aus
und das kann dauern bis sich das wieder legt

ich bereue den Tag je irgendwas anderes als Fin genommen zu haben!

Foxi

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [knopper22](#) on Wed, 12 Nov 2008 19:24:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cynic schrieb am Mit, 12 November 2008 19:39

...
Nö, nur die wenigsten Frauen scheinen ein Androgenproblem (besser gesagt, zu aktive 5a-Reduktase) im Bezug auf ihre Haare zu haben.

Jup, sag ich ja! Is ja auch ganz logisch.
Was mich das nochmal intressieren würde, ist das Verhältnis zu Männern. Also weils ja immer heißt Frauen haben auch DHT, nur eben ganz wenig. Wie ist da das Verhältnis? Schätze mal so bei Männern 100 mal mehr, könnte das hinhauen?

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [hairforgirls](#) on Wed, 12 Nov 2008 19:52:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

die frage war: NW libido/erektion - was sollte man tun?

erstmal weitermachen und schaun oder komplett absetzen?

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Cynic](#) on Wed, 12 Nov 2008 20:09:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde dir raten, es weiterzunehmen. Die Chance besteht, dass deine Libido-Probleme verschwinden oder auf ein erträgliches Maß verbessert werden.
Sollte sich in 4 Monaten nicht ändern, und es dich stört, hast du es mit Fin wenigstens versucht und kannst behaupten, dass Fin dich einschränkt.

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Foxy](#) on Wed, 12 Nov 2008 20:37:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cynic schrieb am Mit, 12 November 2008 21:09Ich würde dir raten, es weiterzunehmen. Die Chance besteht, dass deine Libido-Probleme verschwinden oder auf ein erträgliches Maß verbessert werden.
Sollte sich in 4 Monaten nicht ändern, und es dich stört, hast du es mit Fin wenigstens versucht und kannst behaupten, dass Fin dich einschränkt.

seh ich genau so
eventuell ne Zeitlang 0,5mg nehmen und dann steigern wenn
sich die Libido NW abschwächt oder ganz verschwindet

Foxi

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [bmwstar481](#) on Fri, 14 Nov 2008 13:50:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann die Berichte anderer bestätigen. Zwar hatte ich keine ernsthaften Libido-Probleme, aber das Spermamenge hat sich mit der Fineinnahme zu Beginn etwas reduziert.

Jetzt nach einem halben Jahr ist wieder alles normal wie früher.

Das Fin hat in Endeffekt doch da gewirkt wo es wirken soll, nämlich auf dem Kopf! Vor ein paar Tagen sind mir Bilder vom Mai/Juni dieses Jahres in die Hände gefallen, und ich war schockiert wie dünn meine Haare zu dem Zeitpunkt noch waren. Zwar ist es noch kein Durchschlagendes Erfolgserlebnis, aber zumindest sind die Geheimratsecken etwas kleiner, die Haare auf dem Oberkopf wieder fülliger, und die Nebenwirkungen verschwunden.

Insofern würde ich einfach mal abwarten. Wenn sich nach einem halben Jahr auch nichts verändert oder verbessert hat würde ich es tatsächlich absetzen.

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [Rebel](#) on Sat, 15 Nov 2008 12:31:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Einerseits sagst du, dass bei dir wirkt, andererseits willst du es eventuell in einem halben Jahr absetzen ...

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [bmwstar481](#) on Sat, 15 Nov 2008 14:50:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rebel schrieb am Sam, 15 November 2008 13:31Einerseits sagst du, dass bei dir wirkt, andererseits willst du es eventuell in einem halben Jahr absetzen ...

Nein, ich habe mich undeutlich ausgedrückt. Ich meinte ich hätte es abgesetzt wenn nach einem halben Jahr keine Wirkung da gewesen wäre. Aber da es sich unter dem Strich positiv

ausgewirkt hat werde ich es weiter nehmen.

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [knopper22](#) on Sat, 15 Nov 2008 17:51:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bmwstar481 schrieb am Fre, 14 November 2008 14:50Ich kann die Berichte anderer bestätigen. Zwar hatte ich keine ernsthaften Libido-Probleme, aber das Spermamenge hat sich mit der Fineinnahme zu Beginn etwas reduziert.

Jetzt nach einem halben Jahr ist wieder alles normal wie früher.

genau war bei mir auch so ähnlich! So leicht lassen sich nun mal "natürlich Triebe" nicht ausschalten und sind eben nicht nur von einem einzigen Hormon abhängig! Der Körper passt sich da schon perfekt an! Würd sagen bei den meisten ist es am Anfang evt. so heftig, dass sie es dann gleich lassen, anstatt es erstmal durchzuziehen und zu warten!
Naja bei ner aggressiven ist dann eben nach nem halben Jahr die Platte perfekt, dann nützt einem die Potenz auch nicht mehr viel!

Aber was solls muss jeder selber wissen.

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [eragon](#) on Sat, 15 Nov 2008 18:33:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde wenigstens ein halbes Jahr probieren. Wenn die Flinte dann noch immer im Korn liegt, schmeiß das Fin hinterher. Ich selbst habe keine Einschränkungen mit Fin - eher gegenteilig .

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [knopper22](#) on Sat, 15 Nov 2008 18:38:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

eragon schrieb am Sam, 15 November 2008 19:33Ich würde wenigstens ein halbes Jahr probieren. Wenn die Flinte dann noch immer im Korn liegt, schmeiß das Fin hinterher. Ich selbst habe keine Einschränkungen mit Fin - eher gegenteilig .

Naja gut gegenteilig ist eher der Optimalfall. Bei mir geht es eben sag ich mal!

Subject: Re: NW libido/erektion - was sollte man tun?
Posted by [eragon](#) on Sat, 15 Nov 2008 23:07:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach einem 1/2 Jahr eben abwägen - individuell!
