
Subject: Meine Blutwerte II

Posted by [Helveticus](#) on Sun, 29 Mar 2009 11:50:37 GMT

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

Hallo,

ich habe jetzt die Werte meiner zweiten Blutuntersuchung bekommen. Es sind eigentlich alle Werte gut, einige sogar sehr gut. Nur zwei Werte sind sehr schlecht.

- Vitamin D3 habe ich 41.0 nmol/L. Normbereich wäre 75 - 175 nmol/L. Durch meinen Vitamin D3 Mangel wird ein Parathormon ausgeschüttet, habe ich gelesen, das dazu führt, dass Calcium im Serum erhöht ist, was bei mir der Fall ist. Vitamin D3 wird ja v.a. durch die Sonne gebildet, durch Nahrung wird da ja fast nichts aufgenommen. Ich bin zwar nicht viel an der Sonne, aber schon komisch, dass ich dann gleich einen so tiefen Wert habe.

Naja, ich werde das jetzt mit einer Vitaminmischung kompensieren.

- Immunglobulin E habe ich 605 kU/L. Normbereich wäre < 100 kU/L. Ich habe also fast 6x zu viel. Das macht mir jetzt schon ein wenig Sorgen. Das ist ja ein Antikörper und deutet meistens auf eine Allergie hin.

Hat da jemand Erfahrungen oder kann dazu was sagen? Kann das was mit dem Haarausfall zu tun haben?

Subject: Re: Meine Blutwerte II

Posted by [Improvement](#) on Sun, 29 Mar 2009 12:17:45 GMT

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

Ich verstehe auch irgendwie nicht, warum diese Werte überhaupt abgenommen wurden. Machen lassen solltest Du Testosteron, DHEA, SHBG, TSH, Eisen, Zink und Biotin. Alles andere würde ich nicht machen lassen.

Subject: Re: Meine Blutwerte II

Posted by [Helveticus](#) on Thu, 02 Apr 2009 20:39:23 GMT

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

TSH, Eisen und Zink hatte ich bereits früher bestimmen lassen, war alles in Ordnung.

Hier noch die Hormonwerte:

- DHEA-S habe ich 7.9 umol/L, Normbereich: 2.57 - 17.36 umol/L

- SHBG habe ich 57 nmol/L, Normbereich: 12 - 75 nmol/L

- Estradiol habe ich 74 pmol/L, Normbereich <198 pmol/L
- Testosteron gesamt habe ich 30.7 nmol/L, Normbereich 9.30 - 37.0 nmol/L
- Testosteron frei habe ich 958 pmol/L, Normbereich: 169 - 502 pmol/L

Die Hormonwerte sind ja eigentlich in Ordnung, das ich viel zu viel freies Testosteron habe, ist mir aber erst jetzt aufgefallen.

Kann das vom Fin kommen und ist das schlecht? So weit ich weiss, kann zu viel Testosteron auch Haarausfall auslösen.

Subject: Re: Meine Blutwerte II
Posted by [Cynic](#) on Thu, 02 Apr 2009 22:22:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn freies Testosteron wirklich schädlich fürs Haar wäre, hätte kein Pro-BB der Welt mehr Haare auf der Rübe. Es ist ganz anders: Sie haben meist besseres Haar als die stressgeplagten, Fast-Food-fressenden Normalos. Und die haben noch mal 10..50x höhere Werte als du.

Sehr viele AGA-Geplagte haben lediglich mittleres - niedriges Testosteron

Subject: Re: Meine Blutwerte II
Posted by [stef84](#) on Fri, 03 Apr 2009 08:42:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du hast halt viel Testosteron und dazu einen relativ niedrigen SHBG-Spiegel, im Verhältniss zum T. Ergo ergibt das viel freies Testosteron.

Ideal ist das sicher nicht für den HA, weil SHBG auch das DHT bindet und damit unschädlich macht. Aber da würde ich mir jetzt keine Gedanken machen. Fürs allgemeine Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit etc. ist freies T immer gut. Und allgemein sind diese Werte doch top!

Und das mit den Pro-BB. Die pumpen sich doch fast alle Fin oder Dut rein, weil ihnen durch das Dauergestoffe die Haare ohne Ende rieseln. Natürlich nicht bei allen, manche haben dahingehend gute Gene. Aber HA ist bei T-Kuren immer ein Thema! Und es gibt keinen Pro-BB, der nicht dopt! Meine Meinung!

Subject: Re: Meine Blutwerte II
Posted by [Cynic](#) on Fri, 03 Apr 2009 09:29:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schwarzenegger, Ferrigno, Mentzer, Schlierkamp, Coleman, Cutler und co nehmen/nahmen keine DHT-Hemmer. Wie sollten sie sonst ihren niedrigen KFA erreichen. DHT ist stark lipolytisch.

Aber ihr habt Recht, die Gene sind entscheidend.

Subject: Re: Meine Blutwerte II
Posted by [Helveticus](#) on Fri, 03 Apr 2009 11:57:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also meint ihr, dass mein zu hohes freies Testosteron kein Problem ist, ich also nicht dagegen unternehmen muss?

Komisch ist nur, dass ich gar nicht so männlich ausschaue, d.h. ich habe kaum Bartwuchs und auch sonst eine spärliche Körperbehaarung (auf der Brust gar keine Haare z.b.). Zudem bin ich auch nicht muskulös und kann nur sehr schwer Muskeln aufbauen. Komisch, nicht?

Subject: Re: Meine Blutwerte II
Posted by [stef84](#) on Fri, 03 Apr 2009 14:50:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Helveticus schrieb am Fre, 03 April 2009 13:57Also meint ihr, dass mein zu hohes freies Testosteron kein Problem ist, ich also nicht dagegen unternehmen muss?

Komisch ist nur, dass ich gar nicht so männlich ausschaue, d.h. ich habe kaum Bartwuchs und auch sonst eine spärliche Körperbehaarung (auf der Brust gar keine Haare z.b.). Zudem bin ich auch nicht muskulös und kann nur sehr schwer Muskeln aufbauen. Komisch, nicht?

Mit Körperbehaarung muss ein hoher Testosteronspiegel nichts zu tun haben. Mit dem Muskelaufbau...

Trainierst du regelmäßig? Denn ohne das bringt das alles nichts!

Und ändern kannst du eh nichts dran!
Aber viel T ist nicht schlecht, eher das Gegenteil!
