

---

Subject: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [HansWursti](#) on Tue, 03 Nov 2009 18:41:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Ich habe folgende Frage und hoffe, die Experten hier können sie beantworten:  
Ich bin jetzt vor einer Woche 20 Jahre alt geworden und habe leichte Geheimratsecken. Ich würde den Haarausfall gerne vorbeugen, also hab ich mich für Sägepalmextrakte entschieden, da dort die Nebenwirkungen gering und die Dosierung nicht so stark sein sollen. Jetzt ist allerdings meine Frage, wie sich die Hemmung des DHT auf mein Muskelwachstum auswirkt. Ich habe mich vor einer Woche in einem Fitnessstudio angemeldet und möchte jetzt noch mindestens 10 kg Muskelmasse aufbauen, da ich sehr untergewichtig bin. Wird das durch niedrigere DHT-Spiegel erschwert? Wird außerdem beispielsweise mein Bartwuchs - ich habe mit 20 Jahren immer noch keinen wirklich ausgeprägten Bart - dadurch auch gehemmt?

Ich hoffe, ihr könnt meine Fragen beantworten und bedanke mich schon mal im Voraus.

Liebe Grüße  
Euer Chris

PS: Ich hoffe, ich habe das ins richtige Forum gepostet, da Sägepalmextrakte ja ähnlich wirkt wie Fin.

---

---

Subject: Re: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [Quan-Chi-Lin](#) on Tue, 03 Nov 2009 19:13:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ist gar kein Problem, ich habe bzw. trainiere seit 7 Jahren und 4 Jahre davon habe ich mehr oder weniger regelmäßig Fin konsumiert! Also es reicht um durchtrainiert und sehr sportlich auszusehen!! Ich war aber auch nie darauf aus so auszusehen wie ein Testosteron-Schwein

Den Frauen gefällt es zumindest und ich fühle mich fit

---

---

Subject: Re: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [Yes No](#) on Tue, 03 Nov 2009 19:58:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

HansWursti schrieb am Tue, 03 November 2009 19:41 da Sägepalmextrakte ja ähnlich wirkt wie Fin.  
Wenn du das nachweisen kannst...

---

---

Subject: Re: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [Yes No](#) on Tue, 03 Nov 2009 20:06:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Quan-Chi-Lin

Es heißt NEM (das Nahrungsergänzungsmittel, die Nahrungsergänzungsmittel).  
Da gehört kein "Deppenapostroph" und kein "s" hin.  
Btw du hast da ein regelrechtes Arsenal (an NEM), ich denke Overkill.

---

---

Subject: Re: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [HansWursti](#) on Tue, 03 Nov 2009 21:33:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Quan-Chi-Lin schrieb am Tue, 03 November 2009 20:13Also es reicht um durchtrainiert und sehr sportlich auszusehen!!

Aber das hieße ja, dass es Einfluss auf den Muskelaufbau hat?

---

---

Subject: Re: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [Quan-Chi-Lin](#) on Tue, 03 Nov 2009 21:57:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

HansWursti schrieb am Tue, 03 November 2009 22:33Quan-Chi-Lin schrieb am Tue, 03 November 2009 20:13Also es reicht um durchtrainiert und sehr sportlich auszusehen!!

Aber das hieße ja, dass es Einfluss auf den Muskelaufbau hat?

Das kann ich dir 100%ig leider nicht sagen,  
da ich ja nicht weiß wie ich mich ohne Fin entwickelt hätte.

Ich hatte jedenfalls keine Probleme mit Muskelaufbau  
(ohne Anabolika!) Wenn dir deine Haare lieb sind,  
dann solltest du außer Eiweiß, Aminos und evtl. noch  
Creatin auch nichts weiter einnehmen!

Nach meinem ersten Fitnessjahr hatte ich 10kg zugenommen  
(war damals auch untergewichtig) nur mit Eiweiß und 5x pro Woche á 2Std. training. Seitdem  
hält sich mein Gewicht bei ca. 75-80kg Mein Körper ist einfach nicht für mehr geschaffen,  
Stichwort "Gene,Knochenbau" Aber ich bin auch so vollkommen zufrieden! Also denk nicht weiter  
darüber nach und geh fleißig trainieren.  
Du wirst auch mit Fin Muskelmasse aufbauen können.

PS: Wie das mit Sägepalmextrakt aussieht weiß ich nicht,  
habe mich noch nie über das Zeug informiert.

@Villain

Für deinen überaus netten und weltbewegenden Beitrag bekommst du von mir das Alopezie-Verdienst-Kreuz!  
Ich fühle mich pudelwohl mit meiner NEM Zusammensetzung!

---

---

Subject: Re: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [HansWursti](#) on Tue, 03 Nov 2009 22:00:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke auf jeden Fall für deine Antworten

---

---

Subject: Re: DHT-Hemmer und Muskelaufbau  
Posted by [Lucky](#) on Wed, 04 Nov 2009 08:35:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

...will ja nich korinthen kacken, aber fin/säge hemmt nicht das dht sondern die umwandlung von testo zu dht.

zur frage:

ich glaube nicht das niedriges dht sich neagitiv auf den muskelaufbau auwirkt. wird wahrscheinlich so sein, dass das höhere östrogen eher weiche muskulatur (fett, wassereinlagerungen) zur folge hat. muss nicht, kann aber.

---