
Subject: How to Stop DHT Naturally
Posted by [pclion](#) on Tue, 11 Jan 2011 01:34:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo,

weiß jemand ob diese Liste von extrakten wirklich DHT blocken würde?

http://www.ehow.com/how_5057407_stop-dht-naturally.html

danke im voraus
lg

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [Sunken](#) on Tue, 11 Jan 2011 07:41:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Teilweise (grüner Tee erhöht sogar DHT) und nicht so stark wie Fin. Weshalb denn eigentlich?
Man wird die gleichen Nebenwirkungen haben, kann also zum günstigeren Fin greifen.

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [pclion](#) on Tue, 11 Jan 2011 11:42:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hab echt nicht gewusst dass grüner tee den DHT erhöht. Ich trinke nämlich täglich grün tee sollte damit aufhören.

wenn ich fragen darf hattest du auch einen Neuwuchs mit deiner 50ml lösung ? irgendwelche nebenwirkungen?

lg

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [Christian24](#) on Tue, 11 Jan 2011 12:05:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pclion schrieb am Tue, 11 January 2011 12:42hab echt nicht gewusst dass grüner tee den DHT erhöht. Ich trinke nämlich täglich grün tee sollte damit aufhören.

wenn ich fragen darf hattest du auch einen Neuwuchs mit deiner 50ml lösung ? irgendwelche nebenwirkungen?

lg

Ich glaub kaum das grüner Tee irgendeinen Einfluss auf den Hormonpege hat. Im Gegenteil: Ich hab den Eindruck das sich mein Haar um einiges dicker anfühlt seit dem ich jeden Tag eine große Tasse Grüntee trinke. Aber ich schau auch das ich qualitativ guten Tee erwische.

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [pclion](#) on Tue, 11 Jan 2011 12:14:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ok dann werde ich weiter grün tee trinken. seit wann trinkst du grün tee ? wann konntest du feststellen dass deine haare dicker wurden?

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [Sunken](#) on Tue, 11 Jan 2011 15:30:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:wenn ich fragen darf hattest du auch einen Neuwuchs mit deiner 50ml lösung ? irgendwelche nebenwirkungen?Durch das Minox habe ich Neuwuchs bekommen, vorher durch Fin auch ein bisschen. Die Geheimratsecken werden zwar langsam größer, aber am gesamten Oberkopf ist das Haar dichter und vor allem dicker geworden.

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [HirschGeweih](#) on Tue, 11 Jan 2011 17:16:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn ihr grünen tee trinken wollt rate ich richtigen zu nehmen und nicht die plörre aus dem supermarkt, loose oder beutel hab sie alle probiert, schmeckt grauenhaft. Entweder ihr habt nen teeladen bei euch oder ihr schaut mal online gibt jede menge teeshops. Da findet sich 100%ig eine teesorte die euch schmeckt. Ein teurer preis ist keine garantie das der tee gut schmeckt. Ich bevorzuge z.b. japanische tees, sie sind weniger rauchig im geschmack als die typischen china grüntees. Ungerösteter bancha ist z.b. meine liebingsorte.

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [Christian24](#) on Tue, 11 Jan 2011 17:20:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pclion schrieb am Tue, 11 January 2011 13:14ok dann werde ich weiter grün tee trinken. seit wann trinkst du grün tee ? wann konntest du feststellen dass deine haare dicker wurden?

Ich trinke ihn schon seit ein paar Monaten. Angefangen hab ich damit aufgrund seiner antientzündlichen Wirkung. Ich such immer verzweifelt Sachen gegen meine Trichodynie. Und tatsächlich ist es um eine Spur besser geworden. Daher glaub ich das diese antientzündliche Eigenschaft die eigentliche Wirkung des Tees ist. Meine Haare sehen witzigerweise an Tagen an

denen die Tricho mich nicht so plagt immer um einiges voller aus. Is natürlich alles eine sehr subjektive Geschichte.

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [Fin](#) on Thu, 13 Jan 2011 23:49:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hier der nimmt es gleich topisch

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/6635/>

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [pclion](#) on Fri, 14 Jan 2011 02:07:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bevor ich mit Fin anfangen werde ich mit diesen alternativen probieren:

täglich 2x Kapsel Grüntee
viel Sojabohnen bzw. Soja produkte essen (sojamilch,..)
mehr Tofu Gerichte essen
Kürbiskernöl vor dem Schlafen auf die Kopfhaut einmassieren
täglich 1x Kapsel Brennesel
täglich 2x Kapsel Sägepalme

ob das was bringen wird weiß ich nicht, hoffe zumindest was sind eure meinungen dazu ?

lg

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [Isn't It A Pity](#) on Fri, 14 Jan 2011 16:53:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:was sind eure meinungen dazu ?

forget it! Deine Aga wird sich ins Fäustchen lachen...
Schaden wird es auch nicht, aber wozu die ganzen Pillen schlucken, wenn du mit anständiger Ernährung besser dran bist!

Nahrungsergänzungsmittel würde ich nur bei erhöhtem Bedarf oder Mangelerscheinungen nehmen.

Und mal ehrlich.. Warum nehmen so viele Leute das "harte" Zeug wie Fin, wenn man doch mit ein bisschen Grüntee und Sägepalme aufs gleiche kommen würde...

Subject: Aw: How to Stop DHT Naturally
Posted by [HirschGeweih](#) on Fri, 14 Jan 2011 18:18:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

würde auch versuchen die anständige ernährung beizubehalten und die kapseln weglassen.
Wenn überhaupt bringt säge was aber wenn dann reichlich wenig leider.

apropo bei sojaprodukten ist es immer ne gute idee wenn parallel dazu meeresalgen in der
nahrung enthalten sind, selbst wenn man kein equolbildner ist steigt die menge equol die man
bildet deutlich an, ne studie zeigte das:

Dietary Seaweed Modifies Estrogen and Phytoestrogen Metabolism in Healthy Postmenopausal Women

Jane Teas, Thomas G. Hurley, James R. Hebert, Adrian A. Franke, Daniel W. Sepkovic and
Mindy S. Kurzer

University of South Carolina Cancer Center, Columbia, SC 29208; South Carolina Statewide
Cancer Prevention and Control Program, Columbia, SC 29208; Department of Biostatistics and
Epidemiology, Arnold School of Public Health, Cancer Research Center of Hawai'i, University of
Hawai'i, Honolulu, HI 96813; Hackensack University Medical Center, Hackensack, NJ 07601;
Department of Medicine, New Jersey Medical School, University of Medicine and Dentistry,
Newark, NJ 07601; and Department of Food Science and Nutrition, University of Minnesota, St.
Paul, MN 55108

Seaweed and soy foods are consumed daily in Japan, where breast cancer rates for
postmenopausal women are significantly lower than in the West. Likely mechanisms include
differences in diet, especially soy consumption, and estrogen metabolism. Fifteen healthy
postmenopausal women participated in this double-blind trial of seaweed supplementation with
soy challenge. Participants were randomized to 7 wk of either 5 g/d seaweed (Alaria) or placebo
(maltodextrin). During wk 7, participants also consumed a daily soy protein isolate (2 mg
isoflavones/kg body weight). After a 3-wk washout period, participants were crossed over to the
alternate supplement schedule. There was an inverse correlation between seaweed dose (mg/kg
body weight) and serum estradiol (E2) (seaweed-placebo = $y = 0.28 x \text{dose} - 42.8$; $r = 0.70$; $P = 0.003$),
which was linear across the range of weights. Soy supplementation increased urinary
daidzein, glycitein, genistein, and O-desmethylangolensin ($P = 0.0001$) and decreased
matairesinol and enterolactone ($P < 0.05$). Soy and seaweed plus soy (SeaSoy) increased urinary
excretion of 2-hydroxyestrogen (2-OHE) ($P = 0.0001$) and the ratio of 2-OHE:16-hydroxyestrone
(16 OHE1) ($P = 0.01$). For the 5 equol excretors, soy increased urinary equol excretion ($P = 0.0001$);
the combination of SeaSoy further increased equol excretion by 58% ($P = 0.0001$). Equol
producers also had a 315% increase in 2:16 ratio ($P = 0.001$) with SeaSoy.

gibt sogar noch ne studie(auch wieder ne kleine aber immerhin) zur postmenopause bei frauen zu
algen+soya:

Seaweed, Soy, and Estrogen Metabolism in Healthy Postmenopausal American Women.

Jane Teas, Mindy Kurzer, Thomas Hurley, Christopher Longcope and James R. Hebert

University of South Carolina, Columbia, SC, University of Minnesota, Minneapolis, MN, University of Massachusetts, Worcester, MA

Introduction: Seaweed and soy foods are common in Japan and Korea where the incidence and mortality of breast cancer are significantly lower than in the US. Most attention has focused on soy foods and their phytoestrogen content. Seaweeds are known to have an antibiotic effect in vitro and in vivo studies support the idea that dietary seaweed modifies gastrointestinal bacteria populations. We investigated the possibility that dietary seaweed could act as a probiotic when consumed with soy, and enhance the gastrointestinal metabolism of phytoestrogens, especially the increasing the production of equol. Equol production is associated with decreased breast cancer risk. Methods: In a double-blinded placebo-controlled clinical trial, 28 healthy postmenopausal women (average age = 58 years) were recruited to our 17 week study. Ten of the women had been treated for early breast cancer but were disease free at the time of the study. None of the women took antibiotics during the study, and alcoholic beverage consumption was limited to one or fewer drinks per week. The women were randomized to either seaweed or placebo for six weeks, followed by a week when soy supplementation (2 mg. isoflavones/kg body weight) was added. A 3-week washout period separated the two arms of the study, after which women were crossed over to the alternate intervention arm. Blood samples for estradiol, estrone, and sex hormone binding globulin were obtained at baseline and each of the 6 clinic endpoints. Women collected 48-hour urine specimens at each of the 7 time points for phytoestrogen determination.

Results: Blood levels of estrone and estradiol did not change during the study, but SHBG levels significantly decreased during the seaweed plus soy supplementation period. No urinary phytoestrogen excretion was reported during the placebo or seaweed interventions, but urinary phytoestrogens were detected during both the soy and seaweed plus soy intervention periods. Equol production was only seen in women who had never been treated for breast cancer, and not in any of the breast cancer survivors. For 6 of the 7 disease-free women who produced equol when taking soy, the combination of seaweed plus soy further increased equol levels. The presence of seaweed in the Asian diet may act as a probiotic, enhancing intestinal conversion of phytoestrogens, particularly the production of equol, and could account for some of the breast cancer protective effects of dietary soy

Sprich die equolausscheidung, was die menge des produzierten equols angibt, stieg um satte 58% an durch den verzehr von meeresalgen. Ausserdem wurde ein signifikanter anstieg des serum estradiols. Sprich es macht vor allem sinn soja zusammen mit algen zu essen.

Übrigens grüner tee und darmbakterien würde ich nicht empfehlen, die studien zu grünem tee und acidophilus bakterien zeigten keinen direkten einfluss auf die equolproduktion.