
Subject: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [jfmüller](#) on Wed, 23 Feb 2011 13:53:07 GMT

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

Hi,
bin durch dieses Forum erst auf Fin gekommen, nehme jetzt seit knapp 2 Jahren 1 mg pro Tag und hatte zunächst mäßig gute Erfolge, die allerdings nach ca. 1,5 Jahren wieder zurück gingen. Am Ende hatte ich den Eindruck wieder genau so viele Haare zu verlieren wie am Anfang (hab sie nie gezählt, will mich so wenig wie möglich mit dem Thema verrückt machen).

Habe dann erstmal 6 Wochen Pause eingelegt und dann wieder angefangen, allerdings mit dem Unterschied dass ich jetzt nach 6 Tagen Einnahme einen Aussetze und alle 5 Wochen eine ganze Woche pausiere.

Um den Erfolg zu ermitteln rubbel ich mir zweimal die Woche die Haare nach dem täglichen Duschen über der Badewanne mit einem Handtuch kräftig ab bis keine Haare mehr kommen. Die Anzahl lässt sich dann mit einem Blick recht gut abschätzen wenn man sich 2-3 mal die Mühe gemacht hat alle zu zählen.

Jetzt, 3 Monate später verlier ich noch etwa ein Viertel bis ein Drittel der Haare wie zu Beginn der 6 Wochen Pause. Ob jetzt die sechs Wochen einen "Reset" ausgelöst haben oder das Nehmen in Intervallen die Verbesserung erzeugt hat weiß ich nicht, dazu muss ich wohl noch länger protokoll führen. Allerdings verlier ich momentan weniger Haare als in den 1,5 Jahren davor, muss aber auch hier sehen ob das nicht nur eine zufällige Phase ist. Werde in einem halben Jahr nochmal berichten.

Ich dachte das wäre vielleicht erstmal ganz interessant für Leute die ebenfalls Probleme mit dem Gewöhnungseffekt haben, zusätzlich würden mich natürlich andere Erfahrungen zu dem Thema interessieren.

Gruß

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Wed, 23 Feb 2011 14:25:18 GMT

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

Was du beschreibst, die sogenannte Upregulierung, ist nicht wirklich nachgewiesen. Es kann auch rein zufällig sein, dass du scheinbar plötzlich mehr Haare verlierst. Außerdem geht es nicht darum wie viele Haare du verlierst, solange sie alle wiederkommen ohne dünner zu werden.

Haare zählen ist absoluter Blödsinn. Du kannst rein garnichts daraus ableiten. Vermutungen bringen dich da nicht weiter.

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [Haareweg](#) on Wed, 23 Feb 2011 14:34:45 GMT

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

richtig, ist doch wurst wieviel haare in der wanne liegen, hauptsache der haarstatus ändert sich nicht bzw. verbessert sich sogar.

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [Yes No](#) on Wed, 23 Feb 2011 20:43:07 GMT

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

Mir kam mal der Gedanke, dass man der sogenannte Upregulation der Androgenrezeptoren bspw mit Tretinoin bzw Isotretinoin entgegenwirken könnte. Die genannten Retinoide sollen ja die Androgenrezeptoren in der Haut herunterregulieren, was u.a. die therapeutische Wirkung bei der Akne ausmacht. Nur die Dosierung wäre zu diskutieren. Es gab ja mal die These, dass bereits geringe Mengen (20mg/Woche) dies bewerkstelligen würden.

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Thu, 24 Feb 2011 07:29:15 GMT

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

Zuerst müsste ers mal geklärt werden ob es sowas wie eine Upregulierung überhaupt gibt! Ansonsten ist das wie blind um sich schießen und hoffen, dass man niemanden trifft

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [jfmüller](#) on Thu, 24 Feb 2011 09:17:49 GMT

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

Hallo Eragon,

du bist lustig. Wenn ich dich richtig verstehe sollte man auf keinen Fall testen ob man Fortschritte erzielt wenn man Mittel gegen eine mögliche Upregulierung ausprobiert, auch wenn diese erfolgsversprechend sind? Das heißt, besser auf die Studie warten die dir sagt: "Upregulierung existiert; und das müsst ihr dagegen tun." Wer sollte so eine Studie eigentlich durchführen? Der Propecia hersteller damit er vielleicht ein Viertel seines Gewinns einbüßt weil jetzt jeder 3on/1off anwendet? Ganz bestimmt.

Im medizinischen Bereich hat eine Internetseite vor kurzem einen Innovationspreis erhalten. Dabei geht es darum dass betroffene zu Krankheiten Erfahrungen und Therapiemöglichkeiten austauschen, sei es konventionelle oder unkonventionelle (letshealtogether.com). Die Medizin weiß oft weniger als man vermutet, steht bei vielen Dingen gerade erst am Anfang oder ist an unkommerziellen Fragestellungen gar nicht erst interessiert (so wie in diesem Fall).

Deshalb weiß ich nicht ob es als erfahrener Forumsuser der du ja anscheinend bist, wirklich angebracht ist erstmal alles schlecht zu reden was dir unbekannt erscheint oder zu dem es noch keine Studien gibt.

Und zum Thema Haare zählen: Mein Haarausfall ist noch ziemlich im Anfangsstadium, sprich alles sieht noch absolut normal aus. Ich hab wirklich nicht vor auf dünne Haare zu warten um dann erst am Status meiner Haare ablesen zu können ob sich gerade etwas verbessert oder verschlechtert. Deshalb ist meine Methode der Wahl gerade das Haare zählen. Wie ich im ersten Post ja schon geschrieben hab ist mir bewusst dass es stärkere und schwächere Phasen gibt beim Haarausfall, weshalb ich die ganze Sache über einen langen Zeitraum verfolgen werde.

Zudem beginnt Haarausfall doch damit dass einem vermehrt Haare ausfallen, wenn ich dem also entgegen wirke ist das doch schonmal einiges wert, richtig?

Gruß

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Thu, 24 Feb 2011 09:49:10 GMT

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

Sag mal lesen ist nicht deine Stärke, oder ist es das Begreifen? Ich behaupte ja nicht, dass man nichts tun sollte oder dass ein Gewöhnungseffekt ausgeschlossen werden kann, es ist nur nicht nachgewiesen ob es das gibt oder nicht.

Und meinst du allen Ernstes, dass ein an einzelnen Personen empirisch ermitteltes Ergebnis repräsentativ ist? Es gibt hier mindestens ebenso viele Fin-user, die seit Jahren ohne Pause ihren Status halten konnten. Wäre das dann der Gegenbeweis? Bullshit!

Zusammengefasst soll das heißen, dass es eine Upregulation nicht unbedingt geben muss und jeder für sich selbst entscheiden sollte, ob er meint einem Gewöhnungseffekt zu unterliegen oder nicht.

Von mir aus kannst du gerne weiter wild rumexperimentieren. Aber solange du das nicht wissenschaftlich belegen kannst, darfst du deine subjektive Meinungen diesbezüglich nicht als bewiesenen Fakt darstellen.

Schönen Tag noch

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [Yes No](#) on Thu, 24 Feb 2011 09:58:49 GMT

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

Studienmaterial sprich eher für als gegen eine Hochregulierung einer AR Expression:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/2793/27269/#msg_27269

Oder auch: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21229554>

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Thu, 24 Feb 2011 10:32:55 GMT

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

Ich zitiere mal daraus:

Zitat:Diese Grafik beweist keine Upregulation, das soll nicht Thema sein, sondern sie zeigt, dass Finasterid nicht konstant gut gegen den Haarausfall wirkt.

Zitat:Ob es durch Finasterid zu einer Upregulation kommt, ist nicht entgültig geklärt. Letztlich ist diese aber eine ganz natürliche Anpassungsreaktion des Körpers. Tritt bei vielen anderen Medikamenten auf und ist dort auch belegt.

Ob der Wirkungsverlust von Finasterid mit einer Androgenrezeptorenupregulation zusammen hängt (auch wenn diese statt gefunden haben sollte), darf aber zurecht bezweifelt werden.

Bitte nicht vergessen, dass nicht DHT das eigentliche Problem ist, sondern dass bestimmte Follikel auf DHT so reagieren. Man geht mit Fin also nicht die Ursache an. Ist ja auch nur eine Zufallsentdeckung.

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [jfmüller](#) on Thu, 24 Feb 2011 10:33:58 GMT

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

Danke, lesen wie auch begreifen klappt noch ganz gut.

"Ich behaupte ja nicht, dass man nichts tun sollte..."

Aha, was ist dann das hier, ne Aufforderung aktiv zu werden?

"Zuerst müsste ers mal geklärt werden ob es sowas wie eine Upregulierung überhaupt gibt! Ansonsten ist das wie blind um sich schießen und hoffen, dass man niemanden trifft"

Ich fand generell sehr schade dass gleich zwei gut gemeinte Posts (Post 1 plus Post Villaid) völlig nebenbei mit "blödsinn" und "wild um sich schießen" abgetan werden. Bist du dir sicher dass das alles so stimmt was du da schreibst oder sind das vielleicht auch nur Mutmaßungen? Immerhin ist eine empirische Erfahrung deutlich mehr als keine. Zudem war mein Ansatz auch nicht "wild rumexperimentiert" sondern bezog sich auf mehrere Feststellungen:

- 1.) Viele User hier im Forum klagen über ein Nachlassen des Fin Effekts das ca. nach 2 Jahren einsetzt.
- 2.) Gibt es User die mit einem 3on/1off anscheinend gut fahren bzw. nicht schlechter als Leute die Fin dauerhaft nehmen.
- 3.) Habe ich mich über Intervalle bei anderen Medikamenten informiert:

- netdoktor.at/medikamente/suche2/medicaments_details.php?id=517
- weber-weber.de/phpbb_mg/viewtopic.php?p=9554&sid=32dcf96d9104c9f41e4d317cdc111094
- diagnosia.com/de/medikament/desoren-2030

Sind jetzt nur drei Beispiele, es gibt unendlich mehr. Das Problem des Gewöhnungseffekts scheint also relativ häufig aufzutreten.

Wie du ganz richtig schreibst wirkt Fin bei vielen über Jahre ohne dass sie Intervalle einbauen. Bei mir war das eben nicht der Fall weshalb ich umgestiegen bin. Da die Frage immer wieder im Forum auftaucht ob 3on/1off hilft oder nicht dachte ich mir es würde vielleicht jemanden interessieren was ich gemacht habe.

Von Wissenschaft sind wir hier weit entfernt, da hast du recht, aber lass 100 Leute ähnliche Tests machen und du kommst der Sache schon ziemlich nahe, mit welchem Ergebnis auch immer. Minox hat doch das gleiche Problem und auch hier hab ich schon einen interessanten Userbericht gelesen der nach 4 monatigem Absetzen auf Grund von Wirkungslosigkeit plötzlich wieder starken Haarwuchs damit erzielen konnte. Hier kann höchst wahrscheinlich noch einiges optimiert werden, von Seiten der Hersteller ist da aber nichts zu erwarten. Die machen einmal ihre Studie ob es anfangs wirkt und dann wird verkauft. Oder glaubst du wirklich dass das alles so hoch optimiert wird bevor es auf den Markt kommt? Ist doch seltsam dass genau 1 mg die Wunderdosis ist, warum nicht 0,84mg? Weil keiner so viel Geld raushaut um die optimale Dosis zu testen. Und wenn jeder so ne Einstellung wie du an den Tag legt wird man die auch nie erfahren.

Gruß

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [Alibi](#) on Thu, 24 Feb 2011 10:40:11 GMT

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

eragon schrieb am Thu, 24 February 2011 10:49 Sag mal lesen ist nicht deine Stärke, oder ist es das Begreifen? Ich behaupte ja nicht, dass man nichts tun sollte oder dass ein Gewöhnungseffekt ausgeschlossen werden kann, es ist nur nicht nachgewiesen ob es das gibt oder nicht.

Und meinst du allen Ernstes, dass ein an einzelnen Personen empirisch ermitteltes Ergebnis repräsentativ ist? Es gibt hier mindestens ebenso viele Fin-user, die seit Jahren ohne Pause ihren Status halten konnten. Wäre das dann der Gegenbeweis? Bullshit!

Zusammengefasst soll das heißen, dass es eine Upregulation nicht unbedingt geben muss und jeder für sich selbst entscheiden sollte, ob er meint einem Gewöhnungseffekt zu unterliegen oder nicht.

Von mir aus kannst du gerne weiter wild rumexperimentieren. Aber solange du das nicht wissenschaftlich belegen kannst, darfst du deine subjektive Meinungen diesbezüglich nicht als bewiesenen Fakt darstellen.

Schönen Tag noch

Ich war ja eine längere Zeit nicht so aktiv im Forum, darum muss ich leider nachhaken: wann hast du eigentlich angefangen, den Großkotz raushängen zu lassen
In jedem Thread mit deiner Beteiligung, wo es um eine kritische Auseinandersetzung zu heutigem Wissen (das sozusagen als Standard angesehen wird) geht, laberst du den gleichen Stiefel in einem unfassbar unfreundlichen Ton runter.
Finde ich total daneben...

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Thu, 24 Feb 2011 11:06:52 GMT

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

Danke für den Hinweis, besser ist es wohl wirklich Zurückhaltung zu üben. Gerade was Kritik anbelangt, habe ich selbst auch kein Interesse daran, immer wieder eine aufs Maul zu bekommen. Soll doch mit Thesen und Eigeninterpretationen herumwerfen wer will, das muss mich ja nicht wirklich interessieren. Behalte ich es mal einfach für mich.

Viel Spaß weiterhin beim Fachsimpeln

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [Alibi](#) on Thu, 24 Feb 2011 20:40:26 GMT

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

eragon schrieb am Thu, 24 February 2011 12:06: Danke für den Hinweis, besser ist es wohl wirklich Zurückhaltung zu üben. Gerade was Kritik anbelangt, habe ich selbst auch kein Interesse daran, immer wieder eine aufs Maul zu bekommen. Soll doch mit Thesen und Eigeninterpretationen herumwerfen wer will, das muss mich ja nicht wirklich interessieren. Behalte ich es mal einfach für mich.

Viel Spaß weiterhin beim Fachsimpeln

Es geht nicht darum, dass man seine Meinung nicht sagen soll.

Wenn jetzt z.B. ein Pilos schreibt "haben schon einige probiert...hat nix gebracht" oder ähnliches ist das ja absolut in Ordnung bzw. erwünscht.

Aber mit pöbelnden Sprüchen wie "Bullshit" und "kannst du nicht lesen" zu versuchen, jegliche Diskussionen ohne wirkliches Hintergrundwissen über das gerade diskutierte Thema/Medi, im Keim zu ersticken ist einfach für niemanden hilfreich und irgendwo auch niveaulos...vor allem mit dem Ton den du angeschlagen hast

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Fri, 25 Feb 2011 09:03:20 GMT

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

Soso, Du definierst jetzt was erwünscht ist und was nicht. Aus meiner Sicht, und so sollte das gelesen werden, ging es darum, dass Meinungen hier gleich zu Fakten und Therapien entwickelt werden. Die aus Einzelerfahrungen entstandenen Thesen werden zu falschen Wegweisern mit entsprechendem Ergebnis. Das ist in meinen Augen kontraproduktiv und verwirrt nur die, die sich nicht ausreichen informieren oder neu im Thema sind. Das hat sich zunehmend gehäuft und ich habe ungefragt meinen Senf dazu gegeben. Direkt, manchmal ironisch, provozierend und sarkastisch, wie es eben meine Art ist. Für dich ist das dann "Groskotzgehabe". Da kann ich gut mit leben, das bricht mir keinen Zacken aus der Krone.

Lassen wir das, für mich ist das damit abgehakt. Bevor der Thread hier vollends entgleitet, schließe ich damit ab und schau einfach mal zu.

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Mon, 28 Feb 2011 20:40:19 GMT

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

huch

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [KaiLasse](#) on Mon, 28 Feb 2011 23:41:01 GMT

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

Also mein Wissen reicht sicherlich nicht aus um da mitzureden. Ich kann nur Dr. Rassmanns Meinung dazu wiedergeben die mir relativ plausibel erscheint. Er meint Fin stoppt den Haarausfall nicht es verlangsamt ihn nur was wir sowieso alle wissen. Der springende Punkt ist aber dass er die Berichte von Gewöhnungseffekten ganz einfach darauf zurückführt, dass die genetische Veranlagung sich zwar daran gehindert wird sich voll zur Geltung zu bringen sich aber trotz der medikamentösen Behandlung geltend macht. Je nachdem wie die genetische Veranlagung ist kann ein Follikel sehr empfindlich auf Dht ist trotzdem ausfallen, das ganze natürlich nach längerer Zeit da der Dht Spiegel durch Fin gesenkt wird, bei manchen reicht dies halt für mehr als 10 Jahre bei anderen eben nicht wann das ganze Eintritt ist vom Responder abhängig ist. also verliert Fin seine Wirkung nicht die Veranlagung setzt sich lediglich bei einigen verlangsamt durch und darauf sind seiner Meinung zufolge die Berichte vom Gewöhnungseffekt zurückzuführen... Ich hoffe ihr zerreißt mich jetzt nicht

Subject: Aw: Gewöhnungseffekt des Körpers an Fin reduzieren

Posted by [eragon](#) on Tue, 01 Mar 2011 09:23:23 GMT

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

Ich finde diese These klingt recht plausibel. Dazu würde passen, dass sogenannte "Nonresponder" wesentlich DHT-empfindlichere Folikel haben und Fin deswegen hier nicht zum erwünschten Erfolg verhilft. Aber alles nur Spekulation
