

---

Subject: 0,25/4d

Posted by [Esmo](#) on Tue, 03 Jan 2012 23:00:11 GMT

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

---

Hallo,

was denkt ihr darüber ob 0,25 mg alle 4 Tage ausreichend wären? um die NW wirklich so minimal wie möglich zu halten...

das wären ja immernoch 0,0625 mg pro Tag umgerechnet und angeblich genug oder?

---

---

Subject: Aw: 0,25/4d

Posted by [Fin](#) on Tue, 03 Jan 2012 23:16:17 GMT

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

---

Hi,

ja, das geht. Ich nehme lediglich 1,25 mg die Woche und alles ist nach wie vor beim Alten.

Gruss

---

---

Subject: Aw: 0,25/4d

Posted by [Pame](#) on Wed, 04 Jan 2012 00:14:22 GMT

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

---

Fin schrieb am Wed, 04 January 2012 00:16Hi,

ja, das geht. Ich nehme lediglich 1,25 mg die Woche und alles ist nach wie vor beim Alten.

Gruss

1,25mg pro Woche nur?? Wie sieht's aus mit deinem besten Freund, steht er wenn er soll;D?

---

---

Subject: Aw: 0,25/4d

Posted by [Mink](#) on Wed, 04 Jan 2012 06:30:29 GMT

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

---

Fin schrieb am Wed, 04 January 2012 00:16Hi,

ja, das geht. Ich nehme lediglich 1,25 mg die Woche und alles ist nach wie vor beim Alten.

Gruss

Damit nimmst aber deutlich mehr als die von nox700 vorgeschlagene Dosis.--> 0,18mg/d vs 0,0625mg/d.

Ich nehme auch 1 mg pro Woche aber zusätzlich Fin topisch jeden zweiten Tag. Allen Statistiken zum Trotz musst Du Dich an Deine individuelle Minimal-Dosis rantasten. Das kann bei jedem anders sein. Bei weniger wie 1mg oral pro Woche komm ich z.B. in den kritischen Bereich. Wenn Du mit einer MM-Dosis es schaffst, ausreichend DHT zu hemmen, ist nicht unbedingt automatisch eine spürbare Verbesserung von NW zu erwarten.

---

---

Subject: Aw: 0,25/4d

Posted by [Esmo](#) on Wed, 04 Jan 2012 08:48:28 GMT

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

---

hm ok dann werd ichs wohl einfach mal ausprobieren müssen.

gibt es denn zusammenhänge mit dem körperrgewicht und der dosierung? da ich halt nur 63 kg bei 180 cm wiege, also schon sehr schlank bin brauch ich evtl sowieso weniger als jemand mit 80 kg?

darf man fragen wie viel ihr so wiegt?

---

---

Subject: Aw: 0,25/4d

Posted by [Mink](#) on Wed, 04 Jan 2012 11:18:23 GMT

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

---

nox700 schrieb am Wed, 04 January 2012 09:48hm ok dann werd ichs wohl einfach mal ausprobieren müssen.

gibt es denn zusammenhänge mit dem körperrgewicht und der dosierung? da ich halt nur 63 kg bei 180 cm wiege, also schon sehr schlank bin brauch ich evtl sowieso weniger als jemand mit 80 kg?

darf man fragen wie viel ihr so wiegt?

Körperrgewicht ist völlig unwichtig

---

---

Subject: Aw: 0,25/4d

Posted by [Pame](#) on Wed, 04 Jan 2012 11:32:50 GMT

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

---

nox700 schrieb am Wed, 04 January 2012 00:00Hallo,

was denkt ihr darüber ob 0,25 mg alle 4 Tage ausreichend wären? um die NW wirklich so minimal wie möglich zu halten...

das wären ja immernoch 0,0625 mg pro Tag umgerechnet und angeblich genug oder?

Wie schon gesagt wurde reagiert jeder anders darauf, jeder muss für sich seine Grenze herausfinden...

Ich z.B. nehme jetzt jeden 2. Tag 1mg. Wenn das auf 2-3 Monaten gut geht, dann reduziere ich es auf jeden 3. Tag. Geht auch das über einen längeren Zeitraum gut dann evtl. nur noch eine Pille pro Woche, aber das würde mir dann persönlich erstmal reichen.

Teste dich einfach langsam an deine gewünschte Dosierung ran, beachte aber, dass du bei einer Änderung der Dosierung nicht von heute auf morgen Unterschiede merkst, du musst langfristig schauen ob die Änderung der Dosierung wirklich keine negativen Folgen mit sich bringt. Ich als Leihe würde sagen die neue Dosierung so 2-3 Monate beibehalten und beobachten, wenn keine negativen Auswirkungen zu sehen sind, dann kannst du davon ausgehen, dass die neue Dosierung reicht um das DHT zu hemmen, aber bitte korrigiert mich wenn ich falsch liege;).

---

---

Subject: Aw: 0,25/4d

Posted by [Mink](#) on Wed, 04 Jan 2012 16:30:28 GMT

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

---

Pame schrieb am Wed, 04 January 2012 12:32nox700 schrieb am Wed, 04 January 2012 00:00Hallo,

was denkt ihr darüber ob 0,25 mg alle 4 Tage ausreichend wären? um die NW wirklich so minimal wie möglich zu halten...

das wären ja immernoch 0,0625 mg pro Tag umgerechnet und angeblich genug oder?

Wie schon gesagt wurde reagiert jeder anders darauf, jeder muss für sich seine Grenze herausfinden...

Ich z.B. nehme jetzt jeden 2. Tag 1mg. Wenn das auf 2-3 Monaten gut geht, dann reduziere ich es auf jeden 3. Tag. Geht auch das über einen längeren Zeitraum gut dann evtl. nur noch eine Pille pro Woche, aber das würde mir dann persönlich erstmal reichen.

Teste dich einfach langsam an deine gewünschte Dosierung ran, beachte aber, dass du bei einer Änderung der Dosierung nicht von heute auf morgen Unterschiede merkst, du musst langfristig schauen ob die Änderung der Dosierung wirklich keine negativen Folgen mit sich bringt. Ich als Leihe würde sagen die neue Dosierung so 2-3 Monate beibehalten und beobachten, wenn keine negativen Auswirkungen zu sehen sind, dann kannst du davon ausgehen, dass die neue Dosierung reicht um das DHT zu hemmen, aber bitte korrigiert mich wenn ich falsch liege;).

korrekt !

---