
Subject: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Gast](#) on Sun, 23 Apr 2006 12:10:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe Beiträge über Sojaprodukte gelesen.
Es gibt Studien über Soja daß diese im Körper DHT blocken.

Beim Verdauen von Soja entsteht ein Stoffwechselprodukt mit Namen
Equol.
Equol soll angeblich das andocken von DHT an die Zellen blockieren.
Kurz gesagt die Rezeptoren der Zellen fürs DHT werden ausgeschaltet.

Was haltet ihr davon?

Ich trinke zB. Sehr gern diesen Soja Reis Drink.

Zutaten sind: Wasser, 12% Sojabohnen, 9% Reis.

Es schmeckt sehr gut zB. mit Kornflackes.

Als ich den Bericht über Soja gegen Prostatakrebs und Glatze gelesen habe, möchte ich
natürlich wissen ob dieser Soja-Reis Drink auch meinen Haaren gut tun kann.

Weiss jemand mehr darüber???

Bitte posten...

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [glockenspiel](#) on Sun, 23 Apr 2006 12:12:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

NOCH ein soja thread? Suchfunktion ? du bist ja kein neuling...

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Gast](#) on Sun, 23 Apr 2006 12:14:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bitte postet doch mal hier.
Ich möchte nicht in die Suchfunktion.

Ich will wissen, ob dieser spezielle Soja Reis Drink gut sein könnte bzw. unterstützend wirkt.

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [glockenspiel](#) on Sun, 23 Apr 2006 12:20:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das meint pilos:

jetzt erkläre ich es dir genau.

in soja und rotklee und andere mehr...gibt es viele isoflavone auch phytoöstrogene genannt.

eines davon ist daidzein. daidzein wird bei 30-50% der menschen durch die darmflora zu equol umgebaut.....es gibt ein S-Equol und ein R-Equol...das R-Equol hat fast keine wirkung....

.....der mensch (seine darmflora!) produziert nur das S-Equol.

Equol ist ein natürlicher stoff...wodurch er nicht patentiert werden kann...somit hat auch kein schwein interesse daran.....

und eine letzte studie sagt sogar um so höher das equol im blut war um so höher war das DHT und das DHEAS.....

However, androstenedione, DHEAS, calculated free testosterone and paradoxically markers of 5alpha-reductase, DHT and AoS/epiAoS were all also significantly higher in Japanese rather than the New Zealand male counterparts. All other comparisons were not significant. Plasma DHT and DHEAS correlated positively with plasma equol and plasma AoS/epiAoS correlated positively with genistein levels. Taken together the results suggest that, rather than reduced levels of steroidogenesis, Japanese males may have increased 5alpha-reductase activity and possibly altered 17beta OH steroid dehydrogenase activity. Significantly the positive association between isoflavones levels and 5alpha-steroids is counter-intuitive to isoflavone intake offering prostate protection, unless this is postulated to occur through other mechanisms.

das meint chris22:

Pilos,

ich kenne die Studie. Soweit ich dass noch im Kopf habe, bindet das Equol an DHT und macht es so unschaedlich, es senkt nicht den Plasmaspiegel hoechstwahrscheinlich nicht, es gibt aber auch Studie, dort wurde an jungen Männern eine eindeutige DHT und fT Senkung nachgewiesen. Wenn man Equolproduzent ist, macht man mit Isoflavonen absolut nichts falsch. Die höheren Plasmahormonwerte beunruhigen mich nicht, da es ebenso sein koennte, dass Isoflavone direkt an der Zelle über einen antioxidativen Mechanismus die Androgenrezeptorenaktivität runterregulieren. Soja und CO sind sicher keine Wundermittel, aber

dass sie den HA verschlechtern glaube ich auf keinen Fall, die Japaner und Chinesen haben in der Regel tolles Haar, bis sie in den Westen wandern .

Gruss

Chris

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 23 Apr 2006 13:42:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Sojazeug muss man austesten. Es gibt leider viel zu wenig Studien oder Erfahrungsberichte. Von daher kann man schlecht sagen ob es wirkt oder nicht. Und was die Japaner betrifft: Ich war noch nie in Japan. Ich habe keine Ahnung, wie viele Männer eine Glatze haben und wie viele volles Haar...
Ist aber auch (sowieso) alles erblich bedingt!

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [chris22](#) on Sun, 23 Apr 2006 14:16:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sei dir da mal nicht so sicher , du kannst ohne probleme ohne genetische veranlagung eine aga entwickeln

chris

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 23 Apr 2006 14:28:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

chris22 schrieb am Son, 23 April 2006 16:16sei dir da mal nicht so sicher , du kannst ohne probleme ohne genetische veranlagung eine aga entwickeln

chris

Das würde bedeuten, dass der "erblich bedingte HA" in Wirklichkeit gar nicht erblich bedingt ist, sondern ganz andere Ursachen hat

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Quick](#) on Sun, 23 Apr 2006 14:30:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 23 April 2006 16:28chris22 schrieb am Son, 23 April 2006 16:16sei dir da mal nicht so sicher , du kannst ohne probleme ohne genetische veranlagung eine aga entwickeln

chris

Das würde bedeuten, dass der "erblich bedingte HA" in Wirklichkeit gar nicht erblich bedingt ist, sondern ganz andere Ursachen hat

nein das bedeutet nur, das eine androgenetische alopezie durch bestimmte faktoren schon früher als geplant ausbrechen kann, oder jemand der eigentlich garkeine alopezie bekommen sollte, aufgrund irgendwelcher einflüsse oder gendefekte auch eine alopezie entwickeln kann.

Quick

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [frühaufsteher78](#) on Sun, 23 Apr 2006 15:12:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich war schon dort. Es gibt zwar auch AGA, ist aber nicht so normal wie bei uns. Und vor allem die "Jugend" ist davon eigentlich nie betroffen.

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 23 Apr 2006 15:34:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also zum thema soja... seit ich es nehm bekomm ich deutlich weniger pickel... setz ich es mal wieder ab hab ich wieder leichte akne! das dürfte doch eindeutiger beweis dafür sein dass ich equol produzent bin oder? oder könnte soja sonst noch irgendwie einen einfluss auf die sebozyten haben?

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [chris22](#) on Sun, 23 Apr 2006 16:34:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar in der Suppe,

sage mir bitte welches Präperat du nimmst und ich sage dir ob es sein könnte

chris

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [kboo](#) on Sun, 23 Apr 2006 16:58:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar-in-der-Suppe schrieb am Son, 23 April 2006 17:34also zum thema soja... seit ich es nehm bekomme ich deutlich weniger pickel... setz ich es mal wieder ab hab ich wieder leichte akne! das dürfte doch eindeutiger beweis dafür sein dass ich equol produzent bin oder? oder könnte soja sonst noch irgendwie einen einfluss auf die sebozyten haben?

demnach weniger talgproduktion?

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [kboo](#) on Sun, 23 Apr 2006 17:11:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

chris22 schrieb am Son, 23 April 2006 18:34Haar in der Suppe,

sage mir bitte welches Präperat du nimmst und ich sage dir ob es sein könnte

chris

klingt geheimnisvoll.

hast du also geheimnisse mitzuteilen, wie man den sebocyten beibringt, endlich mal die klappe zu halten und weniger talg rauszulassen?

bin ich sehr interessiert, wie man das hinkriegt...

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 23 Apr 2006 18:03:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja ähm also ich hab die Soja-Milch vom DM-Markt und dazu noch Soja-Isoflavone in so Trockener "knusperflakes"-form

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [chris22](#) on Sun, 23 Apr 2006 18:47:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

na, so wird das nichts. wenn dann

http://www.stada.de/gesundheitundmehr/produkte/produkt_ueber

sicht/produkt/details.asp?AOGID=1420

1x täglich 40mg, ich habe das präperat peinlichst genau studiert und recherchiert, auch bei stada direkt, es ist auch das einzigste standartisierte isoflavone präperat hierzulande, der rest ist alles schrott. du bekommst es für 12-13 Euro und es reicht genau 1 monat.

ich nehme es selbst und ich kann es uneingeschränkt empfehlen

habe fast alle studien zu isoflavonen gelesen und praktisch nichts gefunden was dagegen spricht isoflavone zu supplementieren. allerdings empfehle ich nur die isoflavoneextrakte, da die sojabohne allerhand an antinährstoffen und enzyminhibitoren enthält. diese schilddrüsengeschichte und das isoflavone krebs fördern, vergiss das mal, alles laengst wiederlegt, du kannst zuschlagen, versprochen

wenn ich es nehme, ist es bombensicher, lass dir das mal gesagt sein

chris

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 23 Apr 2006 18:51:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lol aber es gibt schon eine studie bei der männer NUR soja-milch anstatt der normalen milch für 1 woche getrunken haben und damit einen niedrigeren DHT-Wert erreicht haben (also ich glaub die meinen damit das nicht equol-gebundene dht)

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 23 Apr 2006 18:52:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dieses menoflavon, bekomm ich das auch irgendwie in der apotheke?

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [cedes](#) on Sun, 23 Apr 2006 19:15:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das menoflavon scheint aber irgendwie für Frauen zu sein? Nicht, dass man noch Holz vor der Hütte bekommt

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Gast](#) on Sun, 23 Apr 2006 20:20:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

chris22 schrieb am Son, 23 April 2006 20:47na, so wird das nichts. wenn dann

http://www.stada.de/gesundheitundmehr/produkte/produkt_uebersicht/produkt/details.asp?AOGID=1420

1x täglich 40mg, ich habe das präperat peinlichst genau studiert und recherchiert, auch bei stada direkt, es ist auch das einzigste standartisierte isoflavone präperat hierzulande, der rest ist alles schrott. du bekommst es für 12-13 Euro und es reicht genau 1 monat.

ich nehme es selbst und ich kann es uneingeschränkt empfehlen

habe fast alle studien zu isoflavonen gelesen und praktisch nichts gefunden was dagegen spricht isoflavone zu supplementieren. allerdings empfehle ich nur die isoflavoneextrakte, da die sojabohne allerhand an antinährstoffen und enzyminhibitoren enthält. diese schilddrüsengeschichte und das isoflavone krebs fördern, vergiss das mal, alles laengst wiederlegt, du kannst zuschlagen, versprochen

wenn ich es nehme, ist es bombensicher, lass dir das mal gesagt sein

chris

diese kosten die hälfte und sie sind ebenfalls standardisiert:

<http://www.avitale.de/index.php?modul=nahrung>

es gibt sie in der apotheke.

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [mgd81](#) on Thu, 28 Jun 2007 14:14:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

da ich den Equol-Ansatz als sehr vielversprechend halte, wollte ich unbedingt auch Isoflavone testen. Leider gehöre ich anscheinend nicht zu den "Auserwählten", obwohl ich nach 2 Wochen Einnahme kurzzeitig schon an ein kleines Wunder=HA-Stop geglaubt hatte. War aber leider nur ein Strohfeuer und mein Haarausfall geht trotz Fin munter weiter...

Naja, hätte jetzt noch 45 Kapseln Menoflavon von Stada (standardisierter Spezialextrakt mit 40mg Isoflavonen) aus der Apotheke zum entsorgen. Falls wer sein Glück versuchen und auch austesten will, ob er evtl. Equol-Produzent ist, kann er sich gerne per pn an mich wenden. Wir werden uns dann sicher einig.

VG,
Mgd

Subject: Re: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Raiders-Fan](#) on Thu, 28 Jun 2007 16:04:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zu viele phyto oestrogene gehen nicht konform mit dem maennlichem hormonhaushalt.

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 09 Aug 2013 16:42:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

In a 2004 study from the University of Minnesota, isoflavone supplementation plus Lactobacillus acidophilus DDS+1 and Bifidobacterium longum did not generally increase S-equol production among a group of 20 women compared to controls (isoflavones alone). However, S-equol production went up significantly amongst a few of the women. The researchers concluded that, "the large differences between plasma and urinary equol in some subjects suggest that equol producer status may be modifiable in some individuals."

However, in a 2011 study from Italy with twelve menopausal women, Lactobacillus sporogenes supplementation resulted in a 24% increase in genistein-related equol, while diadzein metabolite equol production only went up for some of the women but not all.

Another 2011 laboratory study indicated that Lactobacillus rhamnosus may increase diadzein S-equol production.

But a more recent study from Germany's Institute of Human Nutrition published in January's issue of the Journal of Nutrition has found that the intestinal probiotic bacteria (conveniently) named Slackia isoflavoniconvertens will convert both genistein and diadzein to 5-hydroxy-equol.

So while the hunt for the right combination of probiotics to turn "non-equol producers" into "S-equol producers" continues, there is good reason to believe that stronger resident probiotic colonies relate directly to S-equol production. This means the subsequent health benefits related to higher circulating S-equol levels which include cancer protection, bone health and lower menopausal symptoms relate directly to healthy intestinal probiotics.

Mal schauen obs dazu auch ein Probiotik Nem gibt

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sat, 10 Aug 2013 21:17:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach langem Suchen hab ich endlich eine super Seite gefunden:

Composition and products for enabling the production of equol in vivo
Data from male test subjects indicates clinically significant positive effects on androgenic alopecia and acne vulgaris.

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Rubikon](#) on Sat, 10 Aug 2013 21:30:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was können wir nun daraus für Schlüsse ziehen? Soja aufnehmen bis zum geht nicht mehr?

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 11 Aug 2013 08:45:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Rubiokon

Nein. Wen du kein Equol Bilden kannst kannst du ne Tonne Soja Essen ohne Nutzen

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [Aristo084](#) on Tue, 13 Aug 2013 17:40:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und wie finde ich es jetzt raus ob mein Darm Equol bilden kann, oder nicht?

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [toppics](#) on Sat, 17 Aug 2013 17:20:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was hält ihr davon?

http://www.amazon.com/dp/B00CA9C9W6/ref=asc_df_B00CA9C9W62663761?smid=AAU2LK5TC7QIH&tag=dealtmp910922-20&linkCode=asn&creative=395129&creativeASIN=B00CA9C9W6

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [pilos](#) on Sat, 17 Aug 2013 17:47:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

toppics schrieb am Sat, 17 August 2013 20:20Was hält ihr davon?

http://www.amazon.com/dp/B00CA9C9W6/ref=asc_df_B00CA9C9W62663761?smid=AAU2LK5TC7QIH&tag=dealtmp910922-20&linkCode=asn&creative=395129&creativeASIN=B00CA9C9W6

angeblich soll es nicht ganz funktionieren

müsste man in ami foren nachfragen

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [opti](#) on Sat, 17 Aug 2013 17:53:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich denk die einzigste möglichkeit rauszufinden ob man equol bilden kann ist eine
Urinuntersuchung nach ner Zeit mit sojaprodukten :/

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [toppics](#) on Sat, 17 Aug 2013 18:10:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 17 August 2013 19:47

angeblich soll es nicht ganz funktionieren

Wirkte auf mich auch wie eine Ration Placebos. Vor allem konnte ich im Internet nichts über
den Hersteller finden.

Es ist überhaupt komisch dass Equol so häufig im Bezug auf Haarausfall und
Prostatabeschwerden erwähnt, aber so selten angeboten wird.

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [protos](#) on Fri, 04 Oct 2013 22:51:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es soll ein (das erste seriöse) S-Equol NEM Ende des Jahres veröffentlicht werden.
<http://www.baldtruthtalk.com/showthread.php?t=11378&page=4>

Wir dürfen gespannt sein.

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [konstantin](#) on Wed, 02 Jul 2014 18:23:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Seriös oder nicht ?

<http://www.naturessunshine.com/us/product/equolibrum-60-capsules/3542/>

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [protos](#) on Wed, 02 Jul 2014 20:37:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Könnte schon was dran sein, also entweder probieren oder abwarten was "PinotQ" in paar Monaten berichtet. "Stabilisiert", auch wenn es natürlich nur Einbildung sein kann, hört sich schonmal nicht schlecht an.

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [konstantin](#) on Sat, 05 Jul 2014 00:40:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.faqs.org/patents/app/20100076071>

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [protos](#) on Sat, 05 Jul 2014 06:51:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier auch nochmal: <http://www.faqs.org/patents/app/20140135387>

Was meinen die Anderen dazu? Einfach mal ausprobieren? topial wäre sich interessanter, da es leider viel zu teuer ist wenn man es oral nimmt

Subject: Aw: Soja bzw. Equol als DHT Blocker
Posted by [konstantin](#) on Sat, 05 Jul 2014 08:39:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

protos schrieb am Sat, 05 July 2014 09:51 topial wäre sich interessanter, da es leider viel zu teuer ist wenn man es oral nimmt

[0117]A composition containing S-equol, R-equol, a racemic equol mixture, or a non-racemic equol mixture, can be made for oral consumption. The composition or a product containing the composition can be a marketed or institutional food product, a pharmaceutical, and an OTC

medicament. A food composition can comprise at least 1 mg, and typically up to 200 mg, enantiomeric equol or equol mixtures, per serving. An orally-administered medicament can comprise at least 1 mg, and typically up to 200 mg, enantiomeric equol or equol mixture, per dose. A product for topical application can comprise at least 0.001% or 0.01%, and up to 10%, by weight S-equol, or R-equol, or enantiomeric mixtures. Selected concentration ranges include from about 0.001% to about 3%; from about 0.001% to about 1%; from about 0.01% to about 3%, from about 0.1% to about 1%, from about 0.1% to about 3%, from about 0.1% to about 5%, from about 0.3% to about 1%, from about 0.3% to about 3%, from about 0.3% to about 5%, from about 0.5% to about 1%, from about 0.5% to about 3%, and from about 0.5% to about 5%. Typically, 0.01% to 1% is an effective concentration range that can be applied at a variety of intervals. In some cases, it is preferred to apply equol in a concentration of up to 5% to treat some pathological conditions or diseases. There are also instances in which a concentration of up to 10% may be required, due to the severity of a condition or disease, or because an individual is a non-equol producer, thus requiring administration of a greater amount of exogenous equol.

Read more: <http://www.faqs.org/patents/app/20100076071#ixzz36a5te7J9>
