
Subject: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike](#) on Tue, 23 Jul 2013 07:52:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

mir kommt der Veracht, das "mehr" besser ist..

je mehr E2 ich nehme (nur E2..kein Minox, kein Fin..nix) desto besser werden die Haare...vellus kommt eine round-hairline zurück (wie vor 12 Jahren)

wiederrum muss das doch auf der Männerseite auch funktionieren... mehr Testo = mehr E2... mehr DHT..weniger AR weil ehr DHT und weil mehr E2 (regelt AR runter über ER-b)..

wir haben en par user hier mit über 7 ng-ml testo und dicke haare (eig keine aga)

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10687985>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/14648709>

und x weitere....

darum auch fin und weniger testo über upregualtion der AR..
m.m. nach ist Fin gegen AGA der falsche weg/nicht effizient...
spiro und cypro sind nur kurzzeitige wachsschüe bevor die wieder den bach runtergeht und die haare insgesamt heller werden...

ich werde nachdem ich E2 ausgeschlichen habe (nachdem ich nen paar sachen noch probiert habe(ich habe spass an der sache(nach der nasen-korrektur noch mehr)))

mein T hochpushen..über gnrh/hoden oder falls das scheitert..T supplementieren...(+gyno entfernen und hart trainieren)

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [cursor](#) on Tue, 23 Jul 2013 08:14:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was mir häufig bei Männern auffällt. ist dass sie wesentlich dickere Haare haben als Frauen.

Aber das muss ja dann eher am Testo liegen, als am E2 oder ?

Wie kann man das Testo auf natürlichem Wege steigern, außer mit Kraftsport ?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Gorilla](#) on Tue, 23 Jul 2013 08:30:22 GMT

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

Warum bekommt man dann bei einer TestoE Kur Haarausfall und schlechte Haut ?

Wenn mehr Testo bessere Haare bedeuteten würden, wie kommt dann die Medizin auf Fin

@ cur

Zink hoch supplementieren soll Testo anregen.

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Yes No](#) on Tue, 23 Jul 2013 09:41:53 GMT

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

E2 hilft (bei Männern) (nur) im Frontbereich..

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [pilos](#) on Tue, 23 Jul 2013 11:03:34 GMT

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

testosteron haben alle genug...die metaboliten machen probleme,,,

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 23 Jul 2013 12:11:50 GMT

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

Metaboliten sind Zwischenprodukte und Produkte des Stoffwechsels. Der Begriff "Metabolit" ist in der Regel um kleine Moleküle beschränkt.

Eine primäre Metabolit ist direkt in das normale Wachstum, Entwicklung und Fortpflanzung beteiligt. Alkohol ist ein Beispiel für eine primäre Metabolit in großem Maßstab durch industrielle Mikrobiologie produziert.

Ein sekundärer Metaboliten ist nicht direkt in diese Prozesse involviert, aber in der Regel eine wichtige ökologische Funktion. Beispiele hierfür sind Antibiotika und Pigmente.

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [pilos](#) on Tue, 23 Jul 2013 12:23:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

testosteron-metaboliten..dht, estradiol..usw...

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Tue, 23 Jul 2013 13:56:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

why?

<http://www.nerve.com/news/love-sex/study-testosterone-reduces-empathy>

ich will auch so haare und muskeln wie die frau unter testo...

auch kenne ich so eine.... ihr haar ist beneidenswert.. der "männliche" körper auch... das schöne pralle (nicht eingefallen oder trocken) gesicht auch

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Tue, 23 Jul 2013 15:11:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

darum macht ein hoher testosteronspiegel sexy

da es auf eine gute exprimierung der rez. hinweist und gute genetik allgemein

ich würde gerne eine Testo umfrage mache und ein paar Merkmale mit einander vergleichen.. die Tage in einem anderen Thread.

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Tue, 23 Jul 2013 15:24:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei ner Testkur wandelt sich ein Teil zu Östrogen um und ein Teil zu DHT.
Wenn viel vom Enzym Aromastase vorhanden ist (Im Körperfett) wird mehr zu Östrogen umgewandelt und das wiederum jagt vermutlich das DHT hoch um unseren Körper und Testo zu schützen. Genetisch ist meiner Ansicht nur IGFB-3 vorgegeben welches IGF-1 bindet.

Aromastase hemmer ist
Zink ab 50mg / Tag. (Unter 50mg fördert es Östro)
Boron

Die meisten "natuerliche DHT Blocker" sind so gut wie alle Phytoöstrogenee. Diese sind die schwächste Form aber belegen die AR sodass weder Estradiol noch DHT andocken können. Gute Beispiele das dies funktioniert sind die Asiatischen Länder welche viele Phytoöstrogene zu sich nehmen (Soja Produkte, Pilze etc)

Um Testo zu fördern gibt es Maca, Tribulis, yohimbe etc.. Da lohnt es sich mal die Essgewohnheiten / Lebensmittel der Afrikaner an zu schauen.

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Tue, 23 Jul 2013 16:16:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@rene

ich hätte bei E2 senkung wieder angst das mein gesicht so trocken viril wird

das war im nov 2011 der fall (ca 8. monat fin und aufwärts).. danach hat es mir die haare ausgedünnt

mit hrt wurde das gesicht wärmer und freundlicher/praller

irgendwann in HRT zeit wurde es wieder trockener... (upregulation)

nach absetzen von allem wurde es vom charkter herwieder wärmer (zum glück..das ist meine natürlich optik)

fin, dut, spiro und cypro machen es mittelfristig eher trockener

trocken
<http://ais.badische-zeitung.de/piece/00/c7/e2/f8/13099768.jpg>

optimal (meine aktuelle loptik...mehr oder weniger..bis auf meine sunken eyes (oh gott ich hasse sie)
<http://images5.fanpop.com/image/photos/29200000/Elvis-Presley-elvis-presley-29277324-1600-1200.jpg>

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [PartyStar](#) on Tue, 23 Jul 2013 17:17:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Diese dicken Wangen^^

Verändern die sich unter Testoeinnahme?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Wed, 24 Jul 2013 20:57:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was mir noch einfällt zur upregulation

ich habe gerade eine... E2 bei 93 pg-ml nd T bei 0,16 ng-ml

Frauenwerte
und dennoch Pickel...fettige Stirn..gerüche etc

trotz bis vor kurzem kurweise Spiro 50mg + 2,5 mg Fin egal -> der nächste vir. schub kommt

eine upregulation oder auch das "pfs" ist global und nicht lokal

früher unter 6++ ng-ml testo und 30 pg-ml hatte ich weniger virilisierung wie heute.. und ne gyno gibts auch noch (geht gerade zurück)

hormone sind den körper scheinbar völlig egal... nur die globale rezeptorenexprimierung zählt..

ich werde nun ab heute ausssschleichen mit E2 (was mir geradeim juni...2. monat ordentlich was zurückgeholt hat vorneseitlich)

und lasse mein testo steigen + hoffe so auf die downregulation der AR... und eine epigenetische veränderung... langfristig zu gunsten der haare.. (ausserdem war mein gesicht früher

schöner (vor fin und kurz danach..anfang cypro und heuer im april - juni(abgesoftet)) als heute..nun wirkt die nase übergroß..das kinn zu groß und die stirn zu weit vorne...fettatrophie?)

libido+potenz sind +übrigens die tage sehr hoch..inkl wässriges sperma..

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike](#). on Wed, 24 Jul 2013 21:06:46 GMT

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

pilos schrieb am Tue, 23 July 2013 14:23

testosteron-metaboliten..dht, estradiol..usw...

dht sollte eig vor E2 domianz schützen bei männner...frauen haben dafür E2+Prog(kaum virilisierend).. gerade bei brust und die haut (straffer bei männer.....rein e2 haut bei mir cellulitehaut)

ich überlege ob ich hätte prog ins boot nehmen sollen .. E2+Prog.. ohne Fin/spiro/cypro..da upregulation des ar

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [haarnarr](#) on Wed, 24 Jul 2013 21:27:30 GMT

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

wo kann man dieses E2 kaufen?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike](#). on Wed, 24 Jul 2013 21:33:00 GMT

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

haarnarr schrieb am Wed, 24 July 2013 23:27wo kann man dieses E2 kaufen?

zum letzten mal ... E2 kann man schwer dosieren und schwupps.. das ->
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/fa/12300/0/>

zum downregulieren wäre es gut.... dann müsste man viel E2 und viel T haben.. demnach und

volles haar..

somit müsste auch prog höher sein.. da dieses die aufgaben von DHT mitübernimmt...

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [startoff](#) on Thu, 25 Jul 2013 15:09:10 GMT

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

Ich leide meiner Meinung nach an Haarausfall nach Ludwig Schema. Scheitel sehr breit und allgemein habe ich Haare wie eine Frau (mit schlechten Haaren):sehr dünn überall und diffus, ständig kopfhaut am scheitel zu sehen.

Auch Körper und Gesicht weisen weibliche Merkmale insbesondere bzgl. der Fettverteilung auf. Bin ich also möglicherweise ein solcher Kandidat der an Haarausfall wegen zu wenig testosteron (und möglicherweise zu hohem E2) leidet?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike.](#) on Fri, 26 Jul 2013 12:36:53 GMT

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

<http://www.psychotherapiepraxis.at/pt-blog/testosteron-spiegel-erhoehen/>

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike.](#) on Fri, 26 Jul 2013 12:38:32 GMT

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

startoff schrieb am Thu, 25 July 2013 17:09Ich leide meiner Meinung nach an Haarausfall nach Ludwig Schema. Scheitel sehr breit und allgemein habe ich Haare wie eine Frau (mit schlechten Haaren):sehr dünn überall und diffus, ständig kopfhaut am scheitel zu sehen.

Auch Körper und Gesicht weisen weibliche Merkmale insbesondere bzgl. der Fettverteilung auf. Bin ich also möglicherweise ein solcher Kandidat der an Haarausfall wegen zu wenig testosteron (und möglicherweise zu hohem E2) leidet?

hast du werte?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [startoff](#) on Fri, 26 Jul 2013 14:04:26 GMT

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

welche werte genau sollte ich testen? Und wer macht das?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike](#). on Sat, 27 Jul 2013 08:43:06 GMT

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

ausserdem

je mehr sperma desto mehr LH..desto mehr werden die hoden angerieben..
so soll es sein....

@startoff

hausarzt, endokrinologe

T, E2, PRL, FSH, LH

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike](#). on Tue, 06 Aug 2013 18:45:29 GMT

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

Zitat:Higher testosterone Equals Lower DHT levels in Aging Men

<http://www.hairloss-research.org/UpdateTestosterone4-10.html>

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [knopper22](#) on Tue, 06 Aug 2013 19:19:28 GMT

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

hmm @ mike, was genau zeigt denn dann wenig Sperma an?

Is bei mir nämlich nun immer noch und das nach über 2 Monate Fin absetzen. Bisher nie wieder die Menge wie vor Fin.

Also durchaus n Testomangel? oder doch DHT? Aber warum dann solange nach absetzen? Die ganzen Halbwertszeiten sind alle schon rum.....

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [startoff](#) on Mon, 12 Aug 2013 15:34:32 GMT

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

"Several things. In no particular order: Green Tea Extract, Black Tea Extract, Resveratrol, Pomegranate Extract all have established en vivo aromatase inhibiting, testosterone increasing properties in human and animal models. All are also documented and viable players in helping to treat insulin resistance. "

Kann man ja durchaus mal probieren. Aber was hat es mit dem insulin auf sich? Das habe ich nicht verstanden, mein Englisch ist leider nicht besonders gut.

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 16 Aug 2013 11:37:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sehr Intresanter Artikel.

Scheint zu bestätigen das Haarausfall eng zusammen mit niedrigen Testo / hohem Östro liegt

http://www.totalityofbeing.com/FramelessPages/Articles/real_reason_men_lose_hair.htm

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [MatteStattPlatte](#) on Fri, 16 Aug 2013 12:10:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 24 July 2013 22:57.. (ausserdem war mein gesicht früher schöner (vor fin und kurz danach..anfang cypro und heuer im april - juni(abgesoftet)) als heute..nun wirkt die nase übergroß..das kinn zu groß und die stirn zu weit vorne...fettatrophie?)

Das Gesicht verändert sich mit der Zeit, wie und wann hängt von deiner genetischen Disposition ab.

Zitat:Alterserscheinungen machen sich einerseits bemerkbar durch Mimik, Elastizitätsverlust der Haut und Gravitation. Andererseits zeigen Fettatrophie und Fettumverteilung ebenfalls typische Veränderungen des Alterns.

Quelle: <https://www.thieme-connect.com/ejournals/abstract/10.1055/s-0031-1277664>

Bei pathologisch verändertem Hormonwerten kann durchaus HA entstehen, der dann aber weniger mit AGA assoziiert ist. Testosteron ist bei AGA nicht das Problem, sondern DHT. Aber auch nur dann, wenn deine Haarwurzeln empfindlich darauf reagieren!

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Fri, 16 Aug 2013 12:11:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschaub schrieb am Fri, 16 August 2013 13:37Sehr Intresanter Artikel.

Scheint zu bestätigen das Haarausfall eng zusammen mit niedrigen Testo / hohem Östro liegt

http://www.totalityofbeing.com/FramelessPages/Articles/real_reason_men_lose_hair.htm

Danke

fallen des T Wertes lässt oft Spielraum für Androstendion(5aR->DHT) und Estron..
Estrondominanz kann für das aufgeschwemmte (unattraktive Fettgesicht) mitverantwortlich sein ...

viele Fin User sind aufgeschwemmt.. und da geht der HA irgendwann weiter.. der Körper reguliert DHT nach oben um auszugleichen (wenn sie dann zu viril wurden..ggf sunken eyes und hageres gesicht ist das ein zeichen der upregulation unter fin...starke androgenisierung unnormal)

Estradiol selber ist gut für die Haare.. muss aber im Einlang mit T3 und Testosteron(ebenso sehr wichtig) stehen um ein gesundes Terminalhaar zu produzieren..

Androcur war (für mich) ein Holzweg.. da mein ganzes Haar an Stärke verloren hat..

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Fri, 16 Aug 2013 13:04:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Fri, 16 August 2013 14:11reneschaub schrieb am Fri, 16 August 2013 13:37Sehr Intresanter Artikel.

Scheint zu bestätigen das Haarausfall eng zusammen mit niedrigen Testo / hohem Östro liegt

http://www.totalityofbeing.com/FramelessPages/Articles/real_reason_men_lose_hair.htm

Danke

fallen des T Wertes lässt oft Spielraum für Androstendion(5aR->DHT) und Estron..
Estrondominanz kann für das aufgeschwemmte (unattraktive Fettgesicht) mitverantwortlich sein ...

viele Fin User sind aufgeschwemmt.. und da geht der HA irgendwann weiter.. der Körper reguliert DHT nach oben um auszugleichen (wenn sie dann zu viril wurden..ggf sunken eyes und hageres gesicht ist das ein zeichen der upregulation unter fin...starke androgenisierung unnormal)

Estradiol selber ist gut für die Haare.. muss aber im Einlang mit T3 und Testosteron(ebenso sehr wichtig) stehen um ein gesundes Terminalhaar zu produzieren..

Androcur war (für mich) ein Holzweg.. da mein ganzes Haar an Stärke verloren hat..

Du könntest hier sogar Recht haben, es wird wohl das Ungleichgewicht zwischen DHT + T u. anderen Hormonen sein. Gibt auch einige Studien die belegen, dass Frauen mit HA nach der Entbindung und Gabe eines T-Implantats wieder volle Haare bekamen. Mein T Wert ist erhöht (war er früher (17), ist er jetzt nach Fin auch. Wie er vor Fin war weiß ich leider nicht). Komisch an dem Ganzen ist aber, dass BB die sich Testo injizieren und vorbelastet sind oft HA bekommen, teilweise sogar mit Dut.

Nur wie erhöhe ich T dauerhaft, ohne Upreg und spritzen ?!

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 16 Aug 2013 13:29:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

padesch schrieb am Fri, 16 August 2013 15:04
Nur wie erhöhe ich T dauerhaft, ohne Upreg und spritzen ?!

Ja gute Frage.....so wie ich es verstanden habe etwas was sowohl DHT/E in ein vernünftiges Verhältnis bringt und gleichzeitig den AR runterreguliert (in dem Zusammenhang wohl alles auf ein gesundes Niveau und ohne zusätzlich das externe stark zu reduzieren von DHT). Theoretisch wären Progesteron und Phytoestrogene dafür geeignet...finde diesen Ansatz neben manch anderem momentan ganz interessant.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Fri, 16 Aug 2013 13:39:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hohes E2 sollte definitiv gute Haare bedeuten (Frauen, Schwangerschaft)
hohes T müsste bis zu nem gewissen Grad auch gute Haare bedeuten

VII Hohes T, Hohes E2 + niedriges DHT=ideal?! Dann müsste ich ja in gewisser Zeit ne übelste Mähne bekommen

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 16 Aug 2013 13:47:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

padesch schrieb am Fri, 16 August 2013 15:39
VII Hohes T, Hohes E2 + niedriges DHT=ideal?! Dann müsste ich ja in gewisser Zeit ne übelste Mähne bekommen

Hohes T+hohes E2+niedriges DHT wäre sicher perfekt allerdings auch das perfekte Gyno-Treatment
Und hohes E2 alleine reguliert wohl wieder DHT hoch....was dann wieder zu starker Körperbehaarung und HA führt..

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 16 Aug 2013 14:36:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich denke geht auch ohne E2. Das beweisen ja zahlreiche Asiaten mit ihrem Emo look dank den Phytoöstrogenen

MYOMIN tönt noch sehr Intressant:

Myomin and Myomin Plus are all-natural Chinese herbal blends ideal for normalizing estrogen levels in both men and women. Myomin has been shown to help metabolize unhealthy estrogens and promote proper hormonal balance in the body. Clinical case studies show that Myomin is able to reduce estradiol (estrogen) levels in as little as 10 days.¹

Myomin competes with estradiol (the most active form of estrogen) at estrogen receptor sites, and can therefore be especially effective for estrogen-dominant conditions including fibroids, cysts, PMS and hormone related weight gain, among others. It also acts by inhibiting the aromatase enzyme, stopping the conversion of androgens into estrogen.

Additionally, Myomin can also induce more interferon in the system, which activates natural killer cells, a major component of the immune system. This action can be beneficial for men with enlarged prostates and for women with uterine fibroids.

<http://www.infusio-shop.de/Myomin>

Ich glaub es gibt 2 Ursachen für AGA.

Die erste ist Östrogen. Das kann man durch diverse Nems wieder in den Griff bekommen. Mein Testosteron gesamt liegt aktuell bei 23.7 nmol/l und sollt glaub ein Guter Wert sein.

Bei mir spielt wohl die 2 Ursache eher ne Rolle und das ist das Vererbte Lipoprotein A. Bin ziemlich sicher das dies erhöhte ist da es mein Homocystein Wert , Cholesterin Werte auch waren.

Diese beiden Ursachen haben Einwirkung auf DKK1. Hohes DKK1 = AGA

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [PartyStar](#) on Fri, 16 Aug 2013 14:46:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Viel Eiweiß soll ja zu einer erhöhten Testoproduktion führen. Einige kriegen davon sogar Akne, obs durch das Testo oder durch die Nahrung ansich ist, weiß ich nicht.

Ansonsten erhöht der Körper meine ich noch das Testosteron, wenn er zu wenig Estradiol hat.
Also wahrscheinlich wenig Körperfett oder ne schwache Umwandlung

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [jetzt](#) on Fri, 16 Aug 2013 15:09:24 GMT

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

reneschaub schrieb am Fri, 16 August 2013 13:37Sehr Intresanter Artikel.

Scheint zu bestätigen das Haarausfall eng zusammen mit niedrigen Testo / hohem Östro liegt

http://www.totalityofbeing.com/FramelessPages/Articles/real_reason_men_lose_hair.htm

Laut dieses Artikels sind Sojaprodukte doch strikt zu vermeiden, "Gift" wie er sagt ! Das steht doch in einem kompletten Widerspruch mit allem was hier zuletzt gesagt wurde oder nicht ? Das heißt Isoflavone sind schlecht, hier wird aber immer davon geredet Phytoöstrogene (Isoflavone) zu nehmen.

Sind Phytoöestrogene (Soja etc) ohne Aromatasehemmer also kontraproduktiv ?

Laut des Artikels sind Isoflavone zu meiden und ein Aromatasehemmer zu nutzen.

Also hat Arijen Robben zu viel Östro, bei gleichzeitig zu wenig Testo ?

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 18 Aug 2013 08:49:50 GMT

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

leute warum immer DHT senken? sieht man doch dass das nur bedingt was bringt und keine Wunder? ihr nehmt ja sowieso schon fin. Weniger -> DHT -> DHT ist sehr starker Aromatase Hemmer -> Mehr E, so siehts wohl immer aus.

Habt ihr nicht genug Eier eine Downregulation des 5-aR (falls das überhaupt möglich ist, studien?) mittels zusätzlichem DHT herbeizuführen?

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [knopper22](#) on Sun, 18 Aug 2013 10:52:54 GMT

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

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sun, 18 August 2013 10:49

Habt ihr nicht genug Eier eine Downregulation des 5-aR (falls das überhaupt möglich ist, studien?) mittels zusätzlichem DHT herbeizuführen?

hm gibt ja dieses DHT-Gel (Andractim). Etwa damit?
Wollte es auch schon immer mal probieren, auch nur mal so zum Test ob ich dann son Libidoschub bekomme. Denke aber man bekommt es nicht nach Deutschland rein...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Sun, 18 Aug 2013 10:55:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sun, 18 August 2013 10:49leute warum immer DHT senken? sieht man doch dass das nur bedingt was bringt und keine Wunder? ihr nehmt ja sowieso schon fin. Weniger -> DHT -> DHT ist sehr starker Aromatase Hemmer -> Mehr E, so siehts wohl immer aus.

Habt ihr nicht genug Eier eine Downregulation des 5-aR (falls das überhaupt möglich ist, studien?) mittels zusätzlichem DHT herbeizuführen?

denke nicht dass das groß funzt.. das wird sehr wahrscheinlich stark nach hinten losgehen.. oder warum bekommen Dianabol-Opfer extrem starken HA, der nicht mehr aufzuhören scheint Das mit der Upregulation kann ja schon sein, aber dadurch wird man keinen HA-Stop hinbekommen. Was gehen könnte ist T hoch, DHT niedrig, E2 müsste man ausprobieren.. aber dazu müsste man einfach ein paar stoffer mit HA befragen die Dut/Fin nehmen (ob die Haare dicker/besser werden..)

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 18 Aug 2013 12:40:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@jetzt

Ich weis auch nicht wie er darauf kommt das Isoflavone schlecht sind.. Asiaten haben sicher weniger Aromastase das Sie weniger Körperfett haben und auch weniger Fett zu sich nehmen als wir Europärer. (Denke ich mal)

Könnte mir höchstens vorstellen das Phytoöstrogene kontraproduktiv sind wen man nicht die Notwendigen Darmbakterien hat welches in S-Equol Umwandeln.
Das hemmt dann beide Androgene (DHT und Estradiol) und sollte so Testo hochgehen. Wenn nun aber Aromastase hoch ist wird Testo zu Östro was wir halt nicht wollen.

Mit Maca und Horney Goat Weed hab ich bis jetzt gute Erfahrungen gemacht und werde es weiterhin nehmen.

Myomin wäre Intressant noch zu nehmen aber habe noch DIM, Boron und Granatapfel Extrakt die ähnlich Wirken.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [PartyStar](#) on Sun, 18 Aug 2013 13:19:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Asiaten haben glaube ich weniger 5-ARs und dort ist die AGA halt nicht so verbreitet. Glaub mir das wenigste ist durch Ernährung zu erreichen.

Viele Kurden haben auch ne krasse Behaarung(viel auf dem Kopf, wenig am Körper).

Kann da ewig viele auflisten und die haben die Haare obwohl sie in Europa leben

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 18 Aug 2013 16:34:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@PartyStar

Da widerspreche ich dir klar. Die Nahrung hat Einfluss auf Unsere Gene den diese sind nicht in Stein gemeiselt. Mehr darüber findest du dazu (Epigenetik)

Seit wann sind Kurden Europäer? Wie die Türken ist das eine Kultur für sich und gehört weder zu Europa noch zu Asien.

Sicher bekommt man die meisten Gene Vererbt aber diese lassen sich im Verlauf des Lebens durch diverse Faktoren zum Guten oder Schlechten Wandeln.
AGA ist 100%ig nicht Genetisch bedingt sonst wären wir seit Kindheit an Kahl.

Mit Extrakten aus Pflanzen kann man spezifisch Gene Aktivieren oder Ausschalten. Ein Beispiel dafür ist der NRF 2 Pfad der die Glutathoin , SOD und glaube auch Katalase in den Zellen erhöht .

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [PartyStar](#) on Sun, 18 Aug 2013 19:37:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschaub schrieb am Sun, 18 August 2013 18:34@PartyStar

Da widerspreche ich dir klar. Die Nahrung hat Einfluss auf Unsere Gene den diese sind nicht in Stein gemeiselt. Mehr darüber findest du dazu (Epigenetik)

Kenn die Seite, kannst ja gerne versuchen wenn du glaubst dadurch was zu erreichen.

Seit wann sind Kurden Europäer? Wie die Türken ist das eine Kultur für sich und gehört weder zu Europa noch zu Asien.

Kurden, die in Europa leben. Sprich sich von der Ernährung nicht von uns unterscheiden

Sicher bekommt man die meisten Gene Vererbt aber diese lassen sich im Verlauf des Lebens durch diverse Faktoren zum Guten oder Schlechten Wandeln.

AGA ist 100%ig nicht Genetisch bedingt sonst wären wir seit Kindheit an Kahl.

Deine Zellen reagieren im Laufe des Lebens anders auf Hormone, etc.

Mit Extrakten aus Pflanzen kann man spezifisch Gene Aktivieren oder Ausschalten. Ein Beispiel dafür ist der NRF 2 Pfad der die Glutathoin , SOD und glaube auch Katalase in den Zellen erhöht .

Ja theoretisch, aber zeig mir doch mal ein bildliches Beispiel??

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 18 Aug 2013 21:44:49 GMT

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

reneschaub schrieb am Sun, 18 August 2013 18:34

AGA ist 100%ig nicht Genetisch bedingt sonst wären wir seit Kindheit an Kahl.

warum haben dann Babys (oder sogar kinder zum Teil) oft schon das AGA-Haarmuster das sie später mal bekommen werden?

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike.](#) on Sun, 18 Aug 2013 21:48:44 GMT

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

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sun, 18 August 2013 23:44reneschaub schrieb am Sun, 18 August 2013 18:34

AGA ist 100%ig nicht Genetisch bedingt sonst wären wir seit Kindheit an Kahl.

warum haben dann Babys (oder sogar kinder zum Teil) oft schon das AGA-Haarmuster das sie später mal bekommen werden?

haben wir schon längst geklärt

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [startoff](#) on Fri, 23 Aug 2013 18:18:21 GMT

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

Ich glaube auch an die Theorie das wenig T und viel E2 bei männern Haarausfall verursachen kann. Ich glaube auch das ich so ein fall bin.

Aber: Wieso verlieren so viele Bodybuilder die sich Testo spritzen die Haare?

Eigentlich müsste sich doch DHT runterregulieren und die Haare voll und kräftig werden?

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [ru-power](#) on Fri, 23 Aug 2013 19:38:33 GMT

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

soviel Testo wie da in kurzer Zeit anfällt... da gibts auch enorme DHT Werte...

bis da downreguliert wird ist schon fast wieder abgesetzt..

zuviel T wird auch nicht gut sein

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 23 Aug 2013 20:14:55 GMT

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

Ja ist wie bei allem wen mans Überdosiert treten Nebenwirkungen ein. Um die Haare zu schützen müssten die Rezeptoren mit Phytoöstrogenen schon belegt sein dann wäre auch Enorme Testo Mengen kein Prob.

Aber es ist eh viel sinnvoller kleine Dosen dafür auf lange Zeit zu nehmen als Mega Dosis und Nebenwirkungen.

Und die nehmen sich nicht nur Testo sondern vielleicht andere Substanzen.

Wer nicht Prof Bodybuilder ist kann sicher mit Maca und anderen Nahrungsergänzungsmittel was Erreichen.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [ru-power](#) on Fri, 23 Aug 2013 20:18:11 GMT

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

Maca und co im BB bringen net viel.. entweder richtig oder garnicht..

ist halt die enorme Menge an Hormonen die hier genommen wird, wenns noch DHT Derivate sind umso übler..

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [City66](#) on Fri, 23 Aug 2013 20:28:53 GMT

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

????????????????????

Wo geht ihr in die Muki Bude?

Ich kenne einige Bodybuilder die arbeiten bei uns als Möbelpacker. Alle haben fast Vollglatze!

Sylvester Stallone wurde vor seinem Rambo Dreh am Flughafen mit Testo erwischt. Und der gute Mann trägt Haarteil.....

Und was ist mit unserem Diskuswerfer Robert Harting???

Das Bild sieht nicht nach Testo besser für Haare aus.....

http://www.energy.de/fileadmin/images/content/WENN/Dezember_2012/WENN_robort_harting_121217.jpg

Und was ist mit Deutschlands berühmtesten Natural Bodybuilder Berend Breitenstein?

https://static.loox.com/_files/admin/2/7/8/a377_27852d9724444be851d990a8cf72a973.jpg

http://2.bp.blogspot.com/-SBTrUZLLcZE/UJ9e1IL0BEI/AAAAAAAABB4/wvm3aZ-kz4k/s320/DSC_0004-2.jpg

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [knopper22](#) on Fri, 23 Aug 2013 20:32:31 GMT

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

reneschau schrieb am Fri, 23 August 2013 22:14Um die Haare zu schützen müssten die Rezeptoren mit Phytoöstrogenen schon belegt sein

....

Ließe sich das mit nem Topical machen?

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [City66](#) on Fri, 23 Aug 2013 20:36:22 GMT

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

Und jetzt mal einen Mann den japanischen Sänger Gackt der dafür bekannt ist sich Östrogen einzuschmeißen

http://cdn7.mixrmedia.com/wp-uploads/rekuru/blog/2010/04/gackt_sadface.jpg

Wahnsinnsstatus!!

Siehe Bild hier:

<http://www.japantoday.com/images/size/x/2012/06/Gackt.jpg>

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [ynneb](#) on Fri, 23 Aug 2013 20:53:57 GMT

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

City66 schrieb am Fri, 23 August 2013 22:36 Und jetzt mal einen Mann den japanischen Sänger Gackt der dafür bekannt ist sich Östrogen einzuschmeißen

http://cdn7.mixrmedia.com/wp-uploads/rekuru/blog/2010/04/gackt_sadface.jpg

Wahnsinnsstatus!!

Siehe Bild hier:

<http://www.japantoday.com/images/size/x/2012/06/Gackt.jpg>

Gab er den Grund bekannt wieso er sich Oestrogene reinschmeisst?

...wegen den Haaren?

Trotzdem... perfekte Haare!!!

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Gast](#) on Fri, 23 Aug 2013 21:39:27 GMT

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

könnte man auch 20-100mg progesteron und dutasterid zusätzlich nehmen, wäre das sinnvoll.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Gast](#) on Sat, 24 Aug 2013 10:25:57 GMT

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

?

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [ru-power](#) on Sat, 24 Aug 2013 10:58:53 GMT

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

kann dir keiner sagen. Aber warte doch jetzt einfach erstmal 6 monate ab. Bei Dutasterid haben viele ein Shedding, das kann bis zu Monat 6 andauern.

40-60mg Prog. sollte wohl die richtige Dosis sein.. ausprobieren..

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [knopper22](#) on Sat, 24 Aug 2013 11:33:41 GMT

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

City66 schrieb am Fri, 23 August 2013 22:36 Und jetzt mal einen Mann den japanischen Sänger Gackt der dafür bekannt ist sich Östrogen einzuschmeißen

http://cdn7.mixrmedia.com/wp-uploads/rekuru/blog/2010/04/gackt_sadface.jpg

Wahnsinnsstatus!!

Siehe Bild hier:

<http://www.japantoday.com/images/size/x/2012/06/Gackt.jpg>

lol naja...aber sollte das alles nur durch Östro kommen?
Hat er überhaupt AGA? Wenn dann wär es ja die ultimative Lösung topisch halt! OK sind ja
evt. auch NW's zu erwarten.
Aber ich denke er hat keine aggressive AGA...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Sat, 24 Aug 2013 11:34:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

topisch wirkts ebenso komplett systemisch

östro is nix fürn mann

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Knorkell](#) on Sat, 24 Aug 2013 11:47:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

padesch schrieb am Sat, 24 August 2013 13:34topisch wirkts ebenso komplett systemisch

östro is nix fürn mann

Meinst du topisch generell oder Östro Präparate?

Wenn du topisch allgemein meinst stimmt das so nicht...auch außerhalb der AGA Bekämpfung
werden viele Medis zur lokalen Behandlung angeboten um systemische NW`s zu minimieren oder
auszuschließen. Das erste was mir einfällt wäre die Akne Behandlung.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Sat, 24 Aug 2013 11:50:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Östrogen

gleiches gilt für progesteron, testo usw

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Knorkell](#) on Sat, 24 Aug 2013 11:53:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Progesteron soll ja keine weiteren systemischen NW's haben, zumindest keine sexuellen/hormonellen. Die andern beiden interessieren mich momentan nicht

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Sat, 24 Aug 2013 12:13:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kann die Libido leicht steigern u. das wohlbefinden

von den anderen beiden solltest du auch die finger lassen
achte darauf dass es natürliches prog. ist

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Knorkell](#) on Sat, 24 Aug 2013 12:15:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

padesch schrieb am Sat, 24 August 2013 14:13kann die Libido leicht steigern u. das wohlbefinden

DAS klingt gut. Gekauft

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar2O](#) on Sat, 24 Aug 2013 12:25:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Sat, 24 August 2013 14:15padesch schrieb am Sat, 24 August 2013 14:13kann die Libido leicht steigern u. das wohlbefinden

DAS klingt gut. Gekauft

Dito....bin sehr gespannt. Alles was auch nur den Hauch einer Chance hat einen von chemischen Antiandrogenen zu befreien sollte ausprobiert werden.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Sat, 24 Aug 2013 12:27:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

man muss wahrsch. 50-100mg pro tag fahren um einen Effekt zu bemerken.. langsam rantasten. Wenns zu viel wird sollte man das an Kopfweh u. Übelkeit merken

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mogk](#) on Sat, 24 Aug 2013 13:05:56 GMT

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

nur ist es doch der fall dass sich das vellushaar unter testostosteroneinfluss zu terminalhaar entwickelt. ab welchem level dies auch für das kopfhaar optimal funktioniert ist sicherlich individuell, und es reichen warscheinlich sogar geringe lvl freien testos? hinzu kommt noch die evtl. genetische anfälligkeit für dht welches aus dem frei verfügbaren testo gebildet wird. das testo darf dafür aber nicht in form von shbg gebunden vorliegen?

alles viele kleine stellschrauben, grundsätzlich sollte freies testo denke ich gut für den haarwuchs sein. leider bleibt es nicht frei, wird gebunden oder wird umgewandelt... andere wachstumsfaktoren (auch durch entzündungsreaktionen und die ernährung gesteuert) beeinflussen zusätzlich das zellwachstum. einfach nur testolvl erhöhen bringt daher bestimmt nicht einfach haarwachstum. der organismus is zu komplex.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike.](#) on Sat, 24 Aug 2013 14:39:23 GMT

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

padesch schrieb am Sat, 24 August 2013 12:58kann dir keiner sagen. Aber warte doch jetzt einfach erstmal 6 monate ab. Bei Dutasterid haben viele ein Shedding, das kann bis zu Monat 6 andauern.

40-60mg Prog. sollte wohl die richtige Dosis sein.. ausprobieren..

weil estron dominanz

hatte ich auch mit e2 zufügen zur genüge am anfang bis ich draufkam und prog dazunahm und stark reduzierte..

männer haben eine andere enzymbausschüttung

wenn testosteron immaginär ist...fällt die aga diffus und undefiniert eher mild aus..(weibl. muster..ludwig oder vertex mild)

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [ru-power](#) on Sat, 24 Aug 2013 14:49:46 GMT

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

mike. schrieb am Sat, 24 August 2013 16:39padesch schrieb am Sat, 24 August 2013 12:58kann dir keiner sagen. Aber warte doch jetzt einfach erstmal 6 monate ab. Bei Dutasterid haben viele

ein Shedding, das kann bis zu Monat 6 andauern.
40-60mg Prog. sollte wohl die richtige Dosis sein.. ausprobieren..

weil estron dominanz

hatte ich auch mit e2 zufügen zur genüge am anfang bis ich draufkam und prog dazunahm
und stark reduzierte..

männer haben eine andere enzymbausschüttung

wenn testosteron imaginär ist...fällt die aga diffus und undefiniert eher mild aus..(weibl.
muster..ludwig oder vertex mild)

also wäre nach dieser Ansicht 2,5mg Dut + ordentlich Progesteron die Lösung um das
Maximum zu erreichen?!

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike](#). on Sun, 25 Aug 2013 12:21:05 GMT

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

padesch schrieb am Sat, 24 August 2013 16:49mike. schrieb am Sat, 24 August 2013
16:39padesch schrieb am Sat, 24 August 2013 12:58kann dir keiner sagen. Aber warte doch jetzt
einfach erstmal 6 monate ab. Bei Dutasterid haben viele ein Shedding, das kann bis zu Monat 6
andauern.
40-60mg Prog. sollte wohl die richtige Dosis sein.. ausprobieren..

weil estron dominanz

hatte ich auch mit e2 zufügen zur genüge am anfang bis ich draufkam und prog dazunahm
und stark reduzierte..

männer haben eine andere enzymbausschüttung

wenn testosteron imaginär ist...fällt die aga diffus und undefiniert eher mild aus..(weibl.
muster..ludwig oder vertex mild)

also wäre nach dieser Ansicht 2,5mg Dut + ordentlich Progesteron die Lösung um das
Maximum zu erreichen?!

klar zum hässlich/fett/unsexy werden sicher

estrondominanz..35 ng-ml E1

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike](#). on Sun, 25 Aug 2013 12:38:59 GMT

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

City66 schrieb am Fri, 23 August 2013 22:36 Und jetzt mal einen Mann den japanischen Sänger Gackt der dafür bekannt ist sich Östrogen einzuschmeißen

http://cdn7.mixrmedia.com/wp-uploads/rekuru/blog/2010/04/gackt_sadface.jpg

Wahnsinnsstatus!!

Siehe Bild hier:

<http://www.japantoday.com/images/size/x/2012/06/Gackt.jpg>

Gackt oder auch Hype (nimmt der auch was??)
leben so, wie ich es gerne oft hätte...

<http://www.youtube.com/watch?v=73fAG7khd7U>

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike](#). on Tue, 03 Sep 2013 07:14:57 GMT

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

WIE NATÜRLICH TESTOSTERON ERHÖHEN

<http://www.psychotherapiepraxis.at/pt-blog/testosteron-spiegel-erhoehen/>

Zitat: Stimmungsschwankungen wie Angst, Reizbarkeit, Aggression

Neigung zu Depression

Erhöhtes Gewicht und Körperfett, wachsender Bauchumfang

Schlechter werdendes Kurzzeitgedächtnis

Verminderte Konzentration und Aufmerksamkeitsspanne

Schlafprobleme und/oder stärkere Müdigkeit als früher

Reduzierter Wunsch nach Intimität und niedrigerer Sexualtrieb

oder rationaler Wunsch nach Sex, aber Gefühl von Lustlosigkeit
Erektile Dysfunktion
Weniger häufige und intensive Ejakulation
Osteoporose
reduziertes Selbstwertgefühl
Hitzewallungen und Nachtschweiß

wer schon ein paar dieser Symptome aufweist, hat dringenden Handlungsbedarf

ich hatte das sogar die ganze Pubertät lang...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [startoff](#) on Tue, 03 Sep 2013 08:08:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

funktioniert das? Oder nur Blut?

<http://www.verisana.de/testosteronmangel-test?gclid=CPKQi5rirkCFYWN3godBiAAIA>

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 03 Sep 2013 08:39:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was man auch noch tun könnte wäre u.U. Zink vor allem aber Brennesselwurzelextrakt. Das ist bei Bodybuildern "beliebt".
Steigert Testo etwas durch Einfluss auf SHBG und soll auch schwach aromatasehemmend wirken.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:05:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.gesundheitsseiten.com/index.php/abnehmen/322-maennlicher-teufelskreis-uebergewicht-und-testosteronmangel>

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:56:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

je höher das Testosteron, je niedriger das DHT .. soll auseinanderklaffen

je höher das Progesteron, je niedriger(??) das Estradiol (opt.> 1:20 | E2:P4)

desto maskuliner der Mann, desto potenter und desto dicker sein Haar..desto mehr alpha und kantiger..mehr biss, feuer in den augen (E2 spielt hier wiederum eine große Rolle)

auch müsste die Körperbehaarung ein anderes Muster haben.. schönere Struktur

Körperhaar wirkt auf willige Frauen anziehend(soll bitte nicht abwertend verstanden werden) .. die Struktur und das Muster ist entscheidend...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Tue, 03 Sep 2013 10:57:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Tue, 03 September 2013 11:56

Körperhaar wirkt auf willige Frauen anziehend(soll bitte nicht abwertend verstanden werden) .. die Struktur und das Muster ist entscheidend...

hmm ich weiß0 ja nich...für manche auch doch eher abstoßend wenn man sich mal die jüngeren anschaut und dann einer ankommt mit "vollem Fell" bei 35 Grad bspw....
Nee danke denn grade bei solchen Temperaturen wär mir das absolut nix!

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 03 Sep 2013 11:43:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

knopper22 schrieb am Tue, 03 September 2013 12:57mike. schrieb am Tue, 03 September 2013 11:56

Körperhaar wirkt auf willige Frauen anziehend(soll bitte nicht abwertend verstanden werden) .. die Struktur und das Muster ist entscheidend...

hmm ich weiß0 ja nich...für manche auch doch eher abstoßend wenn man sich mal die jüngeren anschaut und dann einer ankommt mit "vollem Fell" bei 35 Grad bspw....
Nee danke denn grade bei solchen Temperaturen wär mir das absolut nix!

Bei 14 Jährigen wird man mit Brusthaar nicht punkten. Bei den richtigen jungen Frauen die wissen was sie wollen und sich das auch sexuell holen über 20/25 auf jeden Fall.
Das mit den Temperaturen versteh ich nicht. Wenn ich mir im Sommer doch mal die Brust rasiere merke ich keinen Unterschied.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [ru-power](#) on Tue, 03 Sep 2013 11:44:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei den "Barbies", "Models" usw.. punktest du sicher nicht mit Brusthaar. Wie sieht das denn aus, wenn man durchtrainiert ist aber nen Toupet auf der Brust?

Nee sry, das würd mir nicht gefallen.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [startoff](#) on Tue, 03 Sep 2013 12:03:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn man nun Testosteron erhöht sollte dann nicht erstmal der Haarausfall stärker werden weil auch mehr DHT entsteht?
und sich dann nach einigen Wochen oder Monaten erst der Körper reguliert und DHT senkt?

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 03 Sep 2013 12:05:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

padesch schrieb am Tue, 03 September 2013 13:44Bei den "Barbies", "Models" usw.. punktest du sicher nicht mit Brusthaar. Wie sieht das denn aus, wenn man durchtrainiert ist aber nen Toupet auf der Brust?

Nee sry, das würd mir nicht gefallen.
So.

<http://i531.photobucket.com/albums/dd359/lefler-1981/henry20cavill20shirtless20man20of20steel.jpg>

<http://marieastra8.files.wordpress.com/2013/03/hugh-jackman-wolverine-chest.jpg%3Fw%3D300%26h%3D252>

<http://worldsstrongestlibrarian.com/wp-content/uploads/2010/10/kettleblel-snatch.jpg>

Und sorry aber es steht bei weitem nicht jeder Mann auf Barbies und Models. Ich steh nicht mal auf Blondinen...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Tue, 03 Sep 2013 12:06:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Tue, 03 September 2013 13:43

Wenn ich mir im Sommer doch mal die Brust rasiere merke ich keinen Unterschied.

doch. Ich merks an den Oberbeinen und Hintern ^^

Bei richtiger Hitze alles klebrig mund eklig. Mit kurzem Fell eher nich...

Brust wird ebenso sein....

Kommt auch unter anderem dadurch das wir bspw. so tropische Hitze hier gar nicht kennen, aber glaub mir in Florida bspw. is das eher hinderlich und nervig...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Knorkell](#) on Tue, 03 Sep 2013 12:07:22 GMT

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

Ich hab mir in meinem Leben nie etwas anderes rasiert als meinen Schambereich, meine Brust, meine Achseln und meinen Bart. Beine, Hintern, Arme...war nie eine Option. Da gehören Haare hin.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [knopper22](#) on Tue, 03 Sep 2013 12:08:42 GMT

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

padesch schrieb am Tue, 03 September 2013 13:44Bei den "Barbies", "Models" usw.. punktest du sicher nicht mit Brusthaar. Wie sieht das denn aus, wenn man durchtrainiert ist aber nen Toupet auf der Brust?

Nee sry, das würd mir nicht gefallen.

gasnz meine Meinung, wer ne Barbie will muss halt wie n "Boy" aussehen...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Knorkell](#) on Tue, 03 Sep 2013 12:15:10 GMT

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

knopper22 schrieb am Tue, 03 September 2013 14:08padesch schrieb am Tue, 03 September 2013 13:44Bei den "Barbies", "Models" usw.. punktest du sicher nicht mit Brusthaar. Wie sieht das denn aus, wenn man durchtrainiert ist aber nen Toupet auf der Brust?

Nee sry, das würd mir nicht gefallen.

gasnz meine Meinung, wer ne Barbie will muss halt wie n "Boy" aussehen...

Was für ein Schwachsinn...sorry aber wie wenig Ahnung kann man eigentlich haben?

Ich kenne die personifizierte Barbie nur mit größeren Brüsten. Sie ist sogar erst 18, ein wunderhübsches Mädchen, dass jeder kennt und ihr Freund ist 23, hat nen Buzzcut, ist breit/muskulös, zieht sich eher simpel/elegant an, gern auch mal nur Muskelshirt auf Jeans, hat 3 Tage Bart, Brusthaar und gut Armbehaarung, hat sogar trotz Muskeln nen kleinen Bauch...und ist in jeder Hinsicht weit davon entfernt ein Justin Bieber Jüngelchen zu sein.

Die Mädels die immer auf diese "hübschen Boys" mit farbenfrohen Modeklamotten aus dem New Yorker oder hollister stehen und die immer die neusten Trendfrisuren haben, sind in dem meisten mir bekannten Fällen Durchschnittsfrauen die sich bis zur Unkenntlichkeit aufdonnern weil sie glauben mit solchen Typen ein tolles Statussymbol gefunden zu haben....nicht alle aber sehr viele.

Die Frauen die jeder kennt weil sie wirklich aus der Masse von hübschen Frauen hervorstechen haben häufig Kerle die absolut nicht in das Schönlingsschema passen.

Das scheint mir fast eine Regel zu sein. Da finden sich kleine, untersetzte Glatzköpfe neben größeren durchtrainierten extrem hübschen Leistungssportlerinnen, übergewichtige riesen ohne hübsches Gesicht neben kleinen "sehr weiblichen" Brünetten mit Kindchenschema Gesicht...usw. die ganzen hübschen Kerle oder aktiven Fotomodells in meinem Bekanntenkreis haben alle Frauen die zwar ganz nett aussehen aber auch sehr gewöhnlich sind, manche haben welche die in keiner Weise hübsch ist.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 03 Sep 2013 13:01:59 GMT

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

Knorkell schrieb am Tue, 03 September 2013 14:15knopper22 schrieb am Tue, 03 September 2013 14:08padesch schrieb am Tue, 03 September 2013 13:44Bei den "Barbies", "Models" usw.. punktest du sicher nicht mit Brusthaar. Wie sieht das denn aus, wenn man durchtrainiert ist aber nen Toupet auf der Brust?

Nee sry, das würd mir nicht gefallen.

gasnz meine Meinung, wer ne Barbie will muss halt wie n "Boy" aussehen...

Was für ein Schwachsinn...sorry aber wie wenig Ahnung kann man eigentlich haben?

Ich kenne die personifizierte Barbie nur mit größeren Brüsten. Sie ist sogar erst 18, ein wunderhübsches Mädchen, dass jeder kennt und ihr Freund ist 23, hat nen Buzzcut, ist breit/muskulös, zieht sich eher simpel/elegant an, gern auch mal nur Muskelshirt auf Jeans, hat 3 Tage Bart, Brusthaar und gut Armbehaarung, hat sogar trotz Muskeln nen kleinen Bauch...und ist in jeder Hinsicht weit davon entfernt ein Justin Bieber Jüngelchen zu sein.

Die Mädels die immer auf diese "hübschen Boys" mit farbenfrohen Modeklamotten aus dem New Yorker oder hollister stehen und die immer die neusten Trendfrisuren haben, sind in dem meisten mir bekannten Fällen Durchschnittsfrauen die sich bis zur Unkenntlichkeit aufdonnern weil sie glauben mit solchen Typen ein tolles Statussymbol gefunden zu haben....nicht alle aber sehr viele.

Die Frauen die jeder kennt weil sie wirklich aus der Masse von hübschen Frauen hervorstechen haben häufig Kerle die absolut nicht in das Schönlingsschema passen.

Das scheint mir fast eine Regel zu sein. Da finden sich kleine, untersetzte Glatzköpfe neben größeren durchtrainierten extrem hübschen Leistungssportlerinnen, übergewichtige riesen

ohne hübsches Gesicht neben kleinen "sehr weiblichen" Brünetten mit Kindchenschema Gesicht...usw. die ganzen hübschen Kerle oder aktiven Fotomodells in meinem Bekanntenkreis haben alle Frauen die zwar ganz nett aussehen aber auch sehr gewöhnlich sind, manche haben welche die in keiner Weise hübsch ist.

dem ist nichts hinzuzufügen

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Gast](#) on Tue, 03 Sep 2013 13:05:27 GMT

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

was hier immer dem weiblichen geschlecht verallgemeinert unterstellt wird.
nur frauenverstehere unterwegs

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Knorkell](#) on Tue, 03 Sep 2013 13:23:55 GMT

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

tysa schrieb am Tue, 03 September 2013 15:05 was hier immer dem weiblichen geschlecht verallgemeinert unterstellt wird.

nur frauenverstehere unterwegs

Wenn ich mich pauschalisierend formuliert habe tut mir das Leid.

Ich wollte nur meinen eigenen (aller Bescheidenheit zum Trotz brauchbareren) subjektiven Blick dem von Knopper entgegenstellen.

Natürlich kenne ich auch ein paar andere Fälle. Aber wer kennt es nicht, dass man bei diesen Wahnsinns Frauen nur ungläubig staunt weil sie in festen Beziehungen mit Kerlen sind die weit davon entfernt sind im Sinne der Mode hübsch zu sein.

Häufig sind das auch attraktive Kerle, aber eben sehr selten diese Metroschönlinge die Frauen auf die eine oder andere Weise wie Dreck...ach egal lassen wirs gut sein

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [MatteStattPlatte](#) on Tue, 03 Sep 2013 19:55:34 GMT

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

knopper22 schrieb am Tue, 03 September 2013 14:08 padesch schrieb am Tue, 03 September 2013 13:44 Bei den "Barbies", "Models" usw.. punktest du sicher nicht mit Brusthaar. Wie sieht das denn aus, wenn man durchtrainiert ist aber nen Toupet auf der Brust?

Nee sry, das würd mir nicht gefallen.

gasnz meine Meinung, wer ne Barbie will muss halt wie n "Boy" aussehen...

Ich bin auch der Meinung, das Körperbehaarung zumindest bei jungen Leuten nicht hoch im Kurs steht. Es gibt mittlerweile reichlich Waxing- und Laserstudios zur Haarentfernung. Warum

wohl, weil es dafür einen Markt gibt! Aber natürlich gibt es auch immer Leute, die Körperhaare gut finden, z.B. die Bear Community.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Tue, 03 Sep 2013 20:16:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MatteStattPlatte schrieb am Tue, 03 September 2013 21:55knopper22 schrieb am Tue, 03 September 2013 14:08padesch schrieb am Tue, 03 September 2013 13:44Bei den "Barbies", "Models" usw.. punktest du sicher nicht mit Brusthaar. Wie sieht das denn aus, wenn man durchtrainiert ist aber nen Toupet auf der Brust?

Nee sry, das würd mir nicht gefallen.

gasnz meine Meinung, wer ne Barbie will muss halt wie n "Boy" aussehen...
Ich bin auch der Meinung, das Körperbehaarung zumindest bei jungen Leuten nicht hoch im Kurs steht. Es gibt mittlerweile reichlich Waxing- und Laserstudios zur Haarentfernung. Warum wohl, weil es dafür einen Markt gibt! Aber natürlich gibt es auch immer Leute, die Körperhaare gut finden, z.B. die Bear Community.

Jaa Community? lol wie viel sind das? Vielleicht 0,1 % der Bevölkerung?
Also mich stören meine Brusthaare schon und manchmal beneide ich Frauen schon das sie die komplett nich haben. Einfach unter die Dusche und fertig, und unsereins steht jedesmal noch ne halbe stunde vorher mit der Pinzette da!
Wie schnell die auch nachwachsen fasziniert mich immer wieder, morgens rausgezupft am Abend schon wieder alles da.
Wenns doch mal aufm Kopf so wäre....

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 03 Sep 2013 21:59:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sagt mal wie alt seit ihr eigentlich alle, dass ihr euch sexuell offensichtlich an Teenies orientiert? Das kommt davon wenn man in der Pubertät seine Sexualität nicht richtig ausgelebt hat schätz ich.

Also die Frauen die ich kenne, die Attraktiven, die die nicht 3 Monate lang einen Kerl auf die Folter spannen bis er es sich vllt. verdient hat rangelassen zu werden. Die "heißen Feger" die stehen allesamt auf Körperhaar, auf muskulöse Rücken, drei Tage Bart, teilweise Tattoos und häufig etwas wilderes Haar. Szeneübergreifend...

KA warum ein Knopper mit seinen 29 Jahren immer noch in Richtung optisch minderjährig schielt...aber ich hab da eine Theorie

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Leidensgenosse84](#) on Wed, 04 Sep 2013 14:33:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ähm, also das Schema Schimanski, Bodybuilder und Co. ist heute wirklich etwas aus der Mode. Meiner Erfahrung nach fliegt die Damenwelt (jeden Alters übrigens) auf den Typus groß + Mähne + eher kindlich + gesunder Körperfettanteil, wobei dezente Körperbehaarung auf Brust und im Gesicht à la Hipster durchaus akzeptiert wird.

Zum Thema: Ich habe ziemlich sicher einen Testo-Überschuss, habe das auch mal per Speichelprobe testen lassen. Und dennoch AGA, vor allem die GHEs werden unaufhaltsam breiter trotz FIN seit nun über drei Jahren. Auf der anderen Seite ist es erschreckend, dass Haare in anderen Körperregionen ohne Probleme nachwachsen.

Ich habe schon mit Soja- und Hopfenkapseln experimentiert - vor allem, wenn ich mal wieder Probleme mit extrem hoher Talgdrüsenaktivität auf der Kopfhaut hatte, was ziemlich häufig (evt. durch FIN, tägliche Dosis ist daher schon reduziert) vorkommt. Subjektiv besserte sich die Lage dann immer wieder, könnte aber auch einfach der Faktor Zeit gewesen sein. Problem: Das Wohlbefinden ging immer mehr oder weniger stark zurück, v.a. Antrieb und Libido waren beeinträchtigt. Ziemlich bescheiden: FIN absetzen ist mir zu riskant, diese Phytoöstrogene schlagen mir auf die Stimmung und Testo scheint mehr als genug vorhanden zu sein. Keine Ahnung, wo und wie man hier ansetzen könnte.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Wed, 04 Sep 2013 14:48:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Leidensgenosse84 schrieb am Wed, 04 September 2013 16:33Ähm, also das Schema Schimanski, Bodybuilder und Co. ist heute wirklich etwas aus der Mode. Meiner Erfahrung nach fliegt die Damenwelt (jeden Alters übrigens) auf den Typus groß + Mähne + eher kindlich + gesunder Körperfettanteil, wobei dezente Körperbehaarung auf Brust und im Gesicht à la Hipster durchaus akzeptiert wird.

Zum Thema: Ich habe ziemlich sicher einen Testo-Überschuss, habe das auch mal per Speichelprobe testen lassen. Und dennoch AGA, vor allem die GHEs werden unaufhaltsam breiter trotz FIN seit nun über drei Jahren. Auf der anderen Seite ist es erschreckend, dass Haare in anderen Körperregionen ohne Probleme nachwachsen.

Ich habe schon mit Soja- und Hopfenkapseln experimentiert - vor allem, wenn ich mal wieder Probleme mit extrem hoher Talgdrüsenaktivität auf der Kopfhaut hatte, was ziemlich häufig (evt. durch FIN, tägliche Dosis ist daher schon reduziert) vorkommt. Subjektiv besserte sich die Lage dann immer wieder, könnte aber auch einfach der Faktor Zeit gewesen sein. Problem: Das Wohlbefinden ging immer mehr oder weniger stark zurück, v.a. Antrieb und Libido waren beeinträchtigt. Ziemlich bescheiden: FIN absetzen ist mir zu riskant, diese Phytoöstrogene schlagen mir auf die Stimmung und Testo scheint mehr als genug vorhanden zu sein. Keine Ahnung, wo und wie man hier ansetzen könnte.

Dein DHT ist hoch

viel T bei wenig P4 = viel DHT

m.e.

EDIT soja ist bei dir wg normale regulation wirkungslos und kannst absetzen

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Leidensgenosse84](#) on Wed, 04 Sep 2013 14:52:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sorry - Doppelpost...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [malcanum](#) on Wed, 04 Sep 2013 14:52:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich frage mich manchmal ob Frauen ab einem gewissen Alter ganz gerne zu dem nicht typischen Schönling greifen, weil sie davon ausgehen das er ihnen nicht so schnell fremdgehen wird. Weiterhin sind gewisse Makel an dem Partner vlt erwünscht, weil "Frau" dann auch nicht perfekt sein muss.

Das führt dann vlt zu dem Bild, hübsche Frau, nicht so hübscher Kerl.

Abgesehen von der Versorgeraufgabe, der sicherlich viele Frauen eine übergeordnete Rolle zuschreiben und damit auf Äußerlichkeiten etwas weniger achten, geht es dann möglicherweise doch eher um Charakter und nicht so sehr um das Aussehen.

Was mir aufgefallen ist (meine pers. Erfahrung), hübsche, selbstbewusste Frauen legen viel Wert auf sexuelle Aktivität. Nicht das sie Ihren Partner damit unter Druck setzen würden, aber sie stehen einfach drauf (sag ich jetzt mal so).

Wenn dann alles zusammenpasst, guter Charakter, nicht absolut perfektes Aussehen, sexuell aktiv usw., dann ist das auch für sehr attraktive Frauen der richtige Partner.

Sicherlich keine neuen Erkenntnisse, manchmal wird das aber glaube ich vergessen.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Wed, 04 Sep 2013 15:09:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

malcanum schrieb am Wed, 04 September 2013 16:52Ich frage mich manchmal ob Frauen ab einem gewissen Alter ganz gerne zu dem nicht typischen Schönling greifen, weil sie davon ausgehen das er ihnen nicht so schnell fremdgehen wird.

Weiterhin sind gewisse Makel an dem Partner vlt erwünscht, weil "Frau" dann auch nicht perfekt sein muss.

Das führt dann vlt zu dem Bild, hübsche Frau, nicht so hübscher Kerl.

hier fungert der "kerl" als ernährer und statuserhalter ... was nicht negativ sein soll, es gibt genügend liebe frauen, die diesen "kerlen" vieles zurückgeben

geben und nehmen

[quote]

Abgesehen von der Versorgeraufgabe, der sicherlich viele Frauen eine übergeordnete Rolle zuschreiben und damit auf Äußerlichkeiten etwas weniger achten, geht es dann möglicherweise doch eher um Charakter und nicht so sehr um das Aussehen.

Zitat:

Was mir aufgefallen ist (meine pers. Erfahrung), hübsche, selbstbewusste Frauen legen viel Wert auf sexuelle Aktivität.

==

Zitat:

Nicht das sie Ihren Partner damit unter Druck setzen würden, aber sie stehen einfach drauf (sag ich jetzt mal so).

eine form der autogynäphilie

Zitat:

Wenn dann alles zusammenpasst, guter Charakter, nicht absolut perfektes Aussehen, sexuell aktiv usw., dann ist das auch für sehr attraktive Frauen der richtige Partner. Sicherlich keine neuen Erkenntnisse, manchmal wird das aber glaube ich vergessen.

auch meine meinung

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Wed, 04 Sep 2013 15:17:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Tue, 03 September 2013 23:59

...

KA warum ein Knopper mit seinen 29 Jahren immer noch in Richtung optisch minderjährig schießt...aber ich hab da eine Theorie

Ja genau deshalb!

und? Ich fühle mich persönlich körperlich noch nicht alt bzw. als ausgereift. Warum soll ich es nicht ausleben dürfen? Ist es irgendwann tatsächlich zu spät?
Ich denke grade da sollte man nicht zu oft denken bzw. Panik schieben. Alt wird man schon noch früh genug, bzw. wenn ich mal 60, 70 bin....
Von daher will ich gar keine Frau die schon X Erfahrung hat bzw. eine direkt in meinem Alter....

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Leidensgenosse84](#) on Wed, 04 Sep 2013 15:21:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 04 September 2013 16:48
Dein DHT ist hoch

viel T bei wenig P4 = viel DHT

m.e.

EDIT soja ist bei dir wg normale regulation wirkungslos und kannst absetzen Hm, aber dann müsste ja FIN das Mittel der Wahl sein im Bezug auf DHT. Und Soja soll doch regulierend wirken, was bei hohen Testowerten eigentlich ja dann von Vorteil sein müsste? Seit FIN hat sich auch mein Bartwuchs verstärkt und das mit der hohen Talgdrüsenaktivität hängt wohl ebenfalls mit zuviel Testosteron zusammen, vor FIN hatte ich damit auch keine Probleme. FIN erhöht bei mir scheinbar Testosteron und senkt gleichzeitig DHT - zumindest die GHEs schreiten dennoch voran.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Wed, 04 Sep 2013 15:40:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Leidensgenosse84 schrieb am Wed, 04 September 2013 17:21mike. schrieb am Wed, 04 September 2013 16:48
Dein DHT ist hoch

viel T bei wenig P4 = viel DHT

m.e.

EDIT soja ist bei dir wg normale regulation wirkungslos und kannst absetzen Hm, aber dann müsste ja FIN das Mittel der Wahl sein im Bezug auf DHT. Und Soja soll doch regulierend wirken, was bei hohen Testowerten eigentlich ja dann von Vorteil sein müsste? Seit FIN hat sich auch mein Bartwuchs verstärkt und das mit der hohen Talgdrüsenaktivität hängt wohl ebenfalls mit zuviel Testosteron zusammen, vor FIN hatte ich damit auch keine Probleme. FIN erhöht bei mir scheinbar Testosteron und senkt gleichzeitig DHT - zumindest die GHEs schreiten dennoch voran.

für was Ar senken wenn das level optimal ist..es ist nur DHT erhöht ... fin ern. DHT = mehr haare .. und dann nach 7-8 mo. erneute AGA.. die UR induzierte

ich meine, bei der konstellation könnte genau die uregulation der AR, 5ars hervorgerufen werden..

eine andere regulation ist das mehr metabolisieren des Cholesterol in Pregnenolone und P4 ..da hat man glück, das senkt DHT...aber das AR level bleibt erhöht, obwohl es anfangs nie ein problem war

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Leidensgenosse84](#) on Wed, 04 Sep 2013 16:22:57 GMT

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

Also würdest du gar nicht eingreifen im Bezug auf das Testosteron und weiter nur auf FIN setzen? Was mich eben auch irritiert, sind die offenbar starken hormonellen Schwankungen: In manchen Wochen muss ich fast zweimal pro Tag die Haare waschen, weil die Talgproduktion abnorm erhöht ist, dann gibt es wieder Tage an denen die Talgdrüsen offenbar normal arbeiten. Nach hohem Bierkonsum geht es meiner Kopfhaut übrigens meistens recht gut, auch der Bartwuchs ist nicht so ausgeprägt wie sonst - der Hopfen macht das wohl. Laut dem Test von Mitte 2012 liegt der Testosteronwert bei 153 pg/ml.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Gast](#) on Wed, 04 Sep 2013 16:23:27 GMT

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

Sagt mal, bin ich der Einzige der mit fortlaufender Zeit, immer weniger von Mike's Aussagen versteht?

Ich schätze ja das Fachwissen in Bezug auf Hormone von Mike, aber ich würde mir wirklich wünschen, dass die Sätze zuende formuliert werden und man nicht mit den obligatorischen zwei Punkten mitten im Satz "dumm" stehen gelassen wird.

Gerade in diesem sensiblen Themenbereich (Hormone) sollte alles ausführlichst erläutert und nicht durch Abkürzungen verschachtelt werden, um Neulingen nicht einen falschen Ansatz zu geben.

Ich hoffe es wird nicht als persönlicher Angriff aufgenommen

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [knopper22](#) on Wed, 04 Sep 2013 16:31:31 GMT

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

Raheem schrieb am Wed, 04 September 2013 18:23Sagt mal, bin ich der Einzige der mit

fortlaufender Zeit, immer weniger von Mike's Aussagen versteht?

Ich schätze ja das Fachwissen in Bezug auf Hormone von Mike, aber ich würde mir wirklich wünschen, dass die Sätze zuende formuliert werden und man nicht mit den obligatorischen zwei Punkten mitten im Satz "dumm" stehen gelassen wird.

Gerade in diesem sensiblen Themenbereich (Hormone) sollte alles auführlichst erläutert und nicht durch Abkürzungen verschachtelt werden, um Neulingen nicht einen falschen Ansatz zu geben.

Ich hoffe es wird nicht als persönlicher Angriff aufgenommen

Jap versteh ich auch nicht mehr wirklich und ehrlich gesagt auch nicht so ganz das mit Fin!
Hat bei mir 6 Jahre durch gewirkt. Nix mit Upregulation usw...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [Knorkell](#) on Wed, 04 Sep 2013 21:55:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

knopper22 schrieb am Wed, 04 September 2013 17:17Knorkell schrieb am Tue, 03 September 2013 23:59

...

KA warum ein Knopper mit seinen 29 Jahren immer noch in Richtung optisch minderjährig schielt...aber ich hab da eine Theorie

Ja genau deshalb!

und? Ich fühle mich persönlich körperlich noch nicht alt bzw. als ausgereift. Warum soll ich es nicht ausleben dürfen? Ist es irgendwann tatsächlich zu spät?

Ja! Und gegen das Gesetz ist es auch! Reiß dich mal am Riemen...

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Thu, 05 Sep 2013 01:25:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Wed, 04 September 2013 23:55knopper22 schrieb am Wed, 04 September 2013 17:17Knorkell schrieb am Tue, 03 September 2013 23:59

...

KA warum ein Knopper mit seinen 29 Jahren immer noch in Richtung optisch minderjährig schielt...aber ich hab da eine Theorie

Ja genau deshalb!

und? Ich fühle mich persönlich körperlich noch nicht alt bzw. als ausgereift. Warum soll ich es nicht ausleben dürfen? Ist es irgendwann tatsächlich zu spät?

Ja! Und gegen das Gesetz ist es auch! Reiß dich mal am Riemen...

ähm, ja...nur über 18 natürlich

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 05 Sep 2013 10:40:51 GMT

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

Achso, hab ja geschrieben minderjährig.

Gut über 18...ich seh das immer kritisch aber einige Freundinnen haben oder hatten mit 19/20/21 über 10 Jahre ältere Freunde...von daher geht das noch.

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike.](#) on Thu, 05 Sep 2013 18:02:33 GMT

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

hab ich vorhin bekommen..... Danke dafür

poste ich gleich mal hier rein...

Zitat:

Erste Symptome seien Müdigkeit und Abgeschlagenheit, also eher psychische Symptome. "Ein klarer Hypogonadismus liegt bei Werten unterhalb von 2,5 ng/dl", so Jäger im Gespräch mit der "Ärzte Zeitung".

So könnten sich etwa Symptome wie eine Hypercholesterinämie oder eine Osteopenie entwickeln.

Die Testosteronmessungen sollten möglichst in den Vormittagsstunden erfolgen, da der Testosteronspiegel einer zirkadianen Rhythmik unterliegt und nachmittags niedriger ist.

Zitat:Hormone, so der Urologe, seien letztlich "das Orchester des Mannes". Und ein guter Männerarzt könne zum "Dirigenten dieses Orchesters" werden.

<http://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/hormonstoerungen/testosteron-mangel/article/811678/muede-mangels-testosteron.html>

Männerarzt gibt es wenig.... jeder ist sein eigener Männerarzt und muss seinen

Hormonhaushalt managen wie er seine Finanzen oder sonstwas managt

Subject: Aw: Hoher Testosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Thu, 05 Sep 2013 18:15:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Frage bleibt aber, und zwar wie soll der Testomangel verursacht sein wenn man nix extremes nimmt? Sprich externe Hormone?
Nur durch schlechte Ernährungsgewohnheiten? Was kann die Hoden so alles beeinträchtigen und vor allem wie bekommt man sie natürlich am effizientesten wieder zum arbeiten?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Wed, 18 Sep 2013 11:37:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Tue, 23 July 2013 13:03

testosteron haben alle genug...die metaboliten machen probleme,,,

die metaboliten greifen optisch bei <6-6,5 ng-ml .. hier müsste die upregulation liegen

wenn ich mir jungs mit unter den werten ansehe, sehe ich estrogen-dominanz-gesicht (aufgeschwemmt mit hängebacken li+re von der nase etc) + viriler als artgenossen mit mehr T (braunere haut, fettiger und ungepflegter)
dazu weniger biss

in bin selber grad in der solala phase (aufgeschwemmter/runder als kantige männer + viriler als eine frau .. größte scheiXXform der androgyanität) und kann mein spielbild nicht ertragen ..

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Wed, 18 Sep 2013 11:45:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

natürlich ist ein T Wert zu wenig aussagekräftig

die gegenüberstellung mit den anderen Hormone macht es aus...

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [krx](#) on Wed, 18 Sep 2013 12:03:46 GMT

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

mike. schrieb am Wed, 18 September 2013 13:37pilos schrieb am Tue, 23 July 2013 13:03

testosteron haben alle genug...die metaboliten machen probleme,,,

die metaboliten greifen optisch bei <6-6,5 ng-ml .. hier müsste die upregulation liegen

wenn ich mir jungs mit unter den werten ansehe, sehe ich estrogen-dominanz-gesicht (aufgeschwemmt mit hängebacken li+re von der nase etc) + viriler als artgenossen mit mehr T (braunere haut, fettiger und ungepflegter) dazu weniger biss

in bin selber grad in der solala phase (aufgeschwemmter/runder als kantige männer + viriler als eine frau .. größte scheiXXform der androgyanität) und kann mein spielbild nicht ertragen ..

Das stimmt nicht. Ich habe 5,2 ng/ml und weiße genau diese männlichkeitssymbole auf...

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!

Posted by [mike.](#) on Wed, 18 Sep 2013 12:12:41 GMT

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

krx schrieb am Wed, 18 September 2013 14:03mike. schrieb am Wed, 18 September 2013 13:37pilos schrieb am Tue, 23 July 2013 13:03

testosteron haben alle genug...die metaboliten machen probleme,,,

die metaboliten greifen optisch bei <6-6,5 ng-ml .. hier müsste die upregulation liegen

wenn ich mir jungs mit unter den werten ansehe, sehe ich estrogen-dominanz-gesicht (aufgeschwemmt mit hängebacken li+re von der nase etc) + viriler als artgenossen mit mehr T (braunere haut, fettiger und ungepflegter)
dazu weniger biss

in bin selber grad in der solala phase (aufgeschwemmter/runder als kantige männer + viriler als eine frau .. größte scheiXXform der androgyanität) und kann mein spielbild nicht ertragen ..

Das stimmt nicht. Ich habe 5,2 ng/ml und weiße genau diese männlichkeitssymbole auf...

das ist keine männlichkeit

unmännlich und unweiblich

du hast eine starke äusserliche virilisierung der haut + AGA
trotzdem ED (wegen der starken androgenisierung und destrogenisierung...dein DHT übernimmt die aufgabe des Testosteron..eig sollte es umgekehrt sein)

form maskulin, ausstrahlung stark viril

E2 als metabolit wirkt bei dir zu wenig
DHT u stark dnk upregulation

ausserdem hast du mit ca 600 pg-ml DHT einen zu hohen DHT Spiegel für diese 5,2 ng-ml Testo..

Verh 1:8 ... 1:9

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike](#). on Wed, 18 Sep 2013 12:16:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Junge Männer .. weisen oft ca 7 ng-ml T auf und unter 300 pg-ml DHT

1:22 ca

das ist ganz was anderes dann optisch...auch gibt es hier keine potenzprobleme wenn E2 auch im gesunden rahmen ist und ciht zu wenig oder zuvie im vergl zu dht

ich werde demnächst noch einen thread gebnau darüber eröffnen

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Wed, 18 Sep 2013 12:20:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mag ja auch alles sein....
Die Frage ist nur warum die Werte alle so sind? Was hat den größten Einfluss?
Genetik? Ernährung? NEM'S?

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike.](#) on Wed, 18 Sep 2013 12:23:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

knopper22 schrieb am Wed, 18 September 2013 14:20Mag ja auch alles sein....
Die Frage ist nur warum die Werte alle so sind? Was hat den größten Einfluss?
Genetik? Ernährung? NEM'S?

was weiss ich.. jedenfalls unterscheidet das meist einen non aga vs aga mann

was ich bis jetzt gesehen habe

ich werde bald hier einen thread reinstellen.. wo ich auch hier daten sammeln kann.. und wir vllt nach und nach mehrere gebrochen junger männer zus. zur aga lösen könnten

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [krx](#) on Wed, 18 Sep 2013 12:40:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 18 September 2013 14:12krx schrieb am Wed, 18 September 2013 14:03mike. schrieb am Wed, 18 September 2013 13:37pilos schrieb am Tue, 23 July 2013 13:03

testosteron haben alle genug...die metaboliten machen probleme,,,

die metaboliten greifen optisch bei <6-6,5 ng-ml .. hier müsste die upregulation liegen

wenn ich mir jungs mit unter den werten ansehe, sehe ich estrogen-dominanz-gesicht (aufgeschwemmt mit hängebacken li+re von der nase etc) + viriler als artgenossen mit mehr T (braunere haut, fettiger und ungepflegter) dazu weniger biss

in bin selber grad in der solala phase (aufgeschwemmter/runder als kantige männer + viriler als eine frau .. größte scheiXXform der androgyanität) und kann mein spielbild nicht ertragen ..

Das stimmt nicht. Ich habe 5,2 ng/ml und weiße genau diese männlichkeitssymbole auf...

das ist keine männlichkeit

unmännlich und unweiblich

du hast eine starke äusserliche virilisierung der haut + AGA trotzdem ED (wegen der starken androgenisierung und destrogenisierung...dein DHT übernimmt die aufgabe des Testosteron..eig sollte es umgekehrt sein)

form maskulin, ausstrahlung stark viril

E2 als metabolit wirkt bei dir zu wenig DHT u stark dnk upregulation

ausserdem hast du mit ca 600 pg-ml DHT einen zu hohen DHT Spiegel für diese 5,2 ng-ml Testo..

Verh 1:8 ... 1:9

Nein, ich meinte nicht dass ich diese Erscheinungen habe, sondern dass mein Gesicht wirklich stereotypisch männlich ist - Stirnfalten, hohe Wangenknochen, starke Gesichtsbehaarung etc.

Ja, DHT ist noch höher . 820 pg/ml.

War aber vor Fin exakt genauso 500 n/dl Testo
800 pg/ml DHT

Östrogen aber höher, bei 42 was auch immer (deswegen sind auch meine Wachstumsfugen
zu früh geschlossen - leider.)
zurzeit bei 30.

und SHBG war deutlich niedriger - mehr aktives Testo.

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike](#). on Wed, 18 Sep 2013 12:56:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dein Testo war zu niedrig darum sind die metabliten zu hoch

das ist immer so

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [krx](#) on Wed, 18 Sep 2013 13:18:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das macht doch keinen sinn....
wenn dann ist die 5-AR so aktiv dass eben beispielsweise viel dht synthetisiert wird. was ansich,
abgesehen von aga she gut ist...

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [mike](#). on Wed, 18 Sep 2013 13:23:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

krx schrieb am Wed, 18 September 2013 15:18das macht doch keinen sinn....
wenn dann ist die 5-AR so aktiv dass eben beispielsweise viel dht synthetisiert wird. was ansich,
abgesehen von aga she gut ist...

5ars und AR wird vom T deaktiviert

mr.goodkat hatte das mal gut erklärt ... ist schon länger her

vllt schreibt er noch was dazu..

Subject: Aw: Hoher Tstosteronwert besser für Haare!!!
Posted by [knopper22](#) on Wed, 18 Sep 2013 13:37:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 18 September 2013 14:23

...

was weiss ich.. jedenfalls unterscheidet das meist einen non aga vs aga mann

was ich bis jetzt gesehen habe

und das macht dann letztendlich auch den Haarausfall bzw. die Miniaturisierung der Follikel aus?
