

---

Subject: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [OneHair](#) on Mon, 12 Aug 2013 20:51:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Ich bin 22 und merke seit kurzem dass meine Haare am Hinterkopf lichter werden.

Mein Vater hatte eine Glatze, Großvater (mütterl.) hatte keine Glatze bis 92! Daher bin ich etwas verwundert über den frühen start.

HA hab ich nur am Hinterkopf. keine Geheimratsecken etc, noch volle Haarpracht an der Front.

Mein Vorhaben.

Hab mir Foligain N5(minox) (alkoholarm) geholt. und werde es nun 1 x täglich auftragen.

Frage dazu: Wenn ich von Anfang an Fin mit rein nehme, kommt es dann trotzdem zu einem Shadding? Bei mir gings bisher einfach recht schlechend kontinuierlich...(Nicht viele Haare im Waschbecken)

Was könnt ihr mir eher empfehlen? Mit Minox so lange arbeiten bis es keine Wirkung mehr zeigt und erst dann Fin einsetzen, oder gleich mit Fin starten?

Noch 1-2 Fragen/Ideen zu Fin.

Kann man 5mg Fin Tabletten in 10 Teile Teilen? (plane 0,5 mg Fin/Tag) Oder dann einfach 1mg Fin jeden 2ten Tag?

Ideen bezüglich Androgener Nebenwirkungen:

Klar müssen die nicht kommen, ich mach ich da auch nicht fertig, aber da ich auch Kraftsport mache setze ich mich doch mit dem ein oder anderen NEM auseinander.....

Inodol 3 Carbinol - zur Reduktion des Östro Spiegel zu drücken  
Zink als Aromatasehemmer  
Brokkoliextrakt zur Reduktion des Östro Spiegel  
D Asparagin Säure zur Erhöhung des körpereigenen Testosterons  
Tribulus + Maca + Ginseng - selbe Idee, Libido "schutz"

was haltet ihr von meiner Idee bezüglich NEM? Quatsch oder vielleicht doch wirksam?  
hier noch ein Bild, es spiegelt die Relalität ganz gut wieder:

Danke für eure Hilfe, freu mich schon auf interessante Diskussionen.

### File Attachments

---

1) [DSC\\_0034.jpg](#), downloaded 1391 times



Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [ru-power](#) on Mon, 12 Aug 2013 21:00:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich würde erstmal 6-12Monate nur Fin nehmen. Wenns dann nicht dicht ist Minox dazu.

Bei mir wars ähnlich, siehe Signatur.

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [OneHair](#) on Mon, 12 Aug 2013 21:07:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

wieso nicht nur minox anfangs?

wie gings dir mit NW? Ich hab keine Angst davor, aber immer wieder interessant zu hören.

Ich würde gering dosieren, sprich 0,5 mg, bei bedarf steigern?

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 12 Aug 2013 21:23:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also zu deinen NEM`s...

Zink als Aromatasehemmer is nix..

Brokkoliextrakt...ich vermute du meinst DIM?! Auf jeden Fall nicht Bioverfügbar....spar dir das Geld.

Maca etc. nicht Bioverfügbar bzw. bringt nix...

Inodol 3 Carbinol ....scheint sowas wie ein Phytoöstrogen zu sein

D Asparagin Säure..naja...

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [OneHair](#) on Mon, 12 Aug 2013 21:30:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mhm dacht ich mir fast....dass das meiste davon schrott ist.

Was heißt Phytoöstrogen?

D Asparaginsäure wirkt definitiv. Konnte deutlichen Libido anstieg verbuchen.

mhm nun steh ich vor der Entscheidung, mal nur Minox raufschmieren oder gleich mit 0,5 Fina

---

durchstarten, was sagt ihr?

Ist Fin von Generics24 vertrauenswürdig? Sind das Originale Medis oder irgendeine Untergrundlabor Pantsche?

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [opti](#) on Mon, 12 Aug 2013 22:31:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich würde eher erstmal Minox probieren ,eventuell mit Voltaren gemischt...oder vll bissl fin ins topical hauen .

Aber wenn das geschmiere zu stressig wird und du dir kein stress wegen NWs machst-> fin

ps: ich mach auch kraftsport(vergleichbarer körperbau) und nehm fin noch nicht wegen manchen NW's

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [OneHair](#) on Mon, 12 Aug 2013 22:40:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

dein username kommt mir verdächtig bekannt vor, du bist nicht zufällig in einem Bodybuilding Forum aktiv

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [ru-power](#) on Tue, 13 Aug 2013 12:36:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Vll probierst du einfach das:

<http://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&goto=272619>

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [OneHair](#) on Tue, 13 Aug 2013 15:57:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich kenne die Methode bereits und stehe dem noch etwas skeptisch gegenüber.

Plan vorerst:

Finasterid 0,5 mg / Tag oral

---

Minox will ich erst mit rein nehmen wenn es unter Fina zu weiterem Ausfall kommt, da ich Angst vor starkem Shadding habe.

Wenn NW eintreten werd ich über alternativen Nachdenken, bzw versuchen die NW mit anderen Mitteln zu bekämpfen.

Libidoverlust - kann man doch mit einigen Sachen dagegen arbeiten

Weniger Bart/Körperhaar, ok von mir aus

Wassereinlagerungen, glaub ich kaum ansonsten kann man da Ernährungstechnisch auch etwas machen

HDL LDL verschlechterung - gibts möglichkeite um vorzubeugen

Gyno - immer kontrollieren, wenn sich da was tut, sofort gegensteuern, Notfall ---> op

Am meisten Angst mach mir dass ich eine weinerliche Pussy werde, sprich mich unmännlich verhalten werde ohne es überhaupt zu merken.

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [ru-power](#) on Tue, 13 Aug 2013 16:32:34 GMT

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

---

OneHair schrieb am Tue, 13 August 2013 17:57

Am meisten Angst mach mir dass ich eine weinerliche Pussy werde, sprich mich unmännlich verhalten werde ohne es überhaupt zu merken.

Das nicht, aber es kann zu leichten Depressionsphasen kommen. Ist eigentlich das nervigste an Fin. Hab ich glaub auch leicht^^ .. bin aber sehr viel unterwegs und merk das nicht so.

Übrigens sollte die topische Dosis potenter sein als 0,5g Fin/Tag

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 13 Aug 2013 17:03:06 GMT

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

---

OneHair schrieb am Tue, 13 August 2013 17:57

Minox will ich erst mit rein nehmen wenn es unter Fina zu weiterem Ausfall kommt, da ich Angst vor starkem Shadding habe.

Wenn NW eintreten werd ich über alternativen Nachdenken, bzw versuchen die NW mit anderen Mitteln zu bekämpfen.

Libidoverlust - kann man doch mit einigen Sachen dagegen arbeiten

Weniger Bart/Körperhaar, ok von mir aus  
Wassereinlagerungen, glaub ich kaum ansonsten kann man da Ernährungstechnisch auch etwas machen  
HDL LDL verschlechterung - gibts möglichkeiten um vorzubeugen  
Gyno - immer kontrollieren, wenn sich da was tut, sofort gegensteuern, Notfall ---> op

Am meisten Angst mach mir dass ich eine weinerliche Pussy werde, sprich mich unmännlich verhalten werde ohne es überhaupt zu merken.

Mach dir nicht so nen Kopf das bringt nichts....eher das Gegenteil. Libidoverlust...wenn ich mir die gesamtheit der Finuser und deren Erfahrungen ansehe, genau wie meine dann sorgt Fin ziemlich oft eher für einen Libidoanstieg....zumindest anfangs  
Weniger Körperhaar und Wassereinlagerungen kommen nur bei ordentlicher E2 Dominanz...wenn das passieren sollte, erst einmal sofort absetzen und ein paar Wochen später mit einer geringeren Dosis neu beginnen bevor du dir nen Aromatasehemmer gibst.  
Also wie oben schon geschrieben....mach dir nicht so nen Kopf um Estrogen-NW's..sollte dir was merkwürdig vorkommen kannst du das ja hier reinschreiben.

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [startoff](#) on Tue, 13 Aug 2013 18:08:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann dir zu den Fin NWs nur sagen wie es mir erging:  
Libido und potenz voll in Ordnung aber ich wurde einfach hässlich.  
Tiefe Augenringe, müde Augen, aufgedunstenes Gesicht (Doppelkinn, Backen) obwohl ich sonst sehr schlank bin, außerdem immer fettig glänzend.  
Dazu ansätze von Lipomastie / Gynäkomastie.

Nach einem Monat war es so schlimm das ich absetzte und mir dachte ich behalte lieber ein schönes Gesicht und Körper und verliere dafür irgendwann meine Haare.  
Ich weiß bis heute nicht genau woran es bei mir lag, ich vermute Aromatase upregulation.

Und das alles obwohl ich gerade mal 0,5mg jeden 2. Tag genommen habe.

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [LeroySmith](#) on Tue, 13 Aug 2013 18:26:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

startoff schrieb am Tue, 13 August 2013 20:08Ich kann dir zu den Fin NWs nur sagen wie es mir erging:  
Libido und potenz voll in Ordnung aber ich wurde einfach hässlich.  
Tiefe Augenringe, müde Augen, aufgedunstenes Gesicht (Doppelkinn, Backen) obwohl ich sonst sehr schlank bin, außerdem immer fettig glänzend.  
Dazu ansätze von Lipomastie / Gynäkomastie.

Nach einem Monat war es so schlimm das ich absetzte und mir dachte ich behalte lieber ein schönes Gesicht und Körper und verliere dafür irgendwann meine Haare.  
Ich weiß bis heute nicht genau woran es bei mir lag, ich vermute Aromatase upregulation.

Und das alles obwohl ich gerade mal 0,5mg jeden 2. Tag genommen habe.

war alles reversibel?

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [startoff](#) on Tue, 13 Aug 2013 18:29:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

nach einem Monat ohne Fin deutlich besser, bis heute (ca 3 monate später) wurde es stetig besser aber ist immer noch zu sehen, vor allem die Augenringen kein vergleich zu der zeit vor Fin.  
Aber ich bin zuversichtlich dass auch das noch verschwinden wird.

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 13 Aug 2013 18:43:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

startoff schrieb am Tue, 13 August 2013 20:08Ich kann dir zu den Fin NWs nur sagen wie es mir erging:

Libido und potenz voll in Ordnung aber ich wurde einfach hässlich.

Tiefe Augenringe, müde Augen, aufgedunstenes Gesicht (Doppelkinn, Backen) obwohl ich sonst sehr schlank bin, außerdem immer fettig glänzend.

Dazu ansätze von Lipomastie / Gynäkomastie.

Nach einem Monat war es so schlimm das ich absetzte und mir dachte ich behalte lieber ein schönes Gesicht und Körper und verliere dafür irgendwann meine Haare.  
Ich weiß bis heute nicht genau woran es bei mir lag, ich vermute Aromatase upregulation.

Und das alles obwohl ich gerade mal 0,5mg jeden 2. Tag genommen habe.

Also ich gehöre absolut nicht zu denen die NW's anzweifeln oder sonstiges da ich auch genug durch habe aber: Vieles von dem was du aufzählst ist nach einem Monat einfach nicht möglich...das wäre nicht mal mit CPA etc. nach einem Monat drinne.

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [LeroySmith](#) on Tue, 13 Aug 2013 19:29:38 GMT

---

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

---

Haar20 schrieb am Tue, 13 August 2013 20:43startoff schrieb am Tue, 13 August 2013 20:08Ich kann dir zu den Fin NWs nur sagen wie es mir erging:  
Libido und potenz voll in Ordnung aber ich wurde einfach hässlich.  
Tiefe Augenringe, müde Augen, aufgedunstenes Gesicht (Doppelkinn, Backen) obwohl ich sonst sehr schlank bin, außerdem immer fettig glänzend.  
Dazu ansätze von Lipomastie / Gynäkomastie.

Nach einem Monat war es so schlimm das ich absetzte und mir dachte ich behalte lieber ein schönes Gesicht und Körper und verliere dafür irgendwann meine Haare.  
Ich weiß bis heute nicht genau woran es bei mir lag, ich vermute Aromatase upregulation.

Und das alles obwohl ich gerade mal 0,5mg jeden 2. Tag genommen habe.

Also ich gehöre absolut nicht zu denen die NW`s anzweifeln oder sonstiges da ich auch genug durch habe aber: Vieles von dem was du aufzählst ist nach einem Monat einfach nicht möglich...das wäre nicht mal mit CPA etc. nach einem Monat drinne.

wer legt das eigentlich fest was möglich ist und was nicht?

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [Haar20](#) on Tue, 13 Aug 2013 19:53:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

LeroySmith schrieb am Tue, 13 August 2013 21:29

wer legt das eigentlich fest was möglich ist und was nicht?

Was soll diese Frage?

Das legt natürlich niemand fest....bestimmte Prozess brauchen aber einfach ihre Zeit darum würde ich bei Dingen die mir zu extrem in eine Richtung gehen zumindest hinterfragend reagieren. Augenringe, generell abgeschlafftes Aussehen, fettige Haut....kenne ich auch alles aus den ersten Einnahmewochen...ok..aber ein wirkliches Doppelkinn plus Gynoansätze, puh... .  
Lol und ich wurde schon "schief angeschaut" als ich nach 3 Monaten von ner ordentlichen Lipo und Schwimmringen berichtete...

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 13 Aug 2013 21:09:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ein zweifelhafter Zeitraum wäre meiner Meinung nach eine Woche.



Ein Monat...warum nicht? Innerhalb eines Monats kann man auch ohne Medikamente schwer abbauen

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 13 Aug 2013 21:37:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nun gut...belassen wir es dabei. Vielleicht bin ich auch etwas voreingenommen da ich ebenfalls "überdurchschnittlich" schnell in ein Ö-Lastiges Verhältnis komme...vielleicht erscheint mir deshalb einfach nur komisch dass da jemand noch schneller ist als ich.

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [OneHair](#) on Wed, 14 Aug 2013 06:49:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich werds einfach probieren mit 0,5mg Fin /Tag

Das ist wie bei allen anderen Steroiden, der eine verträgt's gut - der andere schlecht.

Ich bewege mich in einem Umfeld mit vielen Bodybuildern. Manche bekommen von geringen Dosierungen Testosteron schon eine Gyno, HA und Herzprobleme nach wenigen Monaten. Andere fahren hohe Dose ohne irgendwelche Probleme - Jahrelang....

Somit ist es eine sehr individuelle Sache und am Ende entscheiden die Gene

ich werd's versuchen und regelmäßig berichten....

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [opti](#) on Thu, 15 Aug 2013 09:57:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

berichte aufjedenfall mal wie es dir geht mit fin!(bin auch am überlegen 0,25 mg zu nehmen).

kann man bitchtits durch training vermeiden?ich mein wenn man schon gut trainiert ist hat man meist schon ne ziemlich große brust und dann noch bitchtits wäre fatal

und gibts sonst mittel mit denen man E2 vorbeugen kann?

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [ru-power](#) on Thu, 15 Aug 2013 10:00:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

opti schrieb am Thu, 15 August 2013 11:57berichte aufjedenfall mal wie es dir geht mit fin!(bin auch am überlegen 0,25 mg zu nehmen).

kann man bitchtits durch training vermeiden?ich mein wenn man schon gut trainiert ist hat man meist schon ne ziemlich große brust und dann noch bitchtits wäre fatal

und gibts sonst mittel mit denen man E2 vorbeugen kann?

ja, Aromatasehemmer. Ist aber nicht ganz einfach zu handlen und gesund sind die auch nicht gerade.

Ich bin recht durchtrainiert und habe keine Anzeichen einer Gyno, größere Ängste solltest du vor ED und Libidoverlust haben. Das ist viel wahrscheinlicher. Ein wenig antriebsloser/leicht müde kann dazu kommen.

Ich habe nichts davon..

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [opti](#) on Thu, 15 Aug 2013 10:44:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ED?

Ja aber gibt doch bestimmt auch natürliche sachen die die libido aufrecht erhalten können falls sie mal absinkt?

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [Haar2O](#) on Thu, 15 Aug 2013 10:56:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es geht ja nicht mal unbedingt um Libidoverlust sondern darum dass es passieren kann dass du keinen mehr hochkriegst...aber das steht sowieso alles im Beipackzettel....hatte aber selbst auch noch nie Libido oder Potenzprobleme unter Finasterid...eher das Gegenteil.

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [OneHair](#) on Sat, 17 Aug 2013 12:09:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab da meine waffen um die latte wieder aufzuwecken falls nötig.

Werde onehin eine interessante kombo im herbst testen.

Hatte mit dem supplement t100 extremen libidoanstieg.

Werd mir da selbst aber etwas noch mächtigeres bauen mit phytoöstrogenen, d asparagin acid, hochdosiert ginseng, maca, und und und....

Is eigentlich fürs trainig, aber immer wenn ich sowas nehm werd ich dauernotgeil

---

---

Subject: Aw: 22 Jahre Vorstellung + neue Ideen  
Posted by [ru-power](#) on Sat, 17 Aug 2013 16:25:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

gerade mit den phytos kann das aber nach hinten losgehen... die Datenlage ist nicht ganz so klar.

Macapulver kann was bringen wenns gescheit ist, aber Fin kann so heftige Probleme auslesen dass das nix bringt

Ich hab nichts.. probiers einfach

---