
Subject: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 10:35:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Gemeinde,

bei mir (m, 32) wurde AGA diagnostiziert.

Ich habe dann trotzdem noch ein Blutbild machen lassen.

Zu meiner Überraschung waren meine Testosteronwerte in Ordnung, nur mein 17-b-Östradiolwert war viel zu niedrig.

Wenn ich es richtig verstehe, ist dieses Hormon ja auch daran beteiligt, das DHT an den Haarwurzeln abzubauen.

Kann es sein, dass das bei mir der Fall für die AGA ist? Haben andere hier auch niedrige Werte?

Und was kann man dagegen tun? Als Mann Östrogene nehmen ist ja nicht so ratsam.

Hab auch gelesen, dass man sich Östrogencremes verdünnen und einmal die Woche auf dem Kopf verteilen soll.

Klingt alles etwas abenteuerlich.

Vielen Dank schonmal für ein paar Beiträge, die hoffentlich kommen werden.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 13 May 2014 10:41:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es besteht eher ein Zusammenhang zwischen viel Estradiol und viel DHT...also bei einem mehr an E2 funktioniert DHT quasi als Antagonist. Kennst du den genauen Estradiol-Wert?

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 10:43:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe jetzt gerade nicht die Auswertung zur Hand, aber ich glaube er lag bei ca. 5 pg/mL.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [mike.](#) on Tue, 13 May 2014 10:58:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Geheim-Rat schrieb am Tue, 13 May 2014 12:43Ich habe jetzt gerade nicht die Auswertung zur Hand, aber ich glaube er lag bei ca. 5 pg/mL.

bist Du sehr schlank? kg? Größe?

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 13 May 2014 11:00:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist tatsächlich sehr sehr wenig. Es gibt natürlich mehrere Weg da was zu machen bspw. E2 zuführen oder versuchen die Aromataseaktivität anzuregen, vielleicht auch DHEA.? Aber das solltest du mal mit deinem Arzt besprechen...

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 11:02:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bin sehr schlank. Bin 1,80 m groß und wiege ca. 65 kg.
Das ist wenig, aber ich wiege seit 10 Jahre so viel, ohne zuzunehmen oder Diät zu machen.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 11:16:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da müsste ich dann zu einem Endokrinologen, oder reicht hier ein Urologe aus.
Ich verwende seit vier Monaten Eil Cranell, weil ich die Hoffnung habe, dass das 17-a-Estradiol hilft.
Ein Veränderung sehe ich allerdings nicht. Ich glaube das schlägt bei mir nicht an.
Hatte auch immer so ein Kribbeln/Jucken am Haaransatz (auch schon vor Eil Cranell) weswegen ich dann beim Hautarzt war (Haut war schon rot).
Der hatte dann Anfang des Jahres AGA diagnostiziert.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 11:23:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und könnte nun dieser Mangel die Ursache der AGA sein?
Das mit den Hormone ist ja echt ne schwierige Sache, die wieder ins Gleichgewicht zu kriegen.
Gibt man dem Körper etwas steigt das andere und man hat gleich mal den gegenteiligen Effekt

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [mike.](#) on Tue, 13 May 2014 11:32:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hast du ein bild von deinem haarstatus?

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 11:53:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bin momentan noch unterwegs. Vielleicht schaffe ich es heut Abend.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 12:34:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde es einfach mal mit pflanzlichen Östrogenen versuchen wie z.B. Soja.
Die Japaner essen ja sehr viel davon und haben angeblich weniger AGA als wir.

Dennoch glaube ich nicht, dass Hormone die Ursache sind.
Meiner Meinung nach ist Haarausfall bei Männern nichts anderes als eine Durchblutungsstörung. Ausgelöst durch Arteriosklerose und Kopfmuskel-Verspannung. Nur diese Theorie erklärt exakt, warum Frauen keine Glatze bekommen und warum die Haare immer nur in bestimmten Bereichen ausfallen.
Aber ich weiß, dass ich mit dieser Meinung alleine da stehe.
Das interessiert mich jedoch herzlich wenig.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 13:17:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haben Frauen denn keine Arteriosklerose oder Verspannungen?
Oder warum bekommen sie keine Glatze?
Hat das nicht doch eher was mit den Hormonen zu tun?

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [noname1985](#) on Tue, 13 May 2014 13:20:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn wir schon beim Östrogen sind.... Ich habe das Gefühl ich leide unter einer Dominanz...

Fettverteilungsmuster

Jucken am ganzen Körper

Entzündungswerte hoch

Flaum am ganzen Körper Länger

Brustwarzen

USW.....

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 13:57:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Geheim-Rat schrieb am Tue, 13 May 2014 15:17 Haben Frauen denn keine Arteriosklerose oder Verspannungen?

Oder warum bekommen sie keine Glatze?

Hat das nicht doch eher was mit den Hormonen zu tun?

Frauen entwickeln erst durchschnittlich 15 Jahre später eine Arteriosklerose. Denn ihr Östrogen schützt sie davor.

Ebenso haben Frauen wesentlich weniger Muskel-Verspannungen. Vermutlich, weil sie auch weniger Muskelmasse haben als Männer.

Man sieht es auch schon an den Stirnfalten. Fast alle Männer haben diese, aber nur wenige Frauen.

Zwar gibt es auch Männer mit Stirnfalten, aber ohne Glatze. Diese haben dann einfach keine Arteriosklerose.

Wenn Du mal in der Suchfunktion nach "Histamin" suchst, findest Du nur Beiträge von Usern die geschrieben haben, sobald Histamin geblockt wird (sei es durch Histaminarme Ernährung oder Medikamente) stoppt auch ihr Haarausfall.

Wären Hormone die Ursache, so dürfte dies ja gar nicht sein.

Histamin ist ein entzündungsfördernder Stoff, der durch die Arteriosklerose ausgeschüttet wird und der dann die Arterien verstopft.

Doch wie kommt es überhaupt zur Arteriosklerose? Durch Vitamin C-Mangel, Lysin-Mangel, Lecithin-Mangel und evtl. auch durch Vitamin D-Mangel.

Siehe:

<https://www.youtube.com/watch?v=FQA02WqbWns>

Frauen haben selbstverständlich auch all diese Mängel. Doch sie haben viel Östrogen (wobei wir wieder ON-Topic sind).

Und Östrogen schützt sie vor Haarausfall und Arteriosklerose.

Männliche Hormone, also Androgene, bewirken das Gegenteil. Sie fördern Haarausfall. Sind aber nicht die primäre Ursache, sondern einfach ein Trigger.

Durch die Muskelverspannungen im Stirn-Bereich werden die Blutgefäße zusammengepresst. Im Hinterkopf-Bereich höchst wahrscheinlich durch eine steife Halswirbelsäule. In Kombination mit der Arterienverkalkung werden die Haarfollikel nicht mehr ausreichend durchblutet.

Wäre DHT die Ursache, so würden ja Mittel wie Minoxidil gar nicht wirken. Denn diese verstärken ja die Durchblutung.

Und mehr Blut= mehr DHT was an die Haarfollikel kommt. Somit müssten die Haare durch Minoxidil eigentlich weniger werden und nicht mehr.

Außerdem wäre es schon sehr paradox, dass die Haarfollikel 10 Jahre lang mit DHT offensichtlich keine Probleme haben.

Denn die meisten entwickeln erst mit 25 eine AGA. Die männlichen Hormone kommen aber schon mit 12 oder 13.

Das heisst, 12 Jahre gibts mit dem DHT keine Probleme. Das lässt nicht wirklich auf eine Überempfindlichkeit schliessen. Denn ansonsten würden die Haare SOFORT mit Beginn der Pubertät ausfallen und nicht erst 15-20 Jahre später.

Doch was verändert sich im Körper 15-20 Jahre nach der Pubertät? Der Vitamin C-Mangel schreitet vorran und damit auch die Arteriosklerose.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [opti](#) on Tue, 13 May 2014 14:17:47 GMT

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

mich würde dein Haarstatus interessieren.

Ob große GHE und kaum tonsur betroffen oder nur tonsur oder allg. ausdünnung Oberkopf

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 13 May 2014 14:23:49 GMT

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

opti schrieb am Tue, 13 May 2014 16:17mich würde dein Haarstatus interessieren.

Ob große GHE und kaum tonsur betroffen oder nur tonsur oder allg. ausdünnung Oberkopf

Er hat ne riesen Platte und Geheimratsecken.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann
Posted by [Geheim-Rat](#) on Tue, 13 May 2014 15:39:44 GMT

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

Danke für die ausführliche Stellungnahme zur Durchblutung. Hatte ich schon mal von gehört.

Zu meinem Haarstatus: Ich nörgle auf hohem Niveau.

Ich habe kleine Geheimratsecken und keinen Haarausfall an der Tonsur.

Meine Haare am Haaransatz sind auf dem ersten cm sehr dünn geworden, so dass man die Kopfhaut dolle sieht, da ich die

Haare auch noch hochstyle. Der Hautarzt hatte halt AGA festgestellt, als ich mit meinem Kribbeln und Rötungen da war.

Mich hatte nun interessiert ob das mit dem Östradiol zusammenhängt, weil sich ja hier sehr viele Leute austauschen.

Ich denke ich bin hier nur einer mit schwachem Haarausfall. Da hat es andere viel schlimmer erwischt.

Bin auch 32 und ich habe gelesen, Je später so etwas anfängt, desto langsamer verläuft es.

Leicht ist es trotzdem nicht.

Habe beim Duschen vielleicht so 40-50 Haare Verlust und beim Fönen nochmal 20. Also alles normal.

Nur der Haaransatz wird immer dünner und lichtet sich.

Der Hautarzt hat mir dann Regaine empfohlen... Hmm... Aber ich weiß nicht so recht.

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 17:05:27 GMT

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

Kauf Dir doch ein Kopfgummi vom DM.

So habe ich es auch gemacht. Das ist ähnlich wie ein Einweckgummi und spannt die Kopfhaut nach oben.

Dadurch werden die Haarfollikel wieder durchblutet.

Dazu gibt es sogar eine Studie: Nach 1 Jahr hatten 40% damit Erfolg und bei vielen wuchs sogar neues Haar! Und das wohlgemerkt, obwohl die Probanden diesen Kopfhautrelaxer (ähnlich wie ein Stirnband) nur 1 Std. pro Tag trugen.

Da kann man sich ja denken, wie hoch die erfolgsrate erst ist, wenn man es den ganzen Tag trägt. So wie ich jetzt seit 2 Wochen.

FOTO:

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/fa/3148/>

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann

Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 13 May 2014 17:10:55 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 13 May 2014 19:05 Kauf Dir doch ein Kopfgummi vom DM.

So habe ich es auch gemacht. Das ist ähnlich wie ein Einweckgummi und spannt die Kopfhaut nach oben.

Dadurch werden die Haarfollikel wieder durchblutet.

Dazu gibt es sogar eine Studie: Nach 1 Jahr hatten 40% damit Erfolg und bei vielen wuchs sogar neues Haar! Und das wohlgemerkt, obwohl die Probanden diesen Kopfhautrelaxer (ähnlich wie ein Stirnband) nur 1 Std. pro Tag trugen.

Da kann man sich ja denken, wie hoch die erfolgsrate erst ist, wenn man es den ganzen Tag trägt. So wie ich jetzt seit 2 Wochen.

FOTO:

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/fa/3148/>

das sieht ja aus..... als wäre dir ne klobrille auf n kopf gefallen

bist du das auf dem foto oder wem gehört das Marmeladenglas ???

Subject: Aw: Östrogenmangel beim Mann

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 17:15:48 GMT

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

Ja, das bin ich.

Das Foto ist aber uralt. Von 2007.

Damals schon machte ich den Versuch mit dem Einweckgummi. Doch das klappte nicht. Denn es war viel zu eng und meine Kopfhaut schloß davon ständig ein.

Dann bekam ich im Herbst 2007 den Original Kopfhautrelaxer aus Japan. Für stolze 400 Euro.

Das Teil trug ich aber nur sehr kurz. Denn das Teil ist absolut unbrauchbar. Wenn man schwitzt, sitzt er nicht mehr richtig.

Das Ventil zum Aufpumpen ist mir dann auch noch kaputt gegangen und am Ende bekam ich auch Ausschlag davon, weil man das vollgeschwitzte Teil ja nie waschen konnte.

Erst seit 2 Wochen kam ich dann wieder auf die Idee, einen neuen Anlauf zu nehmen.

Kopfhautrelaxer 2.0 sozusagen.

Diesmal aber kein Einweckgummi, sondern ein Gummi aus dem Drogeriemarkt.

Das hat genau die richtige Spannung. Nicht zu fest und nicht zu lasch.

Das Teil ist den ganzen Tag, 12 Std. auf meiner Kopfhaut. Es ist sehr entspannend und meine Kopfhaut wird angenehm durchblutet und nach oben gedrückt. Das spürt man richtig. Ich möchte nicht mehr drauf verzichten.
