
Subject: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Mon, 09 Jun 2014 19:40:55 GMT

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

Hi Leute,

ich habe mir gerade die beiden Monsterthreads zum Thema Progesteron durchgelesen und bin leider immer noch nicht sehr viel klüger da die Meinungen gegen Ende doch sehr widersprüchlich wurden. Mir geht es weniger um die Wirksamkeit des Progesteron gegen HA, sondern ausschließlich um die Minderungen der NW von FIN.

Wie sehen denn in der Summe die Erfahrungen der Langzeitanwender von Finasterid + Progesteron aus, hatte sich die Verweiblichung (Fetteinlagerung, geschwollene Brüste, Bindegewebe etc.) tatsächlich verbessert? Wenn man sich die Threads so ansieht so schien mir die anfängliche Euphorie (Padesch u.a. User) ja doch recht schnell wieder verflogen in diesem Bezug.

Vielen Dank für eurer Feedback.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [ru-power](#) on Mon, 09 Jun 2014 20:05:27 GMT

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

brokenarrow schrieb am Mon, 09 June 2014 21:40Hi Leute,

ich habe mir gerade die beiden Monsterthreads zum Thema Progesteron durchgelesen und bin leider immer noch nicht sehr viel klüger da die Meinungen gegen Ende doch sehr widersprüchlich wurden. Mir geht es weniger um die Wirksamkeit des Progesteron gegen HA, sondern ausschließlich um die Minderungen der NW von FIN.

Wie sehen denn in der Summe die Erfahrungen der Langzeitanwender von Finasterid + Progesteron aus, hatte sich die Verweiblichung (Fetteinlagerung, geschwollene Brüste, Bindegewebe etc.) tatsächlich verbessert? Wenn man sich die Threads so ansieht so schien mir die anfängliche Euphorie (Padesch u.a. User) ja doch recht schnell wieder verflogen in diesem Bezug.

Vielen Dank für eurer Feedback.

kurweise funktioniert es bei mir

14 tage on, 14 off

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Muad'Dib](#) on Tue, 10 Jun 2014 20:43:47 GMT

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

Einfach intensive Krafttrainingseinheiten ein paar mal in der Woche einlegen und das Testosteron

wird nicht an Globulin gebunden, damit wirkt es effektiv auf Zellaufbau, folglich wird auch Fett verbrennt, als Resultat kann weniger Östrogen gebildet werden und es kommt automatisch auch zu einem hohen Progesteronwert.

Bei Fin ist das größte Problem, dass sich eine Östrogendominanz durch zu viel Körperfett bilden kann und man gerät in einen Teufelskreis.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Haar2O](#) on Tue, 10 Jun 2014 21:01:30 GMT

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

Muad'Dib schrieb am Tue, 10 June 2014 22:43

Bei Fin ist das größte Problem, dass sich eine Östrogendominanz durch zu viel Körperfett bilden kann und man gerät in einen Teufelskreis.

Das auch.....

Allerdings auch weil DHT ein guter Antagonist zu Estrogenen ist.

Was mir bei Wassereinlagerung durch Fin ganz gut geholfen hat war eine Ernährungsumstellung in Richtung KH-arm (was auch wieder Auswirkungen auf SHBG hat), weshalb jetzt auch etwas "mehr" Fin wieder machbar ist.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Muad'Dib](#) on Tue, 10 Jun 2014 21:23:50 GMT

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

Für Fettverbrennung muss der Insulinspiegel niedrig sein und das erzielt man auch nur mit KH armer Ernährung. Verzicht auf KH ist hingegen wieder kontraproduktiv, da ein kurzfristiger Blutzuckerspiegelanstieg und Abstieg eine bessere Fettverbrennung ermöglicht. Ohne diesem kommt es leider dazu, dass der Körper mehr bunkert.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Haar2O](#) on Tue, 10 Jun 2014 21:31:21 GMT

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

Muad'Dib schrieb am Tue, 10 June 2014 23:23 Verzicht auf KH ist hingegen wieder kontraproduktiv,

Klar, meinte auch eher "Low-Carb" und nicht "No-Carb".

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Wed, 11 Jun 2014 09:26:33 GMT

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

Muad'Dib schrieb am Tue, 10 June 2014 22:43 Einfach intensive Krafttrainingseinheiten ein paar mal in der Woche einlegen und das Testosteron wird nicht an Globulin gebunden, damit wirkt es effektiv auf Zellaufbau, folglich wird auch Fett verbrennt, als Resultat kann weniger Östrogen gebildet wird und es kommt automatisch auch zu einem hohen Progesteronwert.

Bei Fin ist das größte Problem, dass sich eine Östrogendominanz durch zu viel Körperfett bilden kann und man gerät in einen Teufelskreis.

Ich trainiere regelmäßig seit 10 Jahren und mit hoher Intensität und schweren Gewichten. Neuerdings sogar nach HIT, vorher normales Volumentraining 5 Mal die Woche. Umso ärgerlicher dass ich neuerdings überall sichtbare Blutgefäße (Besenreiser) bekomme die meinen Bauch überziehen. In der Regel kommt das von einem schwachen Bindegewebe und ist ein Frauenproblem.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [haireinspaziert](#) on Wed, 16 Jul 2014 08:40:11 GMT

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

kurze Frage: wenn man vermutlich eh schon Östrogendominanz hat, leichte gyno-tendenzen usw., wäre FIN dann nicht absolut kontraproduktiv? Was könnte man dann generell tun?

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [humboldt](#) on Wed, 16 Jul 2014 13:44:27 GMT

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

brokenarrow schrieb am Wed, 11 June 2014 11:26 Muad'Dib schrieb am Tue, 10 June 2014 22:43 Einfach intensive Krafttrainingseinheiten ein paar mal in der Woche einlegen und das Testosteron wird nicht an Globulin gebunden, damit wirkt es effektiv auf Zellaufbau, folglich wird auch Fett verbrennt, als Resultat kann weniger Östrogen gebildet wird und es kommt automatisch auch zu einem hohen Progesteronwert.

Bei Fin ist das größte Problem, dass sich eine Östrogendominanz durch zu viel Körperfett bilden kann und man gerät in einen Teufelskreis.

Ich trainiere regelmäßig seit 10 Jahren und mit hoher Intensität und schweren Gewichten. Neuerdings sogar nach HIT, vorher normales Volumentraining 5 Mal die Woche. Umso ärgerlicher dass ich neuerdings überall sichtbare Blutgefäße (Besenreiser) bekomme die meinen Bauch überziehen. In der Regel kommt das von einem schwachen Bindegewebe und ist ein Frauenproblem.

Wieviel Fin nimmst du? Das ist echt scheiße, dass das nen negativen Einfluss u.a. aufs Bindegewebe hat..

Hab durch Fin ne Fettwulst außen an den Brustwarzen bekommen, die sich trotz viel Sport

hartnäckig hält...

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [humboldt](#) on Wed, 16 Jul 2014 13:54:14 GMT

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

Wer ist eigentlich auf das schmale Brett gekommen, dass Progesteron die Verweiblichung durch Fin aufhalten kann?

Ich konnte mit Progesteron da keinesfalls gegensteuern, eher im Gegenteil (Müdigkeit, Augenringe etc.)

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Wed, 16 Jul 2014 18:46:09 GMT

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

Ich habe inzwischen auch einige Bücher über den Einsatz von natürlichen Hormonen gelesen und vom Prinzip her macht es Sinn, da Progesteron nunmal den Anzeichen einer Östrogendominanz entgegenwirkt und als klarer Gegenspieler von Östradiol auch beim Mann eine große Rolle spielt. Augenringe deuten übrigens auf ein Mangel an DHEA hin. Lass im Labor mal DHEA-S überprüfen.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Haar2O](#) on Wed, 16 Jul 2014 20:43:40 GMT

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

humboldt schrieb am Wed, 16 July 2014 15:54 Wer ist eigentlich auf das schmale Brett gekommen, dass Progesteron die Verweiblichung durch Fin aufhalten kann?

Ich konnte mit Progesteron da keinesfalls gegensteuern, eher im Gegenteil (Müdigkeit, Augenringe etc.)

Hattest du nicht erzählt dass deine Lipo durch Progy komplett verschwunden ist?!

Mir hilft Progy ganz gut gegen NW's, zumindest ziehe ich kaum noch Wasser.

ps. Ich hab dir das glaube schon mal versucht zu erklären aber die sedierende Wirkung die bei Anwendung von Progy entstehen kann hat absolut nichts mit DHT-Hemmung zu tun

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [chrìbe](#) on Wed, 16 Jul 2014 22:35:37 GMT

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

brokenarrow schrieb am Wed, 16 July 2014 20:46Ich habe inzwischen auch einige Bücher über den Einsatz von natürlichen Hormonen gelesen und vom Prinzip her macht es Sinn, da Progesteron nunmal den Anzeichen einer Östrogendominanz entgegenwirkt und als klarer Gegenspieler von Östradiol auch beim Mann eine große Rolle spielt. Augenringe deuten übrigens auf ein Mangel an DHEA hin. Lass im Labor mal DHEA-S überprüfen.

Wie kommst du darauf?

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Thu, 17 Jul 2014 08:08:09 GMT

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

chribe schrieb am Thu, 17 July 2014 00:35brokenarrow schrieb am Wed, 16 July 2014 20:46Ich habe inzwischen auch einige Bücher über den Einsatz von natürlichen Hormonen gelesen und vom Prinzip her macht es Sinn, da Progesteron nunmal den Anzeichen einer Östrogendominanz entgegenwirkt und als klarer Gegenspieler von Östradiol auch beim Mann eine große Rolle spielt. Augenringe deuten übrigens auf ein Mangel an DHEA hin. Lass im Labor mal DHEA-S überprüfen.

Wie kommst du darauf?

Steht so in dem Buch das ich gerade lese von Dr. Annelie Scheuerstuhl, ISBN 978-3-89901-244-6.

Wenn Östradiol oder Testo bereits auffällig sind und ein DHEA-Mangel besteht, dann sollte statt DHEA das 7-keto-DHEA verabreicht werden, da es nicht in Testosteron oder Östradiol gewandelt werden kann.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [chribe](#) on Thu, 17 Jul 2014 08:37:43 GMT

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

Sorry wenn ich so blöd frage, aber was hat das dann mit Augenringe zu tun?

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Thu, 17 Jul 2014 08:47:31 GMT

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

Vermutlich weil auch DHEA einen großen Einfluss auf die Qualität unseres Schlafes, unser Bindegewebe sowie Energie und Leistungsfähigkeit hat.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [humboldt](#) on Thu, 17 Jul 2014 08:55:40 GMT

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

Hmm..hab ich noch nie checken lassen! Geht das beim normalen Hausarzt oder muss man dafür wieder zum Andrologen oder so rennen?

Hat das DHEA mal jemand hier bestimmen lassen?

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Thu, 17 Jul 2014 09:13:48 GMT

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

Bei uns kann man direkt ins Labor gehen, die machen dann die Blutentnahme sowie alle angeforderten Tests. So spart man sich die Kosten für den Arzt. Allerdings habe ich jetzt schon mehrfach gelesen dass Speicheltests wesentlich genauer sein sollen, da die Transportvehikel nur theoretisch berechnet und subtrahiert werden bei Bluttests. Entscheidend sind hingegen die tatsächlich freien Hormone. Speicheltests kannst du übers Internet bestellen, einfach mal googlen. Wie gesagt ist bei DHEA laut Dr. Platt das DHEA-S besonders wichtig, weniger das DHEA selbst.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [humboldt](#) on Thu, 17 Jul 2014 11:57:13 GMT

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

Haar20 schrieb am Wed, 16 July 2014 22:43

Mir hilft Progy ganz gut gegen NW`s, zumindest ziehe ich kaum noch Wasser

Sowohl zusätzliche Progesteron-Zuführung als auch RU wird bzgl. einer möglichen Wirkung total überschätzt..meine Meinung.

Letzten Endes war bei mir beides eine ziemliche Enttäuschung.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [humboldt](#) on Thu, 17 Jul 2014 15:54:28 GMT

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

Nachtrag:

Es entsteht hier der Eindruck, man könne mit Progesteron die Fin-Nebenwirkungen eliminieren. Dem ist aber leider nicht so..

Hier gibt es nicht wenige (ehemalige) Fin-User, die TROTZ Progesteron unter Fin in eine Östrogendominanz abgerutscht sind.

Oder eben deren PFS- und VerweiblichungsTendenzen nach Absetzen sich trotz Progesteron-Anwendung (rektal und/oder topisch) nicht schneller merklich verbessern!

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [ru-power](#) on Thu, 17 Jul 2014 16:00:22 GMT

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

humboldt schrieb am Thu, 17 July 2014 17:54Nachtrag:

Es entsteht hier der Eindruck, man könne mit Progesteron die Fin-Nebenwirkungen eliminieren. Dem ist aber leider nicht so..

Hier gibt es nicht wenige (ehemalige) Fin-User, die TROTZ Progesteron unter Fin in eine Östrogendominanz abgerutscht sind.

Oder eben deren PFS-Tendenzen nach Absetzen sich trotz Progesteron-Anwendung (rektal und/oder topisch) nicht schneller merklich verbessern!
das stimmt so nicht.

Ich gehe davon aus dass viele NWs durch andere Pfade der 5AR Hemmung entstehen. Wenn ich Progesteron rektal nehme (also größere Dosen.. die Creme wirkt bei mir nur in abgeschwächter Form) dann merke ich nach 4-5 Tagen was bzgl Potenz.

Auch im Krafttraining, auch anfangs bzgl schwitzen (weniger). Das vergeht nach der Zeit aber und der Urzustand stellt sich ein.

Ich habe ja auch schon Melatonan 2 (ähnlich PT141) genommen und die Wirkung von Progesteron war ähnlich gut. Allerdings nicht von Dauer, man darf es nur eine Zeit lang nehmen und dann ist es auch wieder für ne Zeit gut. Es wirkt auf irgendeine Weise anabol, für die Haare hab ich bei gleichzeitiger Fin Einnahme eigentlich nicht wirklich was gemerkt. Allerdings war der HA bei mir so gut wie aufgehhalten mit Fin (nicht ganz im Frontbereich).

Lieber humboldt, nur weil bei dir das Zeug nicht wirkt musst nicht auf andere schließen... bei RU ist das Problem der Träger. Ich denke das Bifon-PG wird besser wirken, bei mir ist es jedenfalls so! Das gleiche hätte bei mir aber sicher 1 Duta pro Woche zusätzlich gebracht... dann wäre ich aber sicher impotent

Ich bin aber auch mit Progy noch am rumprobieren, seit ein paar Monaten ist der HA sehr gering. Jetzt kann ich testen und werde sehen obs positiv oder negative Ausiwkrunen gibt.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Thu, 17 Jul 2014 16:54:34 GMT

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

Ich glaube das Problem ist dass wir nicht hundertprozentig wissen woher die Verweiblichung bei FIN denn nun tatsächlich kommt. Wäre es ausschließlich die Aromatase und der damit einhergehende höhere Östradiolwert, so sollte Progesteron eigentlich helfen da es als Mittel gegen Östrogendominanz wirksam ist. Vermutlich kommen die Wassereinlagerungen aber noch woanders her..... ist schwierig zu sagen weil die Zusammenhänge im Hormonhaushalt einfach zu komplex sind.

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [reduelhcsamreps](#) on Thu, 17 Jul 2014 16:56:26 GMT

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

zum schlafen wirkt es ziemlich gut, systemisch geht das kaum ins blut. in den Arsch würd ich nicht trauen, glaub da würds mich voll umhauen. das proggy topisch wirkt bei mir, zum schlafen besser wie 3 Bier. ich werds ne weile weiter testen, für mich ist proggy nur zum besten

Subject: Aw: Abmildern der Finasterid-NW durch Progesteron

Posted by [Khaindar](#) on Thu, 17 Jul 2014 18:40:03 GMT

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

Das widerspricht sich aber. Wenn du davon müde wirst, dann wirkt es systemisch. Allgemein denke ich dass hier viel zu viel blind behandelt wird. Sinn macht es nur wenn man regelmäßig die Hormonwerte prüfen lässt und schaut wie die Behandlung anschlägt.
