
Subject: DHT Experiment

Posted by [Hane](#) on Fri, 29 Aug 2014 15:00:08 GMT

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

Ich mache folgendes Experiment: In einem Versuch das DHT im Serum ohne Fin oder Dut zu senken, nehme ich folgende NEMs für 6 Monate täglich.

NEMs:

- Sägepalmenextrakt 640mg (2x320mg)
- Astaxanthin 4mg
- Bockshornkleeextrakt 400mg
- Beta Sitosterol 120mg
- Soja Isoflavone 60mg

Zusätzliche NEMs (der Vollständigkeit halber):

1g Kürbiskernöl/Tag

2g EPA+DHA/Tag

1 Tab Multivitamin (enthält auch etwas Biotin)/Tag

225mg Bacopa Monnieri Extrakt/Tag

350mg Rhodiola Rosea/Tag

Manchmal 100mg Koffein, 1g Tyrosin, 3g Beta-Alanin

Anmerkungen:

Ich habe mir DHT davor messen lassen. Die Wirkung auf den Haarausfall werde ich nicht direkt messen können, da ich nebenbei eine Melatonin+Raspberry-Ketone-Mischung und die Ket-Vodka Lotion am Laufen habe. Eventuell kommt in der Zeit noch Minox, Dut topisch (wahrscheinlich nicht, da es das Ergebnis beeinflussen würde) dazu. Und sicher kommt eine Amla, Eclipta, Carthamus, Rosmarin-Tinktur dazu. Also wie gesagt, das Ziel ist rein die Auswirkung aufs DHT. Ich werde mir in 6 Monaten wieder DHT messen lassen und die Ergebnisse in diesem Thread posten. Bezüglich Dosierung von Sägepalmenextrakt und Astaxanthin: In der Studie wurde ein unbekanntes Verhältnis benutzt. Davon 800mg. Ich habe einfach mal geraten mit den 640mg und 4mg. Wäre viel mehr Astaxanthin in dem Produkt der Studie drinnen, wäre es wohl um einiges teurer.

Studien:

Astaxanthin+Sägepalme:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18700016>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16093232>

Sojaisoflavone:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15735098>

Bockshornklee:

<http://digitalcommons.wku.edu/ijesab/vol2/iss1/13/>

Beta Sitosterol

gibt keine in Bezug auf Serum-DHT.

Verwendete Produkte:

Sägepalmenextrakt:

<http://www.iherb.com/Doctor-s-Best-Best-Saw-Palmetto-Standardized-Extract-320-mg-60-Softgels/24#p=1&oos=1&disc=0&lc=en-US&w=saw%20palmetto&rc=311&sr=null&ic=3>

Astaxanthin:

<http://www.iherb.com/Now-Foods-Astaxanthin-4-mg-90-Softgels/30086#p=1&oos=1&disc=0&lc=en-US&w=astaxanthin&rc=213&sr=null&ic=3>

Soja Isoflavone:

<http://www.iherb.com/Now-Foods-Soy-Isoflavones-Extra-Strength-120-Vcaps/792#p=1&oos=1&disc=0&lc=en-US&w=soy%20isoflavone&rc=161&sr=null&ic=2>

Beta-Sit:

<http://www.iherb.com/Natrol-Cholesterol-Balance-Beta-Sitosterol-60-Tablets/2279#p=1&oos=1&disc=0&lc=en-US&w=beta%20sitosterol&rc=112&sr=null&ic=6>

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [pilos](#) on Fri, 29 Aug 2014 15:05:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dht..na ja dht...ist uninteressant

eher das Androstandiol-Glucuronid zu bestimmen wäre interessanter..

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Hane](#) on Fri, 29 Aug 2014 15:10:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Fri, 29 August 2014 17:05
dht..na ja dht...ist uninteressant

eher das Androstandiol-Glucuronid zu bestimmen wäre interessanter..
Zu spät. Werd ich mich wohl mit DHT zufrieden geben.

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [pilos](#) on Fri, 29 Aug 2014 15:19:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zu spät ist es nicht

auch eine einmalige bestimmung am ende ist aussagekräftiger als das dht

einfach die normwerte als referenz nehmen

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Hane](#) on Fri, 29 Aug 2014 17:21:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Fri, 29 August 2014 17:19

auch eine einmalige bestimmung am ende ist aussagekräftiger als das dht

Warum

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [pilos](#) on Fri, 29 Aug 2014 17:29:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

weil es ein parameter für die dht verstoffwechselung in der peripherie ist..besonders in haut und haarfollikeln

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Hane](#) on Fri, 29 Aug 2014 17:46:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Fri, 29 August 2014 19:29

weil es ein parameter für die dht verstoffwechselung in der peripherie ist..besonders in haut und haarfollikeln

Werde schaun wieviel das kostet. Das DHT hat schon 40€ gekostet.

Subject: Aw: DHT Experiment

Posted by pilos on Fri, 29 Aug 2014 18:17:43 GMT

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

Hane schrieb am Fri, 29 August 2014 20:46

Werde schaun wieviel das kostet. Das DHT hat schon 40€ gekostet.

je nach gebührenverordnung

dht ist 29,84

Androstandiol-Glucuronid 42,96

wenn man ableitet wären das 58 euro....keine ahnung wie die in Ö abrechnen

Subject: Aw: DHT Experiment

Posted by PeterNorth on Fri, 29 Aug 2014 18:19:27 GMT

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

wenn man schon investiert dann doch in das was Pilos meint. soll doch auch Sinn machen

jedenfalls cool dass du das durchziehst

Subject: Aw: DHT Experiment

Posted by Hane on Sat, 30 Aug 2014 09:51:22 GMT

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

Mir kommt gerade, dass Androstandiol-Glucuronid dann wahrscheinlich auch von den Tinktur beeinflusst werden würde (falls sie funktioniert). Lieg ich da richtig? Falls ja, bleibts wohl beim DHT.

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Nemesis](#) on Sat, 18 Oct 2014 22:57:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Update?

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Hane](#) on Mon, 20 Oct 2014 12:08:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da mein Haarausfall von 160-200 pro Tag auf 280-300 pro Tag gestiegen ist und sich meine GHE gelichtet haben, musste ich mich leider entscheiden, es aggressiver anzugehen. Daher habe ich mit Dut topisch und Minox in den GHE angefangen. Und in einer Woche kommt noch 2mg/Woche Fin dazu.

Ich lass mir vorher nochmal DHT testen, damit das ganze nicht ganz um sonst war. Dieser DHT-Spiegel ist dann eine Kombination aus Dut topisch und den Sachen, die ich genommen habe. Ich werds nochmal zusammenfassen, was die Studien gesagt haben, und wie's dann tatsächlich bei mir ausgesehn hat (den kürzeren Zeitraum natürlich berücksichtigt). Im schlechtesten Fall wissen wir, wie stark dut topisch den DHT-Spiegel beeinflusst.

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Hane](#) on Wed, 05 Nov 2014 17:44:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ergebnis des Versuchs:

DHT vor dem Experiment, am 25.8., war 273 pg/ml (Normalbereich 300-850). Mein Regimen bestand zu dem Zeitpunkt nur aus Ket-Lotion, 320mg Sägepalme und 3ml Kürbiskernöl pro Tag.

Ab 26.8 hab ich begonnen die oben genannten Sachen zu nehmen.

Ab 8.9. habe ich Dut-bifon topisch EOD angefangen, in voller Bewusstheit, dass es den DHT Spiegel beeinflussen kann und somit keine Rückschlüsse auf die NEMs gezogen werden können. Der Leidensdruck war zu groß. NEMs habe ich weiterhin genommen.

Am 27.10. habe ich mir wieder DHT messen lassen, und jetzt kommts... Der Wert lag bei 755 pg/ml.

Ich muss dazu sagen, dass es mir aus organisatorischen Gründen leider nicht möglich war in

den letzten 2 Tagen vor dieser Blutabnahme die NEMs zu nehmen, und daher das Ergebnis vielleicht nicht den tatsächlichen DHT Spiegel während täglicher Einnahme widerspiegelt. Der Haarausfall ist in der Zeit von 160-200 auf rund 300 pro Tag angestiegen. Obs am DHT liegt, keine Ahnung. Was mich aber am meisten verwundert ist, dass das Dut topisch anscheinend keinen (oder nur minimalen) Effekt aufs Serum-DHT hatte.

p.s.: Ich habe anschließend mit Fin oral 3g pro Woche angefangen. Halte am laufenden, was sich tut.

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [pilos](#) on Wed, 05 Nov 2014 18:01:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alles seltsame werte

es bestätigt sich..... immer öfters blutwerte täuschen

vielleicht sogar kreuzreaktionen bei der analytik

paar tage pause wirken sich kaum aus

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 05 Nov 2014 19:13:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist doch Logisch das der DHT Serum Spiegel hoch geht. Du Must mal dein Testo Messen das wird sicher massiv Gesunken sein.

Testo -> DHT. DHT ist ein Schutz vor Östrogen / Verweiblichung. DHT Langfristig kastriert dich nur. Das DHT im Serum erreicht nur 1-2% die Haare da es bis dann schon Verstoffwechselt ist. Die ganze DHT Geschichte ist ein grosser Fake!

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [mike.](#) on Wed, 05 Nov 2014 19:13:32 GMT

Hane schrieb am Wed, 05 November 2014 18:44 Ergebnis des Versuchs:

DHT vor dem Experiment, am 25.8., war 273 pg/ml (Normalbereich 300-850). Mein Regimen bestand zu dem Zeitpunkt nur aus Ket-Lotion, 320mg Sägepalme und 3ml Kürbiskernöl pro Tag.

Ab 26.8 hab ich begonnen die oben genannten Sachen zu nehmen.

Ab 8.9. habe ich Dut-bifon topisch EOD angefangen, in voller Bewusstheit, dass es den DHT Spiegel beeinflussen kann und somit keine Rückschlüsse auf die NEMs gezogen werden können. Der Leidensdruck war zu groß. NEMs habe ich weiterhin genommen.

Am 27.10. habe ich mir wieder DHT messen lassen, und jetzt kommts... Der Wert lag bei 755 pg/ml.

Ich muss dazu sagen, dass es mir aus organisatorischen Gründen leider nicht möglich war in den letzten 2 Tagen vor dieser Blutabnahme die NEMs zu nehmen, und daher das Ergebnis vielleicht nicht den tatsächlichen DHT Spiegel während täglicher Einnahme widerspiegelt. Der Haarausfall ist in der Zeit von 160-200 auf rund 300 pro Tag angestiegen. Obs am DHT liegt, keine Ahnung. Was mich aber am meisten verwundert ist, dass das Dut topisch anscheinend keinen (oder nur minimalen) Effekt aufs Serum-DHT hatte.

p.s.: Ich habe anschließend mit Fin oral 3g pro Woche angefangen. Halte am laufenden, was sich tut.

hat sich deine psyche verbessert bzw gab es psychisch veränderungen?

Subject: Aw: DHT Experiment
Posted by [Hane](#) on Wed, 05 Nov 2014 20:04:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:

hat sich deine psyche verbessert bzw gab es psychisch veränderungen?

Direkt aufgefallen ist mir nichts. Und momentan spielt sich auch zu viel in meinem Leben ab, um eine psychische Veränderung einem bestimmten Faktor zuschreiben zu können. Und ich hüte mich davor zu viel zu reflektieren, was Nebenwirkungen betrifft, da mMn. damit die Gefahr des Placebos enorm steigt. Auch wenn man meint objektiv bleiben zu können. Solange Nebenwirkungen nicht stark genug sind, sich ohne mein Zutun in den Vordegrund zu stellen,

macht es für mich keinen Sinn sich darüber Gedanken zu machen.

Subject: Aw: DHT Experiment

Posted by [Haar2O](#) on Thu, 06 Nov 2014 10:06:28 GMT

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

reneschaub schrieb am Wed, 05 November 2014 20:13 Ist doch Logisch das der DHT Serum Spiegel hoch geht. Du Must mal dein Testo Messen das wird sicher massiv Gesunken sein. Testo -> DHT. DHT ist ein Schutz vor Östrogen / Verweiblichung. DHT Langfristig kastriert dich nur. Das DHT im Serum erreicht nur 1-2% die Haare da es bis dann schon Verstoffwechselt ist. Die ganze DHT Geschichte ist ein grosser Fake!
