
Subject: Kreatin + Fin/Dut

Posted by [Gabbyjay](#) on Thu, 26 May 2016 18:55:27 GMT

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

Hi,

es gibt ja eine wohl bekannte Studie, nach der die regelmäßige Einnahme von Kreatin den DHT-Spiegel erhöht.

Wie aussagekräftig das nun ist und in welchem Maße, soll hier mal dahingestellt bleiben, wurde ja schon oft genug diskutiert.

Mich interessiert nur prinzipiell, ob durch zusätzliche Einnahme von Fin und/oder Dut dieses mehr an DHT dann vollständig "weggeblockt" werden würde; oder ob der Anwender trotzdem im Vergleich zu ohne-Kreatin dann hinterher noch einen höheren DHT-Spiegel hätte.

Grüße!

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut

Posted by [Obes89](#) on Thu, 26 May 2016 20:14:51 GMT

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

Gabbyjay schrieb am Thu, 26 May 2016 20:55Hi,

es gibt ja eine wohl bekannte Studie, nach der die regelmäßige Einnahme von Kreatin den DHT-Spiegel erhöht.

Wie aussagekräftig das nun ist und in welchem Maße, soll hier mal dahingestellt bleiben, wurde ja schon oft genug diskutiert.

Mich interessiert nur prinzipiell, ob durch zusätzliche Einnahme von Fin und/oder Dut dieses mehr an DHT dann vollständig "weggeblockt" werden würde; oder ob der Anwender trotzdem im Vergleich zu ohne-Kreatin dann hinterher noch einen höheren DHT-Spiegel hätte.

Grüße!

Müsstest du messen Zeitlang fin/dut only, dann Spiegel messen. Dann später nichts an den Lebensgewohnheiten ändern aber Kreatin benutzen. Ist natürlich Spaß. Aber wenn fin und dut Erfolgreich arbeiten sollte Kreatin nicht viel negatives bewirken. Kannst du aber sowieso weglassen. Ich trainiere viel besser und bessere Form seit dem ich nichts mehr an unnötigen Kram nehme.

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Gabbyjay](#) on Thu, 26 May 2016 20:17:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jo ich schätze mal, der Unterschied wird in Kombination mit Fin und Dut äußerst gering sein.

Interessiert mich nur prinzipiell, ob Fin/Dut immer prozentual (!) den DHT-Spiegel senken, oder das zusätzliche DHT durch die Kreatineinnahme komplett blocken können.

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Obes89](#) on Thu, 26 May 2016 21:34:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gabbyjay schrieb am Thu, 26 May 2016 22:17Jo ich schätze mal, der Unterschied wird in Kombination mit Fin und Dut äußerst gering sein.

Interessiert mich nur prinzipiell, ob Fin/Dut immer prozentual (!) den DHT-Spiegel senken, oder das zusätzliche DHT durch die Kreatineinnahme komplett blocken können.

Naja bei Leuten die z. B. eine Testosteronkur fahren können fin und dut ja auch gut wirksam sein. Aber ich denke du willst darauf hinaus ob im Mittel einfach immer eine z. B. 70 % Hemmung stattfindet (bei z. B. 1 mg fin) oder ob sich dieser Wert!?

Und im Grunde müsste im Mittel immer eine solch starke Hemmung stattfinden, da ja sowieso von Natur aus jeder einen anderen Hormonspiegel besitzt. Aber es kann dann natürlich sein das bei jemanden z. B. eine 70 % DHT Hemmung bedeutet das nur noch sehr wenig DHT im Körper vorhanden ist, wenn der Wert anfangs sowieso schon nicht besonders hoch war. Bei anderen Personen kann der Spiegel um 70 % gefallen sein, ist aber im Verhältnis immer noch relativ hoch.

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 27 May 2016 04:18:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gabbyjay schrieb am Thu, 26 May 2016 22:17Jo ich schätze mal, der Unterschied wird in Kombination mit Fin und Dut äußerst gering sein.

Interessiert mich nur prinzipiell, ob Fin/Dut immer prozentual (!) den DHT-Spiegel senken, oder das zusätzliche DHT durch die Kreatineinnahme komplett blocken können.

Wenn Creatin über eine erhöhte 5ar Aktivität funktioniert, also das DHT produzierende Enzym ankurbelt, sollte das unter Umständen etwas mehr vorhandene sofort von Fin/Dut unterbunden werden. Fin/Dut belegen schon ab minimalstmengen im Grunde das maximal mögliche und "kleben" so lange am Enzym bis alles verstoffwechselt ist, was lange dauern kann. Mit anderen Worten: Dem Fin/Dut ist ein bisschen Creatin ziemlich egal...

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Gabbyjay](#) on Fri, 27 May 2016 12:02:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach so ich dachte bei Fin/Dut bleibt immer ein gewisser Prozentsatz übrig, sprich je höher der Ausgangswert, desto höher dann noch der Rest?

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Obes89](#) on Fri, 27 May 2016 12:34:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gabbyjay schrieb am Fri, 27 May 2016 14:02 Ach so ich dachte bei Fin/Dut bleibt immer ein gewisser Prozentsatz übrig, sprich je höher der Ausgangswert, desto höher dann noch der Rest?

Ist doch auch so. Es wird natürlich nicht alles gehemmt. Aber wie ich es in meinem Post vorher beschrieben habe. Wenn bei zwei Personen eine gleich starke Hemmung von 70% stattfindet unterscheiden sich ihre DHT-Spiegel natürlich trotzdem. Eine Prozentual gleich starke Hemmung entspricht nicht einer exakt gleichen Mengen mäßigen DHT Hemmung.

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Gabbyjay](#) on Tue, 07 Jun 2016 11:55:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

In einem anderen Posting war zu lesen:

"Die Prozentzahl kommt zustand weil Fin nur 5-ar2 komplett wegräumt; der Rest ist via 5-ar1. Und Dut räumt auch noch den Rest weg (5-ar1)..."

Sprich, die 70% 5-ar2 werden vom Fin erledigt. Wenn Dut dann den Rest macht, wäre der Ausgangswert ja relativ egal?

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Obes89](#) on Tue, 07 Jun 2016 12:42:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gabbyjay schrieb am Tue, 07 June 2016 13:55 In einem anderen Posting war zu lesen:

"Die Prozentzahl kommt zustand weil Fin nur 5-ar2 komplett wegräumt; der Rest ist via 5-ar1. Und Dut räumt auch noch den Rest weg (5-ar1)..."

Sprich, die 70% 5-ar2 werden vom Fin erledigt. Wenn Dut dann den Rest macht, wäre der Ausgangswert ja relativ egal?

Nichts kann so einfach Pauschal gesagt werden.... Kann sein das dein persönlicher dht Wert extrem hoch ist. Du ihn dann mit 0,2 mg Fin drückst und trotzdem noch einen normalen dht Wert besitzt im Vergleich zu anderen Männern die dht nicht hemmen. Und trotzdem könnte das bei dir schon ausreichen um die AGA komplett lahm zu legen. Ein andere hat vll. Viel niedrigere Spiegel als du, hemmt ebenfalls um 60%, hat dann nur noch einen niedrigen dht Spiegel, aber die Haare rieseln weiter.... Man muss es einfach Testen. In den meisten Fällen wird eine fin Dosis von 0,2-1,0 mg ausreichend sein. Andere nehmen dut und hemmen ihr dht viel stärker. Am besten man nimmt noch RU und Ket topisch dazu, dann hat man den Androgenen so stark den Kampf angesagt wie ohne chemische Kastration möglich ist

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Gabbyjay](#) on Tue, 07 Jun 2016 20:55:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Für was steht RU eigentlich?

Ket nehme ich schon wegen meines Seborrhoischen Ekzems.
Die Creme, verflüssigt durch ein paar Sekunden Mikrowelle, mit Pipette auf die Kopfhaut.
Das Ket-Shampoo macht meine Haare zu trocken.

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [hako1986](#) on Tue, 07 Jun 2016 20:59:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gabbyjay schrieb am Tue, 07 June 2016 22:55Für was steht RU eigentlich?

Ket nehme ich schon wegen meines Seborrhoischen Ekzems.
Die Creme, verflüssigt durch ein paar Sekunden Mikrowelle, mit Pipette auf die Kopfhaut.
Das Ket-Shampoo macht meine Haare zu trocken.

<http://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&goto=355910>

Subject: Aw: Kreatin + Fin/Dut
Posted by [Obes89](#) on Tue, 07 Jun 2016 21:47:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gabbyjay schrieb am Tue, 07 June 2016 22:55Für was steht RU eigentlich?

Ket nehme ich schon wegen meines Seborrhoischen Ekzems.
Die Creme, verflüssigt durch ein paar Sekunden Mikrowelle, mit Pipette auf die Kopfhaut.
Das Ket-Shampoo macht meine Haare zu trocken.

Dann wird RU für dich wahrscheinlich auch eine super Ergänzung sein. Ich hatte auch ein SE. Hatte es schon lange im Griff. Aber trotzdem immer noch diesen gelv/weisen Belag auf dem Kopf und ab und zu leicht entzündete Stellen. Unter RU ist all das kein Problem mehr. Es legt die Talgdrüsen nahezu lahm und nimmt dem SE so mit die wichtigste Grundlage um zu bestehen.
