
Subject: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall

Posted by [LordKord](#) on Fri, 27 May 2016 17:31:02 GMT

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

<http://www.acneeinstein.com/hormonal-acne/>

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall

Posted by [Spaten](#) on Fri, 27 May 2016 20:42:26 GMT

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

Tolle Zusammenfassung!

Wer mehr dazu lesen möchte:

<http://www.ingentaconnect.com/content/mjl/adv/2013/00000093/00000006/art00001?crawler=true&mimetype=application/pdf>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25977937>

<http://archderm.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=479093>

Besonders interessant:

"Die "Freischaltung" der Zielgene und nukleären Rezeptoren steigert die transkriptionale Aktivität des Androgenrezeptors, die Lipogenese, die Komedogenese, die Proliferation der Keratinozyten und den oxidativen Stress. Talg- und Komedonenbildung werden begünstigt. "

<https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2010/daz-43-2010/akne-das-metabolische-syndrom-der-haut>

Möglicherweise kann Ernährung dann ja auch Haarausfall beeinflussen

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall

Posted by [Obes89](#) on Fri, 27 May 2016 22:29:07 GMT

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

Super danke fürs posten. Das mit der Ernährung deckt sich ja mit den Erfahrungen von vielen Leuten, auch mit meinen eigenen, Es ist definitiv mit das wichtigste den Zucker und Insulinspiegel unter Kontrolle zu halten und extreme Spitzen zu vermeiden. Bei mir rächt sich sowas mit tiefen Entzündungen und auch vergrößerten Poren im Gesicht. Ernährung muss gut sein, der Darm gesund gehalten werden. Ich esse aufgrund des Sports sehr viel. Oft mal 1kg Kartoffeln wenn ich in der Uni war, weil ich einfach ständig Hunger hatte. Heute gleiche ich sowas eher aus durch die Einnahme von gesundem Öl und z. B. Nüssen so das man immer noch auf genug Kalorien kommt, aber mit weniger KH. Ich denke auch aus diesen Gründen könnte etwas wie Inositol seine positive Wirkung bei Akne erhalten. Es soll die Insulin sensitivität steigern. Ich werde es demnächst mal anfangen zu benutzen und berichten.

Und das all das dann zu einem gewissen Grad auch HA beeinflussen könnte scheint durchaus möglich.

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall
Posted by [Pharmakologe](#) on Sat, 28 May 2016 13:21:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Spaten schrieb am Fri, 27 May 2016 22:42Tolle Zusammenfassung!

Besonders interessant:

"Die "Freischaltung" der Zielgene und nukleären Rezeptoren steigert die transkriptionale Aktivität des Androgenrezeptors, die Lipogenese, die Komedogenese, die Proliferation der Keratinozyten und den oxidativen Stress. Talg- und Komedonenbildung werden begünstigt. "
<https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2010/daz-43-2010/akne-das-metabolische-syndrom-der-haut>

Möglicherweise kann Ernährung dann ja auch Haarausfall beeinflussen

Die Forschungen des geschätzten Kollegen Prof. Bodo Melnik zu den Ursachen der Akne sind in der Tat absolut richtungsweisend, haben in der medizinischen Fachwelt bislang jedoch (unverständlicherweise) nur wenig Anerkennung erfahren.

Jedenfalls gilt es mittlerweile als gesichert, dass sich Schokolade, Süßigkeiten u. Milchprodukte überaus nachteilig auf eine Akne auswirken können, was nichtsdestotrotz von einigen unbelehrbaren Forschern immer noch bestritten wird ...

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall
Posted by [Obes89](#) on Sat, 28 May 2016 13:25:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pharmakologe schrieb am Sat, 28 May 2016 15:21Spaten schrieb am Fri, 27 May 2016 22:42Tolle Zusammenfassung!

Besonders interessant:

"Die "Freischaltung" der Zielgene und nukleären Rezeptoren steigert die transkriptionale Aktivität des Androgenrezeptors, die Lipogenese, die Komedogenese, die Proliferation der Keratinozyten und den oxidativen Stress. Talg- und Komedonenbildung werden begünstigt. "
<https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2010/daz-43-2010/akne-das-metabolische-syndrom-der-haut>

Möglicherweise kann Ernährung dann ja auch Haarausfall beeinflussen

Die Forschungen des geschätzten Kollegen Prof. Bodo Melnik zu den Ursachen der Akne sind in der Tat absolut richtungsweisend, haben in der medizinischen Fachwelt bislang jedoch (unverständlicherweise) nur wenig Anerkennung erfahren.

Jedenfalls gilt es mittlerweile als gesichert, dass sich Schokolade, Süßigkeiten u. Milchprodukte überaus nachteilig auf eine Akne auswirken können, was nichtsdestotrotz von einigen unbelehrbaren Forschern immer noch bestritten wird ...

Naja all die Akne Medikamente und Kosmetika sollen sich natürlich weiter gut verkaufen. Würden wir hier auf eine Ernährung umschalten wie sie z. B. Indigene Völker durchführen, dann würden die Umsätze zu sicher um die 50%> fallen.

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall
Posted by [Pandemonium](#) on Sat, 28 May 2016 13:32:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vereinfacht:

Akne: 5AR1
AGA: 5AR2

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall
Posted by [LordKord](#) on Sat, 28 May 2016 14:56:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<https://books.google.de/books?id=tFn3ldV-4-8C&pg=PA145&lpg=PA145&dq=Keratinozyten+tretinoin&source=bl&ots=xaHWcbAj1g&sig=vSzMjZTveR3AgQABjuRF82r-mOo&hl=de&sa=X&ved=0ahUKEwjA9qbugv3MAhUEvxQKHR7IDJ4Q6AEIJzAB#v=onepage&q=Keratinozyten%20tretinoin&f=false>

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall
Posted by [murx](#) on Tue, 07 Jun 2016 08:11:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Sat, 28 May 2016 15:32Vereinfacht:

Akne: 5AR1
AGA: 5AR2

Ok, du kannst dich auf jeden Fall kurz fassen Kannst du das noch etwas erläutern?

Ich habe auf den in diesem Thread verlinkten Seiten keine Infos zu den verschiedenen Typen der Reduktase und deren Einfluss auf Akne oder AGA gefunden. Insbesondere liegen die für die AGA verantwortlichen Haarfollikel ja auch in der Haut und entsprechend sollte doch die Aktivität

der 5AR1 auch hier eine Rolle spielen. Lasse mich aber gerne eines anderen belehren...

Subject: Aw: Akne, aber auch eine gute Erklärung für Haarausfall

Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 07 Jun 2016 13:20:16 GMT

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

murx schrieb am Tue, 07 June 2016 10:11Pandemonium schrieb am Sat, 28 May 2016 15:32Vereinfacht:

Akne: 5AR1

AGA: 5AR2

Ok, du kannst dich auf jeden Fall kurz fassen Kannst du das noch etwas erläutern?

Ich habe auf den in diesem Thread verlinkten Seiten keine Infos zu den verschiedenen Typen der Reduktase und deren Einfluss auf Akne oder AGA gefunden. Insbesondere liegen die für die AGA verantwortlichen Haarfollikel ja auch in der Haut und entsprechend sollte doch die Aktivität der 5AR1 auch hier eine Rolle spielen. Lasse mich aber gerne eines anderen belehren...

Im Hinblick auf die 5AR ist bei AGA ihre Aktivität im Follikel entscheidend. Zwar konnte auch eine gewisse Aktivität der 5AR1 im Follikel festgestellt werden, jedoch konnte deren Relevanz bei AGA bislang nicht zweifelsfrei nachgewiesen werden, bzw. gibt es widersprüchliche Ergebnisse. Ferner lassen einige Umstände bedingt Rückschlüsse auf die Irrelevanz dieses Typs der 5AR zu, bpsw. die fehlende AGA der Pseudohermaphroditen trotz ihrer voll ausgeprägten 5AR1.

Im Gegenzug ist die Aktivität der 5AR2 im Follikel bei AGA durch Studien gut belegt.

"Several important conclusions can be drawn from this study. [...]

(ii) two forms of 5 α -R, types I and II, may be present in hair follicles of women and men with AGA, even though type I is thought to be the primary form in skin (Itami et al, 1990).

(iii) Women with AGA have approximately 40% more total 5 α -R in frontal compared to occipital follicles but less than 50% of the levels found in men with AGA.

(iv) Frontal follicles of women had approximately 80% higher AROM levels than frontal hair follicles of men with AGA.

(v) Men have nearly 3-fold greater total and type II 5 α -R in frontal than occipital follicles, with minimal AROM."

Sawaya et. al. 1997, S. 303.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9284093>

"A surprising finding in the current studies is the oscillating expression of both 5 α -reductase isozymes in the skin and scalp during development (Fig. 6). Analysis of 24 individuals ranging from 12.7 wk of gestational age to 81 yr, revealed that both 5 α -reductase genes are induced in this organ at birth and continue to be expressed until - 2-3 yr of age. Thereafter, the expression of both is extinguished until puberty, at which time the type 1 isozyme, but not the type 2 isozyme, is induced in the skin and scalp (Fig. 6). The physiological reasons and the factors that mediate this temporal pattern of expression are not known; however, given the role of androgens in 5 α -reductase regulation (10, 34), it is intriguing to speculate that the expression of one gene may

influence the timing or expression level of the other. Since 5a-reductase type 2-deficient subjects have less temporal hair regression (1-5), the pulse of type 2 expression in the scalp may influence the development of baldness later in life.

In support of this speculation regarding type 2 expression, we could find no qualitative differences in the steady state levels of 5a-reductase type 1 in the scalps of balding and nonbalding men (Fig. 9), nor were any regional expression differences detected in the balding scalp (Fig. . Thus, at the level of resolution afforded by these studies, no evidence for abnormal expression of the type 1 isozyme as a feature of male pattern baldness was found. The interpretation of these results must be tempered by the qualitative nature of the findings. We cannot rule out low levels of expression that are below the sensitivity of detection by our antibodies (as clearly demonstrated by the mRNA and enzyme activity studies (Fig. 3, Table I)), nor can we assess changes in cell type specific expression."

Thigpen et. al. 1993, S. 909.

<http://www.jci.org/articles/view/116665/pdf>
