
Subject: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Sat, 04 Jun 2016 23:19:49 GMT

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

Hallo liebe Leute,

ich überlege schon seit Tagen, wie ich diesen Thread am besten beginne damit er uns vielleicht irgendwie weiter bringt. Die meisten Sachen habe ich aus irgendwelchen Studien oder wissenschaftlichen Erkenntnissen herausgelesen oder im Zuge meines Biologiestudiums gelernt. Leider habe ich weder Lust noch Zeit hier alle meine Referenzen zu verlinken. Ihr könntet aber natürlich gern darüber diskutieren. Falls ich irgendwelche falschen Aussagen machen sollte, dann korrigiert mich bitte. Dieser Thread handelt hauptsächlich von androgenetischer Alopezie und ist ggf. nicht auf andere Alopezie-Arten übertragbar.

Ausgangsfakten zu AGA:

- hat wie der Name schon sagt etwas mit Hormonen zu tun
- neben dem Haarausfall treten auch Begleiterscheinungen auf (Juckreiz, trockene Kopfhaut oder erhöhte Talgproduktion, Schuppen, etc.)
- tritt grundsätzlich nicht grundlos auf ... mal ehrlich es muss doch immer irgend einen Auslöser geben z.B. mehr Stress da Wechsel von Schullaufbahn zu Ausbildung/Arbeit/Studium - damit einhergehend andere Ernährung usw.
- die Haare sind nicht für immer verschwunden, sondern werden miniaturisiert
- nur selten ist die DHT-Menge im Körper Schuld, aber dazu später genaueres

Ausgangsfakten zu Epigenetik:

Jede Zelle im Körper (mit Zellkern) besitzt die absolut gleiche DNA und trotzdem sind Zellen nicht gleich. Warum ist das so?

Die DNA kann man sich ansich wie zwei ca. 2 m lange Stränge vorstellen, die miteinander verwunden sind. Beide Stränge sind wie Positiv und Negativ eines Bildes entgegengesetzt und passen exakt ineinander.

Natürlich würden 2m lange gerade Stränge niemals in so eine winzig kleine Zelle hineinpassen. Da die DNA allerdings im Zellkern extrem gepackt/komprimiert vorliegt, schrumpft sie auf die unheimlich geringe Länge von etwa 2 nm. Das Packen erfolgt mittels so genannten Histonen (kleine Zylinderförmige Proteine), um die die DNA herumgewickelt wird sowie die so genannte Methylierung. Dieses Verpacken kann an einzelnen Stellen der DNA unterschiedlich stark ausfallen, was sich auf die spätere Aktivität des Gens an der Stelle auswirkt.

Das heißt konkret, dass zum Beispiel eine Leberzelle im Vergleich zu einer Hautzelle eine völlig unterschiedlich verpackte DNA besitzt. Dadurch werden allen voran Strukturproteine, welche das Aussehen der Zelle bestimmen, in sehr unterschiedlicher Menge synthetisiert. Natürlich ist allgemein dadurch auch der ganze Zellstoffwechsel zwischen den beiden Zellen unterschiedlich.

Das interessanteste an der Epigenetik ist: sie wird dynamisch, reversibel und wird durch äußere Reize beeinflusst.

Was das mit Haarausfall zu tun hat:

DHT ist ein Steroidhormon, welches im Blutkreislauf zirkuliert und an jeden vorhandenen Androgenrezeptor (an der Zellaußenseite) bindet, den es finden kann. Wenn sich Hormon und Rezeptor verbunden haben, wandern diese ins innere der Zelle, durch die Membran des Zellkerns und binden schließlich zusammen an einen bestimmten Bereich der DNA. Das bewirkt, dass ein Gen in diesem Bereich entweder stärker hervortritt, oder unterdrückt wird. Dadurch wird z.B. bei Talgdrüsen eine stärkere Produktion von Talg angeregt, oder das Wachstum von Körperbehaarung angeregt.

Was bewirkt es bei Haarwurzeln?

In den vom Haarausfall betroffenen Bereichen werden entweder plötzlich mehr Androgenrezeptoren gebildet (muss nicht nur die Haarwurzeln betreffen) welche an Bereiche der DNA binden, die durch Bildung von Stoffen die Wachstumsphasen der Haare verkürzen ODER der Androgenrezeptor-DHT-Komplex bindet plötzlich an einen anderen DNA-Bereich, der eben dieses auslöst.

Jetzt wird es vielleicht kompliziert: Der Androgenrezeptor wird natürlich ebenfalls mithilfe der DNA synthetisiert, d.h. die Informationen, wie dieser herzustellen ist, befinden sich (ähnlich wie Baupläne) in der DNA. Genau diese DNA-Bereiche können plötzlich durch veränderte Histone und/oder veränderte Methylierung anders/häufiger/weniger aktiv sein. Es könnten sogar plötzlich komplett andere Bauteile verwendet werden. Das kann möglicherweise durch die oben beschriebenen Auslöser wie Stress und Ernährung geschehen.

Aber was ist nun eigentlich der Wert für uns aus diesen Informationen?

Ich hoffe erst einmal, dass ich nichts vergessen habe zu erklären. Ich habe seit Tagen diese Gedankenwirrwarr im Kopf, dass ich hier nun endlich irgendwie los werden.

Man kann die Methylierung und Histonmodifizierung der DNA durch Ernährung/Nahrungsergänzungsmittel verändern. Vielleicht kann man sogar lokal durch topische Nahrungsergänzungsmittel in die Epigenetik eingreifen. Das heißt, man könnte der Kopfhaut wieder beibringen, normal zu funktionieren.

In diesem Zusammenhang habe ich oft von den sehr bekannten Vitaminen Folsäure (kann Methylgruppen übertragen) und B12 (Coenzym der Methionin-Synthase) gelesen. Viel interessanter sind aber meiner Meinung nach S-Adenosylmethionin (quasi Aminosäure Methionin + Adenosin chemisch gebunden), Isothiocyanat, Sulforaphan (Senfölglykosid) und Epigallocatechin-3-Gallat (aus grünem Tee). Einige von uns verwenden unbewusst ähnliche Substanzen bereits ... ich möchte da nur an dieses neue topische Mittelchen Thiocyanat erinnern oder topisches Adenosin ... diese Substanzen können über Umwege also quasi die Epigenetik beeinflussen. Es gibt bestimmt noch sehr sehr sehr viel mehr Substanzen, die für uns interessant sein könnten. Vielleicht habt ihr ja Lust weiter zu recherchieren?

Benannte Substanzen nimmt man normalerweise in einer ausgewogenen gesunden Ernährung auf. Isothiocyanat und Folsäure findet man viel in Kohl und grünem Blattgemüse, B12 in Algen und Tierprodukten und Methionin in Nüssen und Tierprodukten.

Abschließend:

Ich habe noch nie so viel in einem Forumbeitrag geschrieben und weiß auch nicht, ob mein Schreibstil hier ankommt oder ob dieser Thread überhaupt Sinn macht. Ich werde ihn sicher noch ein paar mal überarbeiten ... es ist schon spät und ich frag mich gerade, warum ich nichts besseres zu tun habe als vor dem PC zu sitzen

Für einige Beispiele zur Epigenetik könnt ihr euch ja unter anderem mal folgenden Artikel anschauen learn.genetics.utah.edu/content/epigenetics/nutrition
Ein wichtiges Stichwort ist dabei Gelee Royale oder das "Agouti-Gen".

Edit: Hier habe ich noch einen interessanten Artikel gefunden, den ich mir jetzt allerdings noch nicht ganz durchgelesen habe.

advances.nutrition.org/content/1/1/8.full

Obwohl viele Leute vielleicht noch nichts von Epigenetik gehört haben, ist sie so ziemlich das Wichtigste in der Biologie.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sat, 04 Jun 2016 23:46:01 GMT

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

knuspermüsli ich finde dein Beitrag super.

Was haltest du davon das AGA eine erbkrankheit ist? Ich halte dies für blödsinn da man diese ja von Geburt an hätte. Die Ernährung sowie ein grossteil des Soziales Verhalten imitiert man von den Eltern und Freunden.

Die grössten Einflussfaktoren sind Stress (Gemäss FDA Ursache von 95% aller Krankheiten) und die Ernährung.

Das Problem ist das bei einer positiven Ernährungsumstellung ziemlich schnell wieder in die gewöhnten muster zurück fehlt und die positive Wirkung schnell verpufft. Epigenetische Lebensmittel sind: Avocado. Himberenen und Granatapfel. Bei diesen konnte unmittelbar nach dem Verzehr eine positive Genexpressierung festgestellt werden.

Meiner Meinung nach sind Sonnenblumenkerne eines der besten Lebensmittel.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 05 Jun 2016 00:39:42 GMT

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

Also die Epigenetik-Wissenschaftler wie Bruce Lipton sagen alle, dass man die Epigenetik hauptsächlich durch Gedanken/Unterbewusstsein verändern kann.

Materielle Mittel sind dazu kaum in der Lage.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [Haar2O](#) on Sun, 05 Jun 2016 08:42:09 GMT

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

Na dann reprogrammieren, was das Zeug hält.
Leider hat das ganze (noch) wenig Hand und Fuß.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Sun, 05 Jun 2016 08:45:41 GMT

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

@reneschaub naja ... Epigenetik kann ja leider zu einem Großteil vererbt werden. Meiner Meinung nach spielt das vielleicht einen größeren Einfluss für AGA als die eigentlichen Erbinformationen. Aber du musst bedenken, dass man AGA ja quasi erst mit oder nach der Pubertät bekommen kann, da dort die Menge an Androgenen im Körper zunimmt.

Ich stimme dir zu, man müsste so eine Ernährungsweise schon bedeutend länger durchziehen. Weißt du welche Stoffe aus Avocado, Himbeere und Granatapfel epigenetische Wirkung besitzen? Hab auf die schnelle dazu nichts gefunden.

@Bis-2018-Norwood-null

Ich habe schon von diesem Wissenschaftler gehört. Natürlich spielt das Gehirn bei solchen Geschichten auch eine Rolle, aber du musst bedenken, dass Vorgänge in den Zellen immer auch die notwendigen Stoffe benötigen. Wenn man den Zellen jetzt ein Überangebot bereitstellt, sind einfach mehr Reaktionspartner verfügbar und Stoffwechselfvorgänge erhöhen sich.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 05 Jun 2016 09:10:09 GMT

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

Ich glaube nicht an die Vererbung da es ja keinen Physiologischen Vorteil bringt. Eben die Gene sind nicht fest und können durch Epigenetischen Einfluss wie Strahlen (Gamma, UV B, Wlan etc), Ernährung, Stress beeinflusst werden.

Bei so einer grossen Weltbevölkerung und dem Genmix müssten ja solche Erbkrankheiten extrem selten sein was aber gerade das Gegenteil ist.

Die Androgene Spielen sicher eine Rolle aber eher als Co Faktor / Katalysator was bei den meisten Männern erst mit 50+ zum Tragen kommen sollte

Ich denke Haarausfall ist ein Krankheitssymptom. In der Tierwelt verlieren Kranke Tiere ja auch ihr Fell damit Artgenossen nicht populieren / anstecken

Denke ist der Mix der Stoffe. Isolierte hochkonzentrierte Stoffe sind eher Schädlich für den Körper.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4207041/>

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [Aristo084](#) on Sun, 05 Jun 2016 09:19:57 GMT

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

Avocado Frucht gibts bei mir oft als Nachtisch und dann kaufe ich beim Spar oft diesen Saft, sicher schon mind. 2 Jahre lang.

https://www.spar.at/de_AT/index/spar-marken/PREMIUM/ProduktePREMIUM/11_food/03_obst_und_gemuese/granatapfelsaft_premium05l_3978979.html

Die Frucht selbst habe ich einmal gekauft und nie wieder, patzt wie S**!

TC und Adenosin klingt interessant, wandert demnächst ins Regime.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [pilos](#) on Sun, 05 Jun 2016 10:17:49 GMT

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

heilung durch epigenetik ist an sich nur theoretisch

schon wegen der zeiträume

<http://www.welt.de/print-welt/article160647/Koerperzellen-sind-sieben-bis-zehn-Jahre-alt.html>

ersten weiß man gar nicht wo man ansetzen sollte

und dann muss man das richtige milieu jahrelang erhalten

möglicherweise fängt die aga schon jahre bevor man auf dem kopf überhaupt was sieht

alles sehr sehr graue theorie

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Sun, 05 Jun 2016 10:42:23 GMT

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

Das stimmt so nicht ganz. Epigenetik wirkt nicht erst nach der Zellteilung sondern eigentlich sofort. Wenn das Androgenrezeptor-Gen durch epigenetische Veränderungen weniger stark

exprimiert wird, hat die Zelle fortan eine abnehmende Rezeptormenge ... das lässt sich dadurch erklären, dass Membranproteine ebenfalls nach einer gewissen Lebensdauer ersetzt werden müssen. Sind weniger da, werden auch weniger aus dem Zellinneren an die Membranoberfläche "geschoben".

Ich sage natürlich nicht, dass dann innerhalb von Stunden oder Tagen eine sichtbare Veränderung eintritt ... aber auf molekularer Ebene tritt eine fortlaufende Veränderung ein.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [Legende](#) on Sun, 05 Jun 2016 11:44:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was sagst du zu IPS-Zellen ?

Zitat:Langfristiges Ziel der Forschungsarbeiten ist es nach Angaben des Max-Planck-Instituts, menschlichen Patienten Zellen zu entnehmen, diese im Labor zu iPS-Zellen zurückzuwandeln, sie genetisch zu korrigieren und anschließend wieder einzusetzen. So gewonnene Zellen werden nicht vom Körper abgestoßen wie oftmals fremdes Spendergewebe.

Wäre das nicht, die einfachste Lösung ? Einfach wieder den "AGA Gen korrigieren"

<http://www.eurostemcell.org/de/factsheet/reprogrammierung-wie-jede-zelle-des-k%C3%B6rpers-zu-einer-pluripotenten-stammzelle-gemacht-werd>

<http://www.n-tv.de/wissen/Hautzellen-heilen-Leberkrankheit-article3792206.html>

oder sowas hier ?

http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/24401/#msg_285949

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [Ryder89](#) on Sun, 05 Jun 2016 11:46:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gene zu manipulieren ist ein gefährliches Spiel...

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [wonderwhy](#) on Sun, 05 Jun 2016 11:59:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Reneschau: Wenn Erbgut keinen Einfluss hat, müsste doch jeder mit der gleichen Menge an Haaren und der gleiche Haarstruktur zur Welt kommen...m.E. ist wie oben bereits gesagt wurde, die Ausgangsposition für jeden eine andere, aber wahrscheinlich bis zu einem gewissen Grad korrigierbar...

Deine Argumentation ist doch mit der vorgestellten Theorie kombinierbar!

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Sun, 05 Jun 2016 12:06:09 GMT

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

@Legende einige dieser Geschichten sind mir bekannt.

Ich weiß nicht ob das der richtige Weg ist. IPS mögen ein unheimlicher Fortschritt zur Bekämpfung von schwerwiegenden Krankheiten sein, aber unsere Haare sind bei den meisten ja nicht wirklich "zerstört" sondern noch vorhanden ... wenn auch ohne Pigmente und in permanenter Ruhephase.

Epigenetische Veränderungen durch unseren Körper selbst laufen da meiner Meinung nach sicherer ab. Der Körper wird nicht aufgrund von gesunder Ernährung plötzlich anfangen unsere gesamte Epigenetik so umzukrempeln, dass wir Krebs kriegen. Ich hab da immer so ein wenig Respekt vor der Entnahme und Manipulation von Zellen - zumal Haarausfall ja nicht pathogen ist.

@Ryder89 bezieht sich das auf Legende's Beitrag oder auf diesen Beitrag allgemein?

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [pilos](#) on Sun, 05 Jun 2016 12:32:19 GMT

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

knuspermüsli schrieb am Sun, 05 June 2016 13:42 Das stimmt so nicht ganz. Epigenetik wirkt nicht erst nach der Zellteilung sondern eigentlich sofort. Wenn das Androgenrezeptor-Gen durch epigenetische Veränderungen weniger stark exprimiert wird, hat die Zelle fortan eine abnehmende Rezeptormenge ... das lässt sich dadurch erklären, dass Membranproteine ebenfalls nach einer gewissen Lebensdauer ersetzt werden müssen. Sind weniger da, werden auch weniger aus dem Zellinneren an die Membranoberfläche "geschoben".

Ich sage natürlich nicht, dass dann innerhalb von Stunden oder Tagen eine sichtbare Veränderung eintritt ... aber auf molekularer Ebene tritt eine fortlaufende Veränderung ein.

welche ist der hoch spezifische/selektiver botenstoff welcher dauerhaft zugeführt werden muss damit man von der aga kuriert werden kann

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [Legende](#) on Sun, 05 Jun 2016 12:58:14 GMT

knuspermüsli schrieb am Sun, 05 June 2016 14:06@Legende einige dieser Geschichten sind mir bekannt.

Ich weiß nicht ob das der richtige Weg ist. IPS mögen ein unheimlicher Fortschritt zur Bekämpfung von schwerwiegenden Krankheiten sein, aber unsere Haare sind bei den meisten ja nicht wirklich "zerstört" sondern noch vorhanden ... wenn auch ohne Pigmente und in permanenter Ruhephase.

Epigenetische Veränderungen durch unseren Körper selbst laufen da meiner Meinung nach sicherer ab. Der Körper wird nicht aufgrund von gesunder Ernährung plötzlich anfangen unsere gesamte Epigenetik so umzukrempeln, dass wir Krebs kriegen. Ich hab da immer so ein wenig Respekt vor der Entnahme und Manipulation von Zellen - zumal Haarausfall ja nicht pathogen ist.

Aber rein Theoretisch, würde das ja Funktionieren mit IPS, durch die Gen Korrektur

Irgendwelche Gene oder Zellen sind ja defekt und geben ein falsches Signal an den Haaren weiter...was daran hindert, die Haare wachsen zu lassen.

Nur wie kann man sich das erklären, dass nicht alle Haare auf den Ganz Kopf betroffen sind und ausgerechnet bzw. vermehrt die Signale auf die Front als erstes die "falsche Information" bekommen

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Sun, 05 Jun 2016 13:51:59 GMT

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

@pilos ich habe im Zuge meiner Recherchen einige Substanzen gefunden, diese habe ich oben im Fließtext erwähnt. Natürlich wirken diese nicht spezifisch gegen AGA, aber vielleicht helfen sie im richtigen Maße der Kopfhaut wieder zur ursprünglichen gesunden Epigenetik zurück ... vielleicht sogar dem ganzen Körper.

Mein Beitrag soll nur ein Denkanstoß sein, das Problem direkt an der Wurzel zu packen und es vielleicht einmal mit etwas anderem als Antiandrogenen zu versuchen.

@Legende natürlich könnte das funktionieren Für mich klingt das nur ein wenig zu invasiv und eher für andere Krankheiten vielversprechender. Ich bin aber auch persönlich auch schon gegen eine Haartransplantation.

Warum nicht alle Haare auf dem Kopf betroffen sind? Wie bereits erwähnt haben alle Zellen im Körper die gleiche DNA ... sehr wahrscheinlich ist das wieder durch eine leicht unterschiedliche Epigenetik zwischen Hinterkopf+Schläfen und Oberkopf bedingt. Kann ja alles mit dem Androgenrezeptor assoziiert sein. Soweit ich weiß nimmt auch die Sekretion von Talg auf der Kopfhaut vom Haaransatz bis zum Nacken ab ... (oder hat jemand einen fettigen Hinterkopf?)

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [vmPFC](#) on Sun, 05 Jun 2016 15:14:59 GMT

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

reneschaub schrieb am Sun, 05 June 2016 01:46knuspermüsli ich finde dein Beitrag super. Was haltest du davon das AGA eine erbkrankheit ist? Ich halte dies für blödsinn da man diese ja von Geburt an hätte. Die Ernährung sowie ein grossteil des Soziales Verhalten imitiert man von den Eltern und Freunden.

Nein! Ein einfaches Gegenbeispiel, um deine These zu widerlegen ist Chorea Huntington. CH bricht erst im Erwachsenenalter aus (eben gerade dann, wenn die meisten Genträger bereits Kinder haben). Ein einfacher Fall deshalb, weil es nur eine einzige Mutation eines Gens ist (und nicht ein "Genmuster" verschiedener Gene). Beinahe ausnahmslos bekommt jeder mit dieser Mutation auch CH (-> ist deterministisch statt probabilistisch) Erzähl mal diesen Betroffenen, dass Ernährung und imitiertes Verhalten an ihrer Krankscheit schuld sein sollen...

Sonnenblumenkerne, Avocado und Himbeeren stehen mehrmals wöchentlich auf meinem Speiseplan. Granatapfel regelmäßig. Wen interessiert's? Niemanden! Erste recht nicht meine AGA. Aber Fin, Minox und Ket interessiert meine AGA.

reneschaub schrieb am Sun, 05 June 2016 01:46

Die grössten Einflussfakoren sind Stress (Gemäss FDA Ursache von 95% aller Krankheiten) und die Ernährung.

Unsinn. Hier habe ich aufgehört zu lesen. Der Thread hätte aber durchaus etwas werden können.

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 05 June 2016 02:39Also die Epigenetik-Wissenschaftler wie Bruce Lipton sagen alle, dass man die Epigenetik hauptsächlich durch Gedanken/Unterbewusstsein verändern kann. Materielle Mittel sind dazu kaum in der Lage. ...hätte ich tatsächlich mal aufgehört zu lesen. Dann wäre mir dieser Post erspart geblieben

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Sun, 05 Jun 2016 17:23:18 GMT

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

Das ist so nicht ganz richtig. Chorea Huntington hat man quasi von Geburt an, da das Gen für das Protein "Huntingtin" mutiert ist. Dadurch hat das Protein einen veränderten Aufbau, kann jedoch weiterhin seine Funktion erfüllen. Leider neigt es allerdings allerdings dazu, sich mit anderen fehlerhaften Huntingtin-Proteinen "amyloidähnlich" zu einem Klumpen zu verbinden.

Man vermutet, dass der Stoffwechsel eines jungen Menschen die fehlerhaften Proteine schnell genug abbaut, bevor sie anfangen die Zelle zuzumüllen. Da der Zellstoffwechsel mit dem Älterwerden langsamer und fehleranfälliger wird, kommt es zum Ausbruch der Krankheit.

Es mag ja sein, dass es bei AGA ein ähnliches Problem gibt ... aber es kann eben genauso gut epigenetische Ursachen haben.

Warum findest du es unsinnig, dass Stress und falsche Ernährung der Auslöser von Krankheiten ist? Krankheiten haben natürlich zum Teil auch ihre Ursachen in unseren Genen. Aber der Zeitpunkt, wann die Erkrankung ausbricht kann natürlich negativ durch oben genannte Faktoren beeinflusst werden.

Das unsere Gedanken die Epigenetik verändern können ist gar nicht so abwegig. Schließlich besitzt unser Denkorgan die Fähigkeit, Hormone und andere Chemikalien ins Blut abzugeben. Wer den ganzen Tag nur depressive Gedanken hat, neigt dazu schneller krank zu werden.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [vmPFC](#) on Sun, 05 Jun 2016 18:34:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, alles richtig. Es geht um die Parallele des verspäteten Onset. Die Überempfindlichkeit der Haarfollikel gegenüber DHT ist ebenfalls angeboren, dennoch kommt die AGA erst während / nach der Pubertät.

Psychoneuroimmunologie ist ja schön und gut, aber 95% Varianzaufklärung durch Stress ist Unsinn. Monokausal einfach mal alles erklärt.

...und Bruce Lipton. Really?

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [knuspermüsli](#) on Sun, 05 Jun 2016 19:07:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich stimme dir in der Stress-Geschichte zu.

Aber was die Verbung angeht: Es ist nicht bewiesen, dass Haarausfall rein an den Genen festzumachen ist.

Ich versuche ja hier zu verdeutlichen, dass Epigenetik im Körper eine sehr viel größere Rolle spielt als die eigentliche Genetik. Wenn man ein Gen in der DNA besäße, das den sofortigen Zelltod bewirken würde, dies aber enorm Methyliert und Histon-Acetyliert wäre, dann würde die Zelle trotzdem nicht zu Grunde gehen.

Es macht meiner Meinung nach im Falle AGA einfach logisch mehr Sinn, dass Epigenetik eine sehr große Rolle spielt. Und das ist ja das wunderbare ... diese kann leichter beeinflusst werden als die Gene selbst.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [vmPFC](#) on Sun, 05 Jun 2016 19:16:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Innerhalb einer Spanne ist der AGA-Verlauf sicherlich variabel.
Wie groß ist diese Spanne?
Was sind die Einflussfaktoren? Wie viele gibt es?
Wie sind die Einflussfaktoren zu gewichten?

Es wird dann so getan als würden Geistheilung und Ernährung AGA stoppen und umkehren können.
Keine Ergebnisse, keine Beweise, nothing, zero, zip.
Und dann kommen die abenteuerlichsten Ausreden, warum es bei einem selbst zufällig nicht funktioniert...

Außerordentliche Behauptungen brauchen außerordentliche Beweise!

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [yoda](#) on Mon, 06 Jun 2016 05:18:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

vmPFC schrieb am Sun, 05 June 2016 17:14
...hätte ich tatsächlich mal aufgehört zu lesen. Dann wäre mir dieser Post erspart geblieben

Epigenetik sollte nicht einfach so abgeschrieben werden, nur stochert man da noch so ziemlich im Dunkeln. Was dann natürlich sehr viel Spielraum für die Esoterikkaste lässt.

Hier mal zwei interessante Links dazu, ihr werdet sehen das ihr einiges schon nutzt.

<https://books.google.de/books?id=ysppCQAAQBAJ&pg=PT82&lpg=PT82&dq=stammzellen+aktivieren&source=bl&ots=giCohhNOKM&sig=Cwv2oudJfFm3Z8x0Pt4tWB7Kpzc&hl=de&sa=X&ved=0ahUKEwjs9KDXvJLNAhVI2RoKHV4UD9s4FBD0AQgWMAA#v=onepage&q=stammzellen%20aktivieren&f=false>

<https://www.dmsg.de/multiple-sklerose-news/ms-forschung/kann-ein-wirkstoff-aus-einer-fusssalbe-die-stammzellen-auch-zur-reparatur-von-schaeden-bei-multipler/>

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?
Posted by [knuspermüsli](#) on Mon, 06 Jun 2016 23:35:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe noch einer sehr interessante Studie gefunden. Lohnt sich definitiv sie durchzulesen!

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [benutzer81](#) on Tue, 07 Jun 2016 10:33:44 GMT

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

Die Frage die sich mir stellt - wo "stehen" die Informationen wie die DNA abgelesen wird. Wo entstehen die Signale? Wer was wie entscheidet?

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Tue, 07 Jun 2016 18:59:58 GMT

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

Wie meinst du das?

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [chrisan](#) on Wed, 08 Jun 2016 08:08:57 GMT

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

Die Erkenntnisse erinnern mich stark an solche aus der Mitochondrien-Medizin, die Funktionstörungen von Mitochondrien als Auslöser von Zivilisationskrankheiten verantwortlich macht, wobei Symptome, Ort, Schwere und Dauer der Erkrankung, sowie Zeitpunkt des Beginns durch Individuelle, zusätzliche Faktoren modifiziert wird.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Mitochondriopathie>

<https://www.uni-luebeck.de/aktuelles/nachricht/artikel/mitochondrien-als-ursprung-chronisch-entzuendlicher-erkrankungen.html>

<http://praxis-dr-peter-rothdach.de/therapie-naturheilverfahren/mitochondriale-medizin/>

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [benutzer81](#) on Mon, 13 Jun 2016 07:48:22 GMT

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

knuspermüsli schrieb am Tue, 07 June 2016 20:59Wie meinst du das?

Nun, wie ist es möglich dass sich der Haufen aus 80 Billionen Zellen so organisiert dass im Endprodukt unser Körper entsteht? Wir suchen die Antwort in der Materie selbst, das könnte aber ein Trugschluss sein. Es läuft alles über Informationen.. nur wo diese "sitzen" ist ein Rätsel.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Mon, 13 Jun 2016 20:37:17 GMT

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

Naja, neues Leben entsteht ja nicht aus 80 Millionen Zellen, sondern aus einer. Wie diese sich weiter entwickelt lernt jeder im Biologieunterricht ... da spielen auch gewisse Hormone der Mutter eine Rolle. Und Hormone sind ja meistens nichts anderes als Transkriptionsfaktoren die bestimmte Gene an- oder ausschalten.

Wie das nun genau passiert ist meiner Meinung nach für diesen Thread uninteressant. Es geht hier um die Beeinflussung von Epigenetik durch die Ernährung.

Ich habe jetzt angefangen täglich Sulforaphan in Form von Brokkolisamen/Brokkolisprossen, sowie S-Adenosylmethionin (Kapseln) zu mir zu nehmen. Dazu trinke ich täglich 1L grünen Tee und nehme Folsäure und B12 zu mir. Mal sehen was sich so in den nächsten Monaten tut

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [Hairgrower](#) on Mon, 20 Jun 2016 21:55:28 GMT

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

knuspermüsli schrieb am Mon, 13 June 2016 22:37 Ich habe jetzt angefangen täglich Sulforaphan in Form von Brokkolisamen/Brokkolisprossen, sowie S-Adenosylmethionin (Kapseln) zu mir zu nehmen. Dazu trinke ich täglich 1L grünen Tee und nehme Folsäure und B12 zu mir. Mal sehen was sich so in den nächsten Monaten tut

Eines ist schon mal sicher: Schön gelbe Zähne bei diesen großen Mengen an Tee täglich.

Nimm lieber Grüntee Extrakt standardisiert auf EGCG in Kapseln, ist "kosmetisch" verträglicher und einfacher anzuwenden.

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [knuspermüsli](#) on Mon, 20 Jun 2016 22:14:49 GMT

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

Also eins kann ich nach ca. einer Woche schon mal sagen:

Brokkolisamen und -keime brennen beim Kauen ENORM im Mund, das kommt durch das Abspalten des Glucosemoleküls von den Senfölglykosiden ... aber ich habe seitdem keine Apften mehr ... (nur so am Rande). Wenn man sie z.B. zusammen mit einer Karotte isst, geht das aber voll. Im Müsli kann ich sie absolut nicht empfehlen ... das passt geschmacklich einfach nicht.

Was den grünen Tee angeht:

da ich es mit der Zahnpflege sehr genau nehme und auch viel Wasser zwischendurch trinke, glaube ich nicht dass der grüne Tee meine Zähne gelb macht
Passiert das nicht auch eher bei schwarzem Tee?

Subject: Aw: Heilung durch Epigenetik?

Posted by [benutzer81](#) on Tue, 21 Jun 2016 07:37:08 GMT

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

knuspermüsli schrieb am Mon, 13 June 2016 22:37Naja, neues Leben entsteht ja nicht aus 80 Millionen Zellen, sondern aus einer. Wie diese sich weiter entwickelt lernt jeder im Biologieunterricht ... da spielen auch gewisse Hormone der Mutter eine Rolle. Und Hormone sind ja meistens nichts anderes als Transkriptionsfaktoren die bestimmte Gene an- oder ausschalten.

Also ich hatte 80 Billion geschrieben Und die Frage die sich mir stellte ist vielmehr ob nicht das Leben eine Zelle hervorbringt als anders herum und wenn dem so ist, hätte dieses "Leben" (man könnte auch Information sagen) maßgeblichen Einfluss auf die gesamte Organisation des Organismus bishin zur Epigenetik.

Aber du hast recht, das schlägt jetzt fast schon in eine philosophische Kerbe und hat mit dem Thread jetzt weniger zu tun.
