
Subject: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Sun, 18 Sep 2016 22:33:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich weiß ihr seid nicht überzeugt, aber was von den beiden macht wohl mehr Sinn, auch bei gutartiger Prostata Vergrößerung?

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Sonic Boom](#) on Mon, 19 Sep 2016 05:44:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Beta Sitosterol soll besser sein. In Sägepalme ist auch ein Kleiner Teil davon enthalten. Für die Haare hats wohl leider keinen Effekt (Sägepalme, bei Beta sis topisch weiß ich es nicht).

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Mon, 19 Sep 2016 11:02:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ok danke. Ist hier jemand richtig fit bei dem Thema und kann mir empfehlen wieviel kürbiskernöl, Beta sitosterol und Brennesselsamen/Tee täglich optimal wären für das Vorhaben?

Ich will dem ganzen mal eine Chance geben.

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Mon, 19 Sep 2016 22:48:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nobody?

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [pilos](#) on Tue, 20 Sep 2016 06:16:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rick schrieb am Tue, 20 September 2016 01:48Nobody?

es ist nicht ideal

wie und in welcher form soll beta sis und der Brennesselsamen sein?

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Tue, 20 Sep 2016 09:05:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Beta sit habe ich Tabletten hier und brenessel Samen in natürlicher Form

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [pilos](#) on Tue, 20 Sep 2016 09:11:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rick schrieb am Tue, 20 September 2016 12:05 und brenessel Samen in natürlicher Form

das funzt nicht

da muss extrakt gemacht werden

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Tue, 20 Sep 2016 10:03:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ok. Und Öl davon gibt es doch bestimmt auch?

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [pilos](#) on Tue, 20 Sep 2016 10:48:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rick schrieb am Tue, 20 September 2016 13:03 Ok. Und Öl davon gibt es doch bestimmt auch?

nicht wirklich

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 20 Sep 2016 18:47:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Progesterone creme könnte noch helfen, weil es den DHT Spiegel senkt...
Vielleicht noch Aromatashemmer ????

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [buttkeis](#) on Wed, 21 Sep 2016 06:13:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

SonicBoom,
müsste man dann nicht die Progcreme mit was androgenem wie Ket nehmen? Evtl verwechsel
ich es auch.

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Wed, 21 Sep 2016 07:40:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Spielt es beim kürbiskernöl eine rollte ob es pur genommen wird oder zum Essen?

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [pilos](#) on Wed, 21 Sep 2016 07:58:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rick schrieb am Wed, 21 September 2016 10:40Spielt es beim kürbiskernöl eine rollte ob es
pur genommen wird oder zum Essen?

ja

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Wed, 21 Sep 2016 08:21:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also pur. Mit wieviel abstand zum Essen?

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [pilos](#) on Wed, 21 Sep 2016 09:16:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rick schrieb am Wed, 21 September 2016 11:21Also pur. Mit wieviel abstand zum Essen?

ja

und an sich müsste man es auch emulgieren

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Wed, 21 Sep 2016 09:26:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hm also wie gehe ich perfekt vor? Auch mit dem abstand zum Essen

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Obes89](#) on Wed, 21 Sep 2016 09:34:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es wird bei Prostataveränderungen immer nur von dht/androgenhemmung geredet. Allerdings spielt bei Männern vor allem im alter von über 40 Östrogen eine entscheidende Rolle bei dem ganzen. Einfach nur Androgene hemmen kann man machen halte ich aber für zu Stumpf. Lieber ganzheitlich ansetzen und mal die Hormone durch checken und gucken wie man dann am besten justiert durch z. B. fin, progesteron und auch Aromatasehemmer. Also nicht immer nur denken androgene und dht sind schlecht. Falsche Verhältnisse von Androgenen zu Östrogenen sind oft schuld. Oder wenn beide in zu hohen Mengen auf die Prostata einwirken.

Subject: Aw: Sägepalme oder Beta sitosterol?
Posted by [Rick](#) on Wed, 21 Sep 2016 10:01:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bluttest oder Speichel? Scheint ja umstritten