
Subject: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [daniel91](#) on Thu, 04 Jan 2018 20:27:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Thema wurde hier oft besprochen, selten mit Vorschlägen eher mit eigenen Erfahrungen beantwortet.
Möglichkeiten wurden unter anderem von Pulos genannt: topische Anwendung, andere nennen Runterregulierung.

Gibt es denn dazu Alternativen, habe in einem Forum gelesen dass I-theanin helfen könnte.
Hat hier jemand schon Erfahrungen im Kampf gegen starken Brainfog gemacht?

Ich habe die Einnahme auf 7 Uhr abends gestellt das half anfangs, nun nicht mehr.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [systemfehler](#) on Fri, 05 Jan 2018 12:37:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Thu, 04 January 2018 21:27Das Thema wurde hier oft besprochen, selten mit Vorschlägen eher mit eigenen Erfahrungen beantwortet.
Möglichkeiten wurden unter anderem von Pulos genannt: topische Anwendung, andere nennen Runterregulierung.

Gibt es denn dazu Alternativen, habe in einem Forum gelesen dass I-theanin helfen könnte.
Hat hier jemand schon Erfahrungen im Kampf gegen starken Brainfog gemacht?

Ich habe die Einnahme auf 7 Uhr abends gestellt das half anfangs, nun nicht mehr.

Ich habe Fin nun, nach drei erfolgreichen Jahren, abgesetzt. Hätte auch mit extrem trockenen Augen, Brainfog und Dauermüdigkeit zu kämpfen. Ich konnte mich nie konzentrieren und fühlte mich immer überfordert.

Zu deiner Frage:

Leider habe ich viel versucht, aber nichts dagegen hat geholfen. Auch schon ne Dosierung von 0,25 mg verursachte NW.

LG

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [daniel91](#) on Fri, 05 Jan 2018 12:57:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ohjeh danke. Fin ist für leider essentiell. NW wie Libido, ED oder Hodenschmerzen sind für mich eigentlich trivial.

Aber der Brainfog der jetzt in den letzten Wochen dazu gekommen ist, ist wirklich Fatal.

Worst scenario

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [Rezeptleser](#) on Fri, 05 Jan 2018 12:57:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

L-Tyrosin kann helfen. 500mg - 2g über den Tag verteilt.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [daniel91](#) on Fri, 05 Jan 2018 13:22:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dankeschön, reicht es da so etwas zu kaufen:
<http://www.ebay.de/itm/NutrinaX-Tyrosin-500mg-240-Kapseln-L-Tyrosin-hochdosierte-mit-Tyrosin-Pulver/202092364188?hash=item2f0da4c19c:g:av4AAOSwH-dZ8Hqe>
?

Kannst du mir dazu noch die mögliche Wirkung erklären,
das wäre echt super!

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [Rezeptleser](#) on Fri, 05 Jan 2018 14:27:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Fri, 05 January 2018 14:22Dankeschön, reicht es da so etwas zu kaufen:
<http://www.ebay.de/itm/NutrinaX-Tyrosin-500mg-240-Kapseln-L-Tyrosin-hochdosierte-mit-Tyrosin-Pulver/202092364188?hash=item2f0da4c19c:g:av4AAOSwH-dZ8Hqe>
?

Kannst du mir dazu noch die mögliche Wirkung erklären,
das wäre echt super!

Ja. Ich nehme es gegen Wintermüdigkeit/abgeschlagenheit und nichts hilft mir wie das. Weder Vitamin D noch Coffein/Teein. Was es genau macht, kannst du per google herausfinden.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [daniel91](#) on Fri, 05 Jan 2018 14:34:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rezeptleser schrieb am Fri, 05 January 2018 15:27daniel91 schrieb am Fri, 05 January 2018 14:22Dankeschön, reicht es da so etwas zu kaufen:

<http://www.ebay.de/itm/NutrinaX-Tyrosin-500mg-240-Kapseln-L-Tyrosin-hochdosierte-mit-Tyrosin-Pulver/202092364188?hash=item2f0da4c19c:g:av4AAOSwH-dZ8Hqe>
?

Kannst du mir dazu noch die mögliche Wirkung erklären,
das wäre echt super!

Ja. Ich nehme es gegen Wintermüdigkeit/abgeschlagenheit und nichts hilft mir wie das. Weder Vitamin D noch Coffein/Teein. Was es genau macht, kannst du per google herausfinden.

Achso dachte du hättest Infos wie es im Zusammenspiel mit FIN wirkt, danke.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [Rezeptleser](#) on Fri, 05 Jan 2018 14:52:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Fri, 05 January 2018 15:34Rezeptleser schrieb am Fri, 05 January 2018 15:27daniel91 schrieb am Fri, 05 January 2018 14:22Dankeschön, reicht es da so etwas zu kaufen:
<http://www.ebay.de/itm/NutrinaX-Tyrosin-500mg-240-Kapseln-L-Tyrosin-hochdosierte-mit-Tyrosin-Pulver/202092364188?hash=item2f0da4c19c:g:av4AAOSwH-dZ8Hqe>
?

Kannst du mir dazu noch die mögliche Wirkung erklären,
das wäre echt super!

Ja. Ich nehme es gegen Wintermüdigkeit/abgeschlagenheit und nichts hilft mir wie das. Weder Vitamin D noch Coffein/Teein. Was es genau macht, kannst du per google herausfinden.

Achso dachte du hättest Infos wie es im Zusammenspiel mit FIN wirkt, danke.

Habe es auch einige gesehen, die es gegen Brainfog bei Fin genommen haben und angeblichen PFS. Tyrosin macht wach und klar.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [daniel91](#) on Fri, 05 Jan 2018 15:13:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rezeptleser schrieb am Fri, 05 January 2018 15:52daniel91 schrieb am Fri, 05 January 2018 15:34Rezeptleser schrieb am Fri, 05 January 2018 15:27daniel91 schrieb am Fri, 05 January 2018 14:22Dankeschön, reicht es da so etwas zu kaufen:
<http://www.ebay.de/itm/NutrinaX-Tyrosin-500mg-240-Kapseln-L-Tyrosin-hochdosierte-mit-Tyrosin-Pulver/202092364188?hash=item2f0da4c19c:g:av4AAOSwH-dZ8Hqe>

?

Kannst du mir dazu noch die mögliche Wirkung erklären,
das wäre echt super!

Ja. Ich nehme es gegen Wintermüdigkeit/abgeschlagenheit und nichts hilft mir wie das. Weder Vitamin D noch Coffein/Teein. Was es genau macht, kannst du per google herausfinden.

Achso dachte du hättest Infos wie es im Zusammenspiel mit FIN wirkt, danke.

Habe es auch einige gesehen, die es gegen Brainfog bei Fin genommen haben und angeblichen PFS. Tyrosin macht wach und klar.

Dankeschön, wäre großartig wenn es hilft.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [andal](#) on Fri, 05 Jan 2018 17:17:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ketose hilft mir. .. Studien kann man sich raussuchen.stichwort. gaba gehiirn, glucose ketonkörperetc..

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [Damnithair](#) on Fri, 05 Jan 2018 17:35:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

andal schrieb am Fri, 05 January 2018 18:17Ketose hilft mir. .. Studien kann man sich raussuchen.stichwort. gaba gehiirn, glucose ketonkörperetc..
Ernährst du dich dauerhaft ketogen oder nur phasenweise (Diät)?

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [andal](#) on Fri, 05 Jan 2018 17:38:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Permanent + IF 20/4

Also ohne carb cycling falls du darauf hinaus willst

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [daniel91](#) on Fri, 05 Jan 2018 18:09:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ketose wurde mir von Joe Tillman auch ans Herz gelegt aber meine Ernährung basiert sehr auf günstiges Essen Reis, Bohnen, Kartoffeln und ich möchte ja für eine HT sparen ^^

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [AI86](#) on Sat, 13 Jan 2018 09:06:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab es auch nach ca. 5 Monaten wegen Brainfog, Müdigkeit und Antriebslosigkeit abgesetzt. Ist mir zu heftig.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [Antidote](#) on Sat, 13 Jan 2018 09:38:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich wüsste nich, mit was man den NW entgegenwirken kann. Hier scheint wohl die Devise zu sein:

Nebenwirkung = Absetzen. Keine Experimente, das Fin topisch, anal oder sonstwie einzunehmen. Macht das Zeug NW, ist es egal wie es in den Körper gelangt.

Bei einigen hilft Reduzierung der Dosis. Aber nicht allen. Muss man testen. Hilft es nix, bleibt nur Absetzen.

Wer keine NW hat, schätze sich glücklich.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [krimsonite123](#) on Wed, 29 Aug 2018 07:33:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Um das Thema wieder mal aufzugreifen: Gibt es irgendwelche Science-Based Wirkstoffe gegen den Brain Fog? Bei mir wirkt Fin wirklich sehr gut (nehme 1mg jeden 2. Tag), aber der Brain Fog ist ebenfalls sehr sehr stark ausgeprägt. Wenn man den noch irgendwie in den Griff bekommen könnte wäre das wirklich ein großer Schritt vorwärts....

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [Bacco](#) on Wed, 29 Aug 2018 13:48:22 GMT

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

Probier mal einen Ginseng Extract standardisiert auf ausreichend Ginsenoside.

MFG Bacco

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [egal123](#) on Wed, 29 Aug 2018 13:57:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

andal schrieb am Fri, 05 January 2018 18:38Permanent + IF 20/4

Also ohne carb cycling falls du darauf hinaus willst

Intermittierend fasten?

20h a 4 Tage?

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [krx](#) on Wed, 29 Aug 2018 14:32:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

egal123 schrieb am Wed, 29 August 2018 15:57andal schrieb am Fri, 05 January 2018 18:38Permanent + IF 20/4

Also ohne carb cycling falls du darauf hinaus willst

Intermittierend fasten?

20h a 4 Tage?

20 stunden fasten, 4 stunden essen. finde das aber zu krass, denke 15-16/7-8 reichen da schon gut aus.

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [egal123](#) on Wed, 29 Aug 2018 15:20:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

krx schrieb am Wed, 29 August 2018 16:32egal123 schrieb am Wed, 29 August 2018 15:57andal schrieb am Fri, 05 January 2018 18:38Permanent + IF 20/4

Also ohne carbocycling falls du darauf hinaus willst

Intermittierend fasten?

20h a 4 Tage?

20 stunden fasten, 4 stunden essen. finde das aber zu krass, denke 15-16/7-8 reichen da schon gut aus.

Aaah

Studienlage ist sehr dünn dazu.

Obs was bringt steht in den Sternen. Theorie ---) je länger die Dauer desto besser beim Fasten: wobei gesamte kcl konstant bleiben sollen da man sonst abnimmt...

Subject: Aw: Finasterid Brainfog gegen wirken
Posted by [kumulu](#) on Wed, 29 Aug 2018 16:30:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bacco schrieb am Wed, 29 August 2018 15:48Probier mal einen Ginseng Extract standarisiert auf ausreichend Ginsenoside.

MFG Bacco

habe ich auch schon mal hier in einem thread hier empfohlen.
mache ich schon seit jahren.
auch heute: 1,2 mg fin + 2 stück hochdosiertes ginseng
hilft, ohne zweifel