

---

Subject: DHT-Mangel

Posted by [mike.](#) on Tue, 12 Mar 2019 21:04:57 GMT

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

---

Hallo,

wer kennt das

wie wirkt sich das aus?

Ich bin nun auch der Überzeugung, dass DHT-Mangel der Haarstruktur schadet bzw den Wuchs nicht induziert.. (Flaum in den Ecken wird weiss und schwächer)  
ganz zu schweigen von der fehlenden Stimulation der AR im Gehirn...

nachdem ich in letzter Zeit relativ scharf geschossen habe (Fin, CPA, P4, E2, P5, 7KD).. merke ich den DHT bzw Androgenentzug

<https://www.endokrinologikum.com/labor/leistungen/analytik/hormone/hormone-parameter/ho-parameter/dihydrotestosteron.html>

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 12 Mar 2019 22:25:10 GMT

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

---

Frauen, Kinder und Eunuchen haben wenig bis kaum DHT und die schönsten und dichtesten Haare !:

Zumindest was den Kopf angeht. Wenn du mehr Bartwuchs willst, brauchst du natürlich mehr DHT.

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [Westhair](#) on Tue, 12 Mar 2019 22:29:28 GMT

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

---

Habe auch das Gefühl dass RU und Finasterid und P4 in Kombination meiner Front etwas geschadet hat und meine ganze Haarstruktur feiner gemacht hat. Allerdings stabil seit einigen Monaten.

---

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 12 Mar 2019 22:37:53 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 12 March 2019 22:04 nachdem ich in letzter Zeit relativ scharf geschossen habe (Fin, CPA, P4, E2, P5, 7KD).. merke ich den DHT bzw Androgenentzug  
Vielleicht liegt das Kontraproduktive auch in dem Durcheinander und dem On/Off Wechsel der vielen Substanzen.

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [Obes89](#) on Tue, 12 Mar 2019 22:58:05 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 12 March 2019 22:04Hallo,

wer kennt das

wie wirkt sich das aus?

Ich bin nun auch der Überzeugung, dass DHT-Mangel der Haarstruktur schadet bzw den Wuchs nicht induziert.. (Flaum in den Ecken wird weiss und schwächer)  
ganz zu schweigen von der fehlenden Stimulation der AR im Gehirn...

nachdem ich in letzter Zeit relativ scharf geschossen habe (Fin, CPA, P4, E2, P5, 7KD).. merke ich den DHT bzw Androgenentzug

<https://www.endokrinologikum.com/labor/leistungen/analytik/hormone/hormone-parameter/ho-parameter/dihydrotestosteron.html>

Androgensynthese kannst du im Grunde recht gut mit kleinen Mengen DHEA und Preg stimulieren, oder einfach DHEA + Prog. Du könntest z. B. 2,5-5 mg DHEA nehmen und dazu Progesteron in der ungefähr gleichen Menge. All die Hormone bringen in verschiedenen Dosierungen und Zeitpunkten ihrer Kombination völlig andere Auswirkungen mit sich. Also die Kombi aus Prog + DHEA kann definitiv DHT deutlich erhöhen, habe ich auch an mir selbst festgestellt.

Und was Stimulation der AR im Gehirn angeht, da hatte ich etwas gelesen zu tribulus terrestris. Welches dann aber in sehr guter Form vorliegen muss. Dazu fand ich auch was im Ray Peat Forum. Im englischsprachigen, dort findet man am meisten Wissen und interessantesten Austausch anderer. Und im Endeffekt auch kein Wunder das 7 Keto nicht ausreicht um dir komplettes Wohlbefinden zu geben. Unter dem Programm das du fährst werden natürlich Androgene stark gedrückt und bei 7 Keto ist trotz der nicht wirklich vorhandenen hormonellen Wirkung

nicht ganz klar, ob es durch seine Anwesenheit nicht doch irgendwie die Produktion von Hormonen beeinflusst, oder unterbindet. Und Mike du nahmst ja auch viel DHEA zu sehr viel Progi, darunter kann man sich unfassbar gut fühlen. Unter 10 mg DHEA + 5 mg Progi bin ich manchmal rumgelaufen als wäre ich Superman und habe mich auch so gefühlt.

Mike lies dich ruhig auch mal im Ray Peat Forum ein. Da findet man viele interessante Ansätze,Ideen und Tipps, gerade wenn es um solche Hormongeschichten geht.

---

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [mike.](#) on Wed, 13 Mar 2019 11:12:52 GMT

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

---

Pandemonium schrieb am Tue, 12 March 2019 23:37mike. schrieb am Tue, 12 March 2019 22:04nachdem ich in letzter Zeit relativ scharf geschossen habe (Fin, CPA, P4, E2, P5, 7KD).. merke ich den DHT bzw Androgenentzug  
Vielleicht liegt das Kontraproduktive auch in dem Durcheinander und dem On/Off Wechsel der vielen Substanzen.

bis auf Fin/CPA bleibe ich das ganze Jahr konstant dabei

---

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [mike.](#) on Wed, 13 Mar 2019 11:16:38 GMT

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

---

Obes89 schrieb am Tue, 12 March 2019 23:58mike. schrieb am Tue, 12 March 2019 22:04Hallo,  
wer kennt das

wie wirkt sich das aus?

Ich bin nun auch der Überzeugung, dass DHT-Mangel der Haarstruktur schadet bzw den Wuchs nicht induziert.. (Flaum in den Ecken wird weiss und schwächer)  
ganz zu schweigen von der fehlenden Stimulation der AR im Gehirn...

nachdem ich in letzter Zeit relativ scharf geschossen habe (Fin, CPA, P4, E2, P5, 7KD).. merke ich den DHT bzw Androgenentzug

[https://www.endokrinologikum.com/labor/leistungen/analytik/hormone/hormone-parameter/ho-par-  
ameter/dihydrotestosteron.html](https://www.endokrinologikum.com/labor/leistungen/analytik/hormone/hormone-parameter/ho-par-<br/>ameter/dihydrotestosteron.html)

Androgensynthese kannst du im Grunde recht gut mit kleinen Mengen DHEA und Prog stimulieren, oder einfach DHEA + Prog. Du könntest z. B. 2,5-5 mg DHEA nehmen und dazu Progesteron in der ungefähr gleichen Menge. All die Hormone bringen in verschiedenen Dosierungen und Zeitpunkten ihrer Kombination völlig andere Auswirkungen mit sich. Also die Kombi aus Prog + DHEA kann definitiv DHT deutlich erhöhen, habe ich auch an mir selbst festgestellt.

Und was Stimulation der AR im Gehirn angeht, da hatte ich etwas gelesen zu tribulus terrestris. Welches dann aber in sehr guter Form vorliegen muss. Dazu fand ich auch was im Ray Peat Forum. Im englischsprachigen, dort findet man am meisten Wissen und interessanten Austausch anderer. Und im Endeffekt auch kein Wunder das 7 Keto nicht ausreicht um dir komplettes Wohlbefinden zu geben. Unter dem Programm das du fährst werden natürlich Androgene stark gedrückt und bei 7 Keto ist trotz der nicht wirklich vorhandenen hormonellen Wirkung nicht ganz klar, ob es durch seine Anwesenheit nicht doch irgendwie die Produktion von Hormonen beeinflusst, oder unterbindet. Und Mike du nahmst ja auch viel DHEA zu sehr viel Progi, darunter kann man sich unfassbar gut fühlen. Unter 10 mg DHEA + 5 mg Progi bin ich manchmal rumgelaufen als wäre ich Superman und habe mich auch so gefühlt.

Mike lies dich ruhig auch mal im Ray Peat Forum ein. Da findet man viele interessante Ansätze, Ideen und Tipps, gerade wenn es um solche Hormongeschichten geht. das hört sich interessant an..am abend werde ich mich da einlesen

P4 nehme ich 100mg aktuell..

DHEA ist trotzdem wohltuender als 7KD

50 mg sind zuviel... aber mit ca. 10 mg zu 100 mg 7KD wäre ich vermutlich gut dabei

mein P4 drückt sämtliches LH und T.. + 5ar's (kaum DHT und T ist vorhanden)

@Norwood, Bart brauche ich nicht mehr... aktuell laufe ich wirklich mit babyface rum und mir gefällt das sehr gut

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [Obes89](#) on Wed, 13 Mar 2019 11:44:04 GMT

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

---

mike. schrieb am Wed, 13 March 2019 12:16Obes89 schrieb am Tue, 12 March 2019 23:58mike. schrieb am Tue, 12 March 2019 22:04Hallo,

wer kennt das

wie wirkt sich das aus?

Ich bin nun auch der Überzeugung, dass DHT-Mangel der Haarstruktur schadet bzw den Wuchs nicht induziert.. (Flaum in den Ecken wird weiss und schwächer)  
ganz zu schweigen von der fehlenden Stimulation der AR im Gehirn...

nachdem ich in letzter Zeit relativ scharf geschossen habe (Fin, CPA, P4, E2, P5, 7KD).. merke ich den DHT bzw Androgenentzug

<https://www.endokrinologikum.com/labor/leistungen/analytik/hormone/hormone-parameter/ho-parameter/dihydrotestosteron.html>

Androgensynthese kannst du im Grunde recht gut mit kleinen Mengen DHEA und Preg stimulieren, oder einfach DHEA + Prog. Du könntest z. B. 2,5-5 mg DHEA nehmen und dazu Progesteron in der ungefähr gleichen Menge. All die Hormone bringen in verschiedenen Dosierungen und Zeitpunkten ihrer Kombination völlig andere Auswirkungen mit sich. Also die Kombi aus Prog + DHEA kann definitiv DHT deutlich erhöhen, habe ich auch an mir selbst festgestellt.

Und was Stimulation der AR im Gehirn angeht, da hatte ich etwas gelesen zu tribulus terrestris. Welches dann aber in sehr guter Form vorliegen muss. Dazu fand ich auch was im Ray Peat Forum. Im englischsprachigen, dort findet man am meisten Wissen und interessanten Austausch anderer. Und im Endeffekt auch kein Wunder das 7 Keto nicht ausreicht um dir komplettes Wohlbefinden zu geben. Unter dem Programm das du fährst werden natürlich Androgene stark gedrückt und bei 7 Keto ist trotz der nicht wirklich vorhandenen hormonellen Wirkung nicht ganz klar, ob es durch seine Anwesenheit nicht doch irgendwie die Produktion von Hormonen beeinflusst, oder unterbindet. Und Mike du nahmst ja auch viel DHEA zu sehr viel Progi, darunter kann man sich unfassbar gut fühlen. Unter 10 mg DHEA + 5 mg Progi bin ich manchmal rumgelaufen als wäre ich Superman und habe mich auch so gefühlt.

Mike lies dich ruhig auch mal im Ray Peat Forum ein. Da findet man viele interessante Ansätze,Ideen und Tipps, gerade wenn es um solche Hormongeschichten geht.  
das hört sich interessant an..am abend werde ich mich da einlesen

P4 nehme ich 100mg aktuell..

DHEA ist trotzdem wohltuender als 7KD

50 mg sind zuviel... aber mit ca. 10 mg zu 100 mg 7KD wäre ich vermutlich gut dabei

mein P4 drückt sämtliches LH und T.. + 5ar's (kaum DHT und T ist vorhanden)

@Norwood, Bart brauche ich nicht mehr... aktuell laufe ich wirklich mit babyface rum und mir gefällt das sehr gut

Ja so viel P4 gibt T und DHT einfach keine Chance, vor allem dauerhaft genommen drückt P4 das alles definitiv. Bei P4 scheint es allgemein bei manchen Männern nötig DHEA dazu zu nehmen um die Anti-Androgene Wirkung auszubalancieren. 50 mg DHEA sind definitiv zu viel, aber 10 mg am Tag sollten in Ordnung sein und dein Programm sinnvoll und förderlich ergänzen, im Bezug auf dein Wohlbefinden. Bei DHEA scheint es auch so zu sein, dass das aufsplitten der Dosierung sinnvoll ist um eine E2 Wirkung zu umgehen. Also lieber zwei mal am Tag 5 mg nehmen (einige Stunden auseinander) als einmal täglich 10 mg. Du kannst für dich ja testen, was das beste wohlbefinden bringt ohne zu starke virilisierung.

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [mike](#) on Wed, 13 Mar 2019 16:43:45 GMT

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

Ich nahm heute morgen zusätzlich zu meiner konstanten Medikation 50 mg DHEA

Ich bin viel fitter im Kopf und habe wieder mein klassisches räumliches Vorstellungsvermögen.. Mathematisch bin ich wieder fit

Ich werde 1 Woche jeden Tag extra 50 mg Dhea nehmen um ein depot aufzubauen und werde dann jeden Tag 10 mg nehmen :)

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [touwabou](#) on Wed, 13 Mar 2019 16:49:35 GMT

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

Hey Leute!

Ihr scheint euch auszukennen...

Ich nehme täglich 1/4 Fin was logischerweise das DHT und somit auch meinen Bartwuchs hemmt.

Wie könnte ich noch meinen Bartwuchs anregen? Ist nach wie vor ziemlich mau (nehme Fin seit ich 19 bin), in meiner Family haben eigentlich alle einen starken Bartwuchs.

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [Pandemonium](#) on Wed, 13 Mar 2019 16:54:25 GMT

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

---

touwabou schrieb am Wed, 13 March 2019 17:49Hey Leute!  
Ihr scheint euch auszukennen...

Ich nehme täglich 1/4 Fin was logischerweise das DHT und somit auch meinen Bartwuchs hemmt.

Wie könnte ich noch meinen Bartwuchs anregen? Ist nach wie vor ziemlich mau (nehme Fin seit ich 19 bin), in meiner Family haben eigentlich alle einen starken Bartwuchs.

Probier mal Minox

<https://www.alopezie.de/fud/index.php/t/33550/>

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [mike.](#) on Sun, 24 Mar 2019 21:10:53 GMT

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

---

trockene Augen, schlaffe Haut...

der DHT-Mangel bzw 5ar-Mangel zeichnet sich ab...

---

Subject: Aw: DHT-Mangel

Posted by [Sonic Boom](#) on Mon, 25 Mar 2019 07:03:18 GMT

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

---

@touwabou:

Würde mich interessiern bei dir:

Fin oral, topisch RU UND Dutasterid + Ket.

Wirkt sich bestimmt gut auf die Haare aus?! Vor 5 Jahren hab ich mal ganz kurz in Erwägung gezogen, falls RU nicht ausreichen sollte, auch Dutasterid topisch zu verwenden.

Deshalb hätte mich dass sehr interessiert, ob es auch topisch funzt.

---