
Subject: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [Obes89](#) on Fri, 22 Mar 2019 17:32:14 GMT

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

Über die virilisierende und positive Auswirkung auf die Männlichkeit durch Progesteron wurde sich bereits in diesem Forum und auch in vielen anderen im Internet ausgetauscht. Gerade niedrige Dosierungen in verschiedenen Einnahmemustern können sehr positiv auf Muskeln, Psyche, Libido, Erektionen usw. wirken und Testo anheben.

Nun bin ich im Ray Peat Forum auf etwas interessantes gestoßen. Zwei Männer nutzen jeden Tag Abends einen Pump Biestro den sie im Bereich der Haarlinie und oben auf dem Kopf verteilen. 1 Pump enthält 1mg Estriol und 0,25mg Estradiol.

Eine der Personen berichtet von einem kompletten Stoppen der AGA, das interessante aber, er berichtet von stark positiven Auswirkungen auf seine Männlichkeit. Stärkere Libido, deutlich stärkere und vollere Erektionen, deutlich besseren Muskelzuwachs, toller Schlaf, stärkeres Haarwachstum auf der Brust (welches bis dahin wohl recht schwach war) und festigende Auswirkungen auf die Psyche. Keinerlei negative Östrogenartige Auswirkungen.

Die andere Person nutzt viel Progesteron topisch und dazu auch noch einen Pump Biestro im Bereich der Haarlinie und konnte seit dem einbringen von Biestro nahezu die gleichen positiven Auswirkungen erkennen. Stärkere Libido, Erektionen, deutlich besseren Drive und mehr Energie im Training, stärkere und aufgepumpte Muskulatur, großartiger Schlaf und völliges verschwinden der Akne.

Ich wollte mich mal an Mike und Co. wenden und fragen was ihr davon haltet. Das E2 durchaus wichtige Eigenschaften im Bereich von Libido, Muskulatur usw. besitzt ist ja bekannt, der sweetspot für Männer ist natürlich klein, in dem das ganze gut und förderlich oder plötzlich negativ wirkt.

Spannend finde ich hier einfach, dass die Auswirkungen auf die Haare so positiv sind, die Haut super wird und trotzdem Androgene Auswirkungen vorzufinden sind. Manche Androgene Auswirkungen gehen sicher mit höherem E2 einher, aber hier klingt es tatsächlich relativ ausbalanciert und gut.

Interessant ist vor allem Estriol welches je nach dem im Körper auch als Antiöstrogen wirken kann, oder halt ausbalancierend wenn es Estradiol und Estrone verdrängt.

<https://raypeatforum.com/community/threads/masculinizing-effects-from-progesterone.24203/page-3>

Die Post von "Progesteron" und "Xetawaves" sind hier die interessantesten.

Also vielleicht kann eine sehr kleine Menge Estriol in Kombi mit Progesteron und anderen Mitteln die auch Östrogen in Schach halten durchaus gewinnbringend sein für bessere Haare und einem dabei nicht die Männlichkeit rauben.

Spannend ist hier das ich früher mal ziemlich hochdosierte Phytoöstrogene zu mir nahm. 100 mg oder etwas mehr, durch Sojamilch und etwas Rotklee. Ich hatte eine Top Haut, habe richtig gestrahlt, weniger Kopfhautprobleme, Haarwachstum ziemlich schnell. Die Reaktionen von anderen Personen waren sehr stark, noch mal deutlich mehr anmachen von Frauen. Ich sah markant und definiert aus, gute Kraft und guter Muskelzuwachs. Libido und Erektionen waren auch 1A. Also auch positive Auswirkungen und nicht wirklich negative. Und Phytoöstrogene wirken ja auch durchaus Anti-Estrogen.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [ALOPEZIEGEGNER](#) on Fri, 22 Mar 2019 17:50:26 GMT

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

Wenn die Phytoöstrogebe so gut bei dir gewirkt haben warum
Hast du sie abgesetzt?

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [mike.](#) on Fri, 22 Mar 2019 18:05:43 GMT

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

ein hauch E2 mehr im System macht männlicher / baut positiv auf
ist es nur ein klein wenig zuviel gehts nach hinten los

E2 kann wie Viagra funktionieren

ON/OFF und wirklich geringe Dosen sind angesagt

vllt 1 Tropfen E2 (individuell) / schwer zu sagen

oft ist die AGA nur eine leichte abweichung vom E2:DHT Verhältnis im HF .. wenn das
ausgelichen wird..ist es behoben

die Stellschrauben sind fein

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [xWannes](#) on Fri, 22 Mar 2019 18:29:57 GMT

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

mike. schrieb am Fri, 22 March 2019 19:05oft ist die AGA nur eine leichte abweichung vom E2:DHT Verhältnis im HF .. wenn das ausgelichen wird..ist es behoben
Das ist aber doch deine sehr eigene, vage AGA-Hypothese, oder?

Könntest du das noch ein bisschen unterfüttern?

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Westhair](#) on Fri, 22 Mar 2019 18:33:24 GMT

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

Was ich mich bei der ganzen Sache frage; wie will man diese schmale Spur ohne Nebenwirkungen finden?

Ist nur eine Frage; finde das auch sehr spannend habe das mit estrol auch schon mal im Amiforum gelesen.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Obes89](#) on Fri, 22 Mar 2019 18:45:58 GMT

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

Naja im Grunde in dem Mann rum testen und schaut unter welchen Dosierungen bei welchen Einnahmeintervallen man welche Wirkung hat.

Wenn man z. B. merkt das man bei 1 mg Estriol täglich eine positive Wirkung auf Haut und Haare hat, aber auch auf die Muskeln, Libido, noch positivere Psyche, selbstsicherer usw. und keinerlei typische hohe E2 Symptome hat, dann wäre das ganze in der Menge wohl recht gewinnbringend. Bei 2 mg geht es aber vielleicht schon nach hinten los und es gibt typische "hohe" E2 Probleme. Also muss man testen, das ganze dürfte auch je nach Person sehr individuell sein. Abhängig von vielen Faktoren, Lebensstil, Körperkomposition, dem derzeitigen Hormonspiegel, Stress, Ernährung, Supplements usw.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Gorilla](#) on Fri, 22 Mar 2019 19:07:11 GMT

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

Und was ist dann wieder mit der These das zuviel E2 im System die Front angreifen kann wie

Dut, Fin ?

Ich weiß, es ist alles sehr sehr komplex und bei jedem anders.

Aber so genau kann man das alles gar nicht dosieren :frage:

Zuwenig dann wirds keine Wirkung auf die Haare haben, zuviel dann kommen Dinge wie Gyno, schlaffe Haut und co inklusive. Wobei 0,25mg E2 pro Tag schon auch viel beim Mann sind ?

Wenn ich mich täusche dann hat das schon mehr als täglich eine Antibaby Pille.

Mir sind bislang keine Anwender bekannt die wirklich mit E2 / E3 einen Erfolg hatten, so das es konstant anwendbar ist. Die krassen Erfolge gibts, gabs ja dann auch nur im Transgender Bereich, mit all den Nebenwirkungen natürlich, aber die bei diesen Anwendern dann natürlich gewollt sind.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [ALOPEZIEGEGNER](#) on Fri, 22 Mar 2019 19:17:02 GMT

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

Woher kann man denn Estriol beziehen?

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [romue77](#) on Fri, 22 Mar 2019 19:35:50 GMT

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

Obes89 schrieb am Fri, 22 March 2019 19:45Naja im Grunde in dem Mann rum testen und schaut unter welchen Dosierungen bei welchen Einnahmeintervallen man welche Wirkung hat. Was jedoch dadurch erschwert wird, dass sich die Wirkung teilweise im Laufe der Zeit verändert, was wiederum auch daran liegen könnte, dass der Körper gegensteuert.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Obes89](#) on Fri, 22 Mar 2019 21:31:15 GMT

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

Ja das ganze ist durchaus schwierig und Dinge können sich immer wieder ändern und man reagiert plötzlich anders usw.

0,25 mg Estradiol sind definitiv viel. 1 mg Estriol sollte noch relativ gering dosiert sein und eher nicht so viele Probleme bereiten, da es relativ schwach wirksam ist. Ich habe natürlich auch nicht auf alles antworten. Aber ich teste jetzt mal die Estriol Creme die ich noch hier habe. Trage ein kleines bisschen auf. Leichte Östrogenprobleme wären für mich nicht schlimm und ich würde diese innerhalb kürzester Zeit wieder umkehren können. Ich berichte euch dann mal wie die Wirkung auf verschiedenste Bereich ist.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [chess](#) on Sat, 23 Mar 2019 00:58:40 GMT

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

was ist denn der unterschied zwischen
estriol und estradiol? warum soll man
beides kombinieren?

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [Piwie](#) on Sat, 23 Mar 2019 01:29:55 GMT

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

xWannes schrieb am Fri, 22 March 2019 19:29mike. schrieb am Fri, 22 March 2019 19:05oft ist
die AGA nur eine leichte abweichung vom E2:DHT Verhältnis im HF .. wenn das ausgeglichen
wird..ist es behoben

Das ist aber doch deine sehr eigene, vage AGA-Hypothese, oder?

Könntest du das noch ein bisschen unterfüttern?

Kann man denn da ungefähre Werte bestimmen, in welchem Bereich und Verhältnis E2:DHT
stehen sollten oder ist das individuell zu verschieden.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [Haar2O](#) on Sat, 23 Mar 2019 03:15:10 GMT

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

Bin bei 0,1 mg Estradiol täglich in einer Gesichtscreme....seit Jahren mittlerweile.

Wirkung auf Haare: Null

Wirkung aufs Gesicht: Top

Nebenwirkungen: Null

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [Sonic Boom](#) on Sat, 23 Mar 2019 07:01:52 GMT

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

Zitat:Wirkung auf Haare: Null

Du nimmst für die Haare ja schon Dut und Minox?! Hat dies allein etwas bewirkt, um was
über Estradiol auszuagen...? Vielleicht ist das Maximum eben schon bei dir erreicht?

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Haar2O](#) on Sat, 23 Mar 2019 07:08:05 GMT

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

Minox topisch nehme ich gar nicht. Minox oral hab ich schon ne weile wieder abgesetzt.

Nehme 0,5 mg Dutasterid die Woche.

Meiner Meinung nach bewirkt E2 grundsätzlich nichts für die Haare, es sei denn man führt sich Dosierungen im Transgenderbereich zu.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [haireinspaziert](#) on Sat, 23 Mar 2019 07:11:29 GMT

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

@Haar2O,

schön, dass du mal wieder da bist. Wie kommt es dazu, dass du kein Seti mehr verwendest?

Warst doch sehr zufrieden damit oder?

Kann Dut 0,5mg das Gleiche bewirken? Seit wann fährst du es und hast du Nebenwirkungen?

Nutzt du das Biovea Estradiol in der Gesichtscreme?

Danke im Voraus!

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Haar2O](#) on Sat, 23 Mar 2019 10:27:57 GMT

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

Ich hatte keines mehr.

Fange aber nächsten Monat wieder an.

Bin Extrem-Responder bei Fin/Dut, weshalb solche Mengen genügen.

Bei Biovea gibt es nur E3. E2 über Pharmaonline.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Sigara](#) on Sat, 23 Mar 2019 10:43:35 GMT

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

Gorilla schrieb am Fri, 22 March 2019 20:07Und was ist dann wieder mit der These das zuviel E2
im System die Front angreifen kann wie Dut, Fin ?

Ich weiß, es ist alles sehr sehr komplex und bei jedem anders.

Aber so genau kann man das alles gar nicht dosieren :frage:

Zuwenig dann wirds keine Wirkung auf die Haare haben, zuviel dann kommen Dinge wie Gyno,

schlaffe Haut und co inklusive. Wobei 0,25mg E2 pro Tag schon auch viel beim Mann sind ?
Wenn ich mich täusche dann hat das schon mehr als täglich eine Antibaby Pille.

Mir sind bislang keine Anwender bekannt die wirklich mit E2 / E3 einen Erfolg hatten, so das es konstant anwendbar ist. Die krassen Erfolge gibts, gabs ja dann auch nur im Transgender Bereich, mit all den Nebenwirkungen natürlich, aber die bei diesen Anwendern dann natürlich gewollt sind.

Hattest du es nicht mal eine Zeit lang getestet? Oder hab ich da was falsch in Erinnerung? :frage:

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [chess](#) on Wed, 27 Mar 2019 18:16:29 GMT

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

wie heißt die estradiol
gesichtscreme? rezept
bzw rezeptur?

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [ru-power](#) on Wed, 27 Mar 2019 21:05:01 GMT

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

Haar20 schrieb am Sat, 23 March 2019 11:27Ich hatte keines mehr.
Fange aber nächsten Monat wieder an.
Bin Extrem-Responder bei Fin/Dut, weshalb solche Mengen genügen.
Bei Biovea gibt es nur E3. E2 über Pharmaonline.
naja 0,5 dut pro woche ist nicht gerade wenig

mir haben 0,25 pro woche gereicht ;)

alles relativ

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [Gorilla](#) on Thu, 28 Mar 2019 19:09:45 GMT

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

JA, hatte schon zwei Anläufe. 2013 und 2017/18 nochmal. Aber da ich stets sehr vorsichtig agiere/ agiert habe so konnte ich nicht wirklich ein Ergebniss feststellen. Hab es wohl zu minimal dosiert, aber höhere Dosen nicht getraut bzw. machen einfach keinen Sinn in Richtung: Gyno, schlaffere Haut, Psyche etc. Also eben das komplette Frauen-Programm.
Und wenn man ehrlich ist, funktioniert es doch auch wie mit allem nur bei sehr wenigen Leuten.
Sonst wäre es ja die Wunderwaffe schlecht hin und kein Geheimnis mehr.

Ergo: Zuwenig = Keine Auswirkung. Zuviel = Mögliche positive Auswirkung inkl. Transgender Wirkung.

Gilt zumindest für E2.

E3 ist weit weniger potent, aber auch hier sehe ich nicht wirklich ein Geheimtipp. Sonst wäre er ja in aller Munde

Sigara schrieb am Sat, 23 March 2019 11:43Gorilla schrieb am Fri, 22 March 2019 20:07Und was ist dann wieder mit der These das zuviel E2 im System die Front angreifen kann wie Dut, Fin ? Ich weiß, es ist alles sehr sehr komplex und bei jedem anders.

Aber so genau kann man das alles gar nicht dosieren :frage:

Zuwenig dann wirds keine Wirkung auf die Haare haben, zuviel dann kommen Dinge wie Gyno, schlaffe Haut und co inklusive. Wobei 0,25mg E2 pro Tag schon auch viel beim Mann sind ?

Wenn ich mich täusche dann hat das schon mehr als täglich eine Antibaby Pille.

Mir sind bislang keine Anwender bekannt die wirklich mit E2 / E3 einen Erfolg hatten, so das es konstant anwendbar ist. Die krassen Erfolge gibts, gabs ja dann auch nur im Transgender Bereich, mit all den Nebenwirkungen natürlich, aber die bei diesen Anwendern dann natürlich gewollt sind.

Hattest du es nicht mal eine Zeit lang getestet? Oder hab ich da was falsch in Erinnerung? :frage:

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [chess](#) on Thu, 28 Mar 2019 20:51:27 GMT

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

Haar20 schrieb am Sat, 23 March 2019 04:15Bin bei 0,1 mg Estradiol täglich in einer Gesichtscreme....seit Jahren mittlerweile.

Wirkung auf Haare: Null

Wirkungs aufs Gesicht: Top

Nebenwirkungen: Null

was ist das genau für eine estradiol creme?^^

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive Auswirkung auf dei Männlichkeit

Posted by [asdfisawesome](#) on Thu, 28 Mar 2019 23:11:53 GMT

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

wieviel e2 im blutserum wäre anstrebbar?

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [Shibalnu](#) on Fri, 29 Mar 2019 10:01:12 GMT

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

chess schrieb am Thu, 28 March 2019 21:51

was ist das genau für eine
estradiol creme?^^

Eine Gesichtcreme mit E2 gibt es nicht.

Estradiol gibt es aber als Gel für die topische Anwendung für die Hormonersatztherapie.

Mit Rezept aus der Apotheke ist Gynokadin Dosiergel bekannt, in diversen Online shops wie
pharmaonline findet man häufig "oestraclin gel"

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [Haar2O](#) on Fri, 29 Mar 2019 10:49:59 GMT

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

chess schrieb am Thu, 28 March 2019 21:51 Haar2O schrieb am Sat, 23 March 2019 04:15 Bin bei
0,1 mg Estradiol täglich in einer Gesichtcreme....seit Jahren mittlerweile.

Wirkung auf Haare: Null

Wirkung aufs Gesicht: Top

Nebenwirkungen: Null

was ist das genau für eine
estradiol creme?^^

Das was der Name schon sagt. ;)

Nur gibt es das wie gesagt nicht sondern muss selbst gemacht werden.

Im übrigen fehlt bei meiner Dosisangabe eine Null. 0,01 mg trifft es eher.

Eine systemische Auswirkung ist da nicht wirklich gewünscht, es sei denn man möchte mehr
als ein etwas verbessertes Hautbild.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf die Männlichkeit

Posted by [Haar2O](#) on Fri, 29 Mar 2019 10:56:41 GMT

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

ru-power schrieb am Wed, 27 March 2019 22:05 Haar2O schrieb am Sat, 23 March 2019 11:27 Ich
hatte keines mehr.

Fange aber nächsten Monat wieder an.

Bin Extrem-Responder bei Fin/Dut, weshalb solche Mengen genügen.

Bei Biovea gibt es nur E3. E2 über Pharmaonline.

naja 0,5 dut pro woche ist nicht gerade wenig

mir haben 0,25 pro woche gereicht ;)

alles relativ
Na des ist doch was....
Obwohl 0,5 mg die Woche, faktisch sehr wenig ist.

Subject: Aw: Estriol/Estradiol Mischung gegen AGA und trotzdem positive
Auswirkung auf dei Männlichkeit
Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 12 Sep 2019 07:59:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar2O schrieb am Fri, 29 March 2019 11:56ru-power schrieb am Wed, 27 March 2019
22:05Haar2O schrieb am Sat, 23 March 2019 11:27Ich hatte keines mehr.
Fange aber nächsten Monat wieder an.
Bin Extrem-Responder bei Fin/Dut, weshalb solche Mengen genügen.
Bei Biovea gibt es nur E3. E2 über Pharmaonline.
naja 0,5 dut pro woche ist nicht gerade wenig

mir haben 0,25 pro woche gereicht ;)

alles relativ
Na des ist doch was....
Obwohl 0,5 mg die Woche, faktisch sehr wenig ist.
@Haar2O bist du mit Seti wieder eingestiegen? Nimmst du die 0,5 Dut pro Woche verteilt oder an
einem Tag? Irgendwelche on/off Zeiten? Irgendetwas um möglichem Überschuss
entgegenzuwirken?
