

---

Subject: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 26 Jul 2019 23:43:49 GMT

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

---

Hier heißt es:

"Die Ergebnisse von Rezeptorbindungstests zeigten weiter, dass DIM ein stark kompetitiver Inhibitor der DHT-Bindung an den AR ist."

DIM kann man als Kapseln kaufen. Wäre topisch doch sicher ein Versuch wert!

Studie:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12665522>

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 27 Jul 2019 14:06:06 GMT

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

---

Das soll den Östrogenspiegel Heruntersetzen. Ist das gut in Bezug auf AGA?

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 27 Jul 2019 17:00:44 GMT

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

---

Fliesengott schrieb am Sat, 27 July 2019 16:06 Das soll den Östrogenspiegel Heruntersetzen. Ist das gut in Bezug auf AGA?

Nein, das ist überhaupt nicht gut. Frauen haben hohes Östrogen und schönes Haar. Wenn nach den Wechseljahren die Östrogene sinken, beginnen die Probleme: Arteriosklerose und dünnes Haar.

Denn Östrogen schützt vor Arteriosklerose/Verkalkung. Deswegen bekommen Frauen vor der Menopause auch so selten Herzkrankheiten.

Androgene bewirken das Gegenteil: Sowohl T, als auch DHT bewirken in entzündeten Gebieten eine Verkalkung. Das wird der Grund sein, warum hauptsächlich Männer AGA haben.

Ja, das ist der einzige Nachteil an DIM.

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 27 Jul 2019 17:39:11 GMT

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

---

DIM ist wohl doch keine gute Idee. Bei Hairlosstalk haben es einige probiert und jeder berichtete nur negatives. Es verursacht Schuppen und Akne, außerdem soll es die Libido deutlich erhöhen. Das spricht nicht unbedingt für eine DHT-Hemmung.

Also vergessen wir DIM lieber..

<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/topical-dim-diindolylemethane-for-hairloss-report.42>

---

327/

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [haartertobak](#) on Fri, 16 Aug 2019 21:47:44 GMT

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

---

moin,

hier sind etliche alternative dht blocker aufgelistet.

<https://www.haar-zentrum.com/haarlexikon/therapien-minoxidil-finasterid-microneedling/wenig-wirksame-therapien/>

fyi only :)

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [pilos](#) on Sat, 17 Aug 2019 09:27:00 GMT

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

---

Bis-2019-Norwood-null schrieb am Sat, 27 July 2019 20:39DIM ist wohl doch keine gute Idee. Bei Hairlosstalk haben es einige probiert und jeder berichtete nur negatives. Es verursacht Schuppen und Akne, außerdem soll es die Libido deutlich erhöhen. Das spricht nicht unbedingt für eine DHT-Hemmung.

Also vergessen wir DIM lieber..

<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/topical-dim-diindolylemethane-for-hairloss-report.42327/>

wenn man es in dmsol löst, kann es auch nur probleme machen :arrow:

am besten ist die aussage...HA nach 3 stunden x(

HLT ist schon was besonderes des öfteren

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 17 Aug 2019 11:56:49 GMT

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

---

Und womit sollte man dim dann mischen?

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [pilos](#) on Sat, 17 Aug 2019 13:05:09 GMT

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

---

kein vernünftiges diy möglich

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [Piwie](#) on Sun, 18 Aug 2019 01:21:22 GMT

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

---

DIM ist reichlich in Brokkoli enthalten.

DIM begünstigt die Bildung von nützlichen Östrogen-Metaboliten und kann dazu beitragen die schädlichen zu beseitigen.

Eigentlich zielt es bei Männern eher auf den Testowert und ist ganz klar ein natürlicher Östrogensenker. Ein verhältnismäßig hoher Östrogenwert bei Männern ist verständlich nicht besonders von Vorteil, wie einen das Forum lehrte, vermutlich auch nicht bei Haarausfall. Wie gesagt, bei Männern. Hast du das denn nie in den unzähligen Threads aufgeschnappt Norwood?

Topisch und gegen Aga aber eher :thumbdown: , wie soll das gehen topisch

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [Neptunia](#) on Sat, 24 Aug 2019 11:33:37 GMT

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

---

ich habe gute Erfahrungen mit Causavitalis Haarelaxier und dem dazugehörigen Detoxkomplex. Der Pflanzenmix hat vermutlich den Synergie-Effekt dass er DHT senkt.

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)

Posted by [pilos](#) on Sat, 24 Aug 2019 13:10:39 GMT

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

---

Piwie schrieb am Sun, 18 August 2019 04:21

Topisch und gegen Aga aber eher :thumbdown: , wie soll das gehen topisch  
wieso soll das nicht gehen?

---

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 31 Aug 2019 22:19:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Piwie schrieb am Sun, 18 August 2019 03:21DIM ist reichlich in Brokkoli enthalten.

DIM begünstigt die Bildung von nützlichen Östrogen-Metaboliten und kann dazu beitragen die schädlichen zu beseitigen.

Eigentlich zielt es bei Männern eher auf den Testowert und ist ganz klar ein natürlicher Östrogensenker. Ein verhältnismäßig hoher Östrogenwert bei Männern ist verständlich nicht besonders von Vorteil, wie einen das Forum lehrte, vermutlich auch nicht bei Haarausfall. Wie gesagt, bei Männern. Hast du das denn nie in den unzähligen Threads aufgeschnappt Norwood?

Topisch und gegen Aga aber eher :thumbdown: , wie soll das gehen topisch  
Das 3,3er-Zeugs senkt so ziemlich jedes Sexualhormon. Sowohl die Östrogene, als auch die Androgene.

Und dass Östrogen bei AGA schädlich sein soll: Wo hast du das her?

Es stimmt zwar, dass Männer mit Arteriosklerose einen höheren Östrogenwert im Blut haben.

Das selbe mit IGF-1: Männer mit AGA haben höheres IGF-1 als Männer ohne AGA.

Trotzdem wissen wir aus Studien, dass ein NOCH höherer IGF-1 die Haare wieder wachsen lässt.

Es wird daher vermutet, dass der Körper die Verkalkung erkannt hat und genau DESWEGEN Östrogen und IGF-1 erhöht hat. Denn diese wirken der Arteriosklerose entgegen und damit auch der AGA.

Östrogen und IGF-1 verhindern Arteriosklerose. Deswegen gibt es auch kaum Frauen mit Herzinfarkt. Zumindest nicht vor der Menopause.

Zu hohes Testosteron wirkt toxisch auf Haare und Gefäße.

Deswegen haben auch Bodybuilder die sich dopen, so häufig eine Glatze. Es sei denn, sie fahren zusätzlich auch ihr IGF-1 hoch.

---

Subject: Aw: Pflanzlicher DHT-Rezeptorblocker: 3,3'-Diindolylmethan (DIM)  
Posted by [Piwie](#) on Sun, 01 Sep 2019 20:47:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bis-2019-Norwood-null schrieb am Sun, 01 September 2019 00:19

Und dass Östrogen bei AGA schädlich sein soll: Wo hast du das her?

Hallo, ich antworte mal etwas unsachgemäß.

Threads mit Aussagen wie in diesem befassen sich mit E2/Männer/Haarausfall

<https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/20005/0/0/>

Ist beim Mann der E2 Wert zu hoch, hat das auch Auswirkungen auf den Testosteron und Dihydrotestosteronwert. Testosteron kann zu Östrogen aromatisiert werden, Dht nicht. (Östrogen Antagonismus) Solange man da unten 2 Bällchen hat, versucht der Körper natürlich einer Verweiblichung entgegenzuwirken. (Wobei ein gewisser Östrogenanteil auch für Männer sehr wichtig und gewollt ist) Gerade ältere, bauchige Männer mit verstärkter

Körperbehaarung weisen eine höhere Aromataseaktivität und verhältnismäßig höhere e2/dht werte auf, im Verhältnis zum Testosteronspiegel. (Hormone nehmen aber generell ab)

Mit z.b: Soja tut sich der Mann und auch seinen Haaren keinen wirklichen Gefallen. Zu viel E2 mit funktionierenden männlichen Genitalien verursacht nur Probleme. Für eine tolle Wirkung von Östrogenen auf das Haupthaar, müsste auch die Androgenproduktion runter gefahren werden, was einen natürlich dann entmännlichen würde. Daher ist tatsächlich eher etwas topisches erprobenswert, was auf dem Kopf wirkt, aber systemisch verfällt bzw. den Hormonhaushalt nicht beeinflusst.

Doch warum funktioniert es in der Praxis bei Männern dennoch nicht, gibt doch genug topische Präparate für Frauen... mmhh... :?

Das Dim in eine funktionierende, penetrationfähige Lösung zu bringen, alleine da steht man vor einer gewissen Herausforderung, denke ich mal. Was ich eigentlich sagen will, so wirklich weiß ich natürlich auch nicht, ob das geht oder nicht.

Entschuldige