

---

Subject: Haarausfall durch Kreatin?

Posted by [Boschi96](#) on Fri, 23 Aug 2019 04:10:58 GMT

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

---

Musste eben nach langer Suche schockiert feststellen das Creatin bereits vorhandenen Erblchbedingten Haarausfall beschleunigen kann.

Nehme seit 3 Monaten Kreatin und die Haare rieseln momentan extrem..

Ist da was dran?

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?

Posted by [krx](#) on Fri, 23 Aug 2019 08:18:32 GMT

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

---

Ja

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?

Posted by [Haar2O](#) on Fri, 23 Aug 2019 08:52:14 GMT

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

---

Boschi96 schrieb am Fri, 23 August 2019 06:10Musste eben nach langer Suche schockiert feststellen das Creatin bereits vorhandenen Erblchbedingten Haarausfall beschleunigen kann.

Nehme seit 3 Monaten Kreatin und die Haare rieseln momentan extrem..

Ist da was dran?

Gibt tatsächlich eine Studie die einen DHT Anstieg von ca. 50 % nachweisen konnte.

Wo dieses DHT herkommt, weiß aber auch keiner.

Und ob da was dran ist bezüglich AGA kann auch niemand sagen, da es hier keine Nachweise gibt....zumindest ist mir keiner benannt.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?

Posted by [random1](#) on Fri, 23 Aug 2019 13:08:53 GMT

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

---

Kreatin erhöht den DHT Spiegel. Dadurch könnte der HA beschleunigt werden.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?

Posted by [pilos](#) on Fri, 23 Aug 2019 13:19:21 GMT

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

---

nur wie?

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [xWannes](#) on Fri, 23 Aug 2019 13:23:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DHEA-Verunreinigung?

<https://www.pharmazeutische-zeitung.de/inhalt-10-2004/titel-10-2004/>

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 23 Aug 2019 13:37:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

random1 schrieb am Fri, 23 August 2019 15:08Kreatin erhöht den DHT Spiegel. Dadurch könnte der HA beschleunigt werden.

Ja, alles "könnte".

Man weiß absolut nichts darüber, weder über den Mechanismus noch über welchen 5ar-Typ und in welchem Gewebe hier mehr DHT entstehen soll. 50% mehr DHT im Blut haben im übrigen keinen Einfluss auf AGA.

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [Westhair](#) on Fri, 23 Aug 2019 20:36:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haar2O schrieb am Fri, 23 August 2019 15:37random1 schrieb am Fri, 23 August 2019 15:08Kreatin erhöht den DHT Spiegel. Dadurch könnte der HA beschleunigt werden.

Ja, alles "könnte".

Man weiß absolut nichts darüber, weder über den Mechanismus noch über welchen 5ar-Typ und in welchem Gewebe hier mehr DHT entstehen soll. 50% mehr DHT im Blut haben im übrigen keinen Einfluss auf AGA.

Wie ist die letzte Aussage zu verstehen? Kommt es nicht auf DHT Wert an?

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 23 Aug 2019 21:07:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Westhair schrieb am Fri, 23 August 2019 22:36

Wie ist die letzte Aussage zu verstehen? Kommt es nicht auf DHT Wert an?

Nein.

DHT welches in den Zellen entsteht und in den Blutkreislauf abgegeben wird, wird zu ca. 98 % an SHGB gebunden und damit so gut wie unnütz (das wird die Mehrzahl wahrscheinlich nie verinnerlichen, aber Serum-DHT Werte sagen null aus). Sollten die 50 % mehr DHT nicht direkt in

der KH entstehen, sollten sie eh irrelevant für AGA sein.  
Kurzum: Nehmt euer Kreatin. ;)

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [Westhair](#) on Fri, 23 Aug 2019 23:20:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Okay macht Sinn, danke für die Erklärung

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [yoda](#) on Sat, 24 Aug 2019 04:18:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haar2O schrieb am Fri, 23 August 2019 23:07Westhair schrieb am Fri, 23 August 2019 22:36

Wie ist die letzte Aussage zu verstehen? Kommt es nicht auf DHT Wert an?

Nein.

DHT welches in den Zellen entsteht und in den Blutkreislauf abgegeben wird, wird zu ca. 98 % an SHGB gebunden und damit so gut wie unnützlich (das wird die Mehrzahl wahrscheinlich nie verinnerlichen, aber Serum-DHT Werte sagen null aus). Sollten die 50 % mehr DHT nicht direkt in der KH entstehen, sollten sie eh irrelevant für AGA sein.

Kurzum: Nehmt euer Kreatin. ;)

Entscheidend ist hier doch nicht, wieviel am SHGB bindet oder der Serumwert. Wichtig ist doch die Frage, wieviel am AR bindet und erhöht sich die Rezeptoranzahl des AR durch Kreatin.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [Haar2O](#) on Sat, 24 Aug 2019 05:33:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yoda schrieb am Sat, 24 August 2019 06:18Haar2O schrieb am Fri, 23 August 2019 23:07Westhair schrieb am Fri, 23 August 2019 22:36

Wie ist die letzte Aussage zu verstehen? Kommt es nicht auf DHT Wert an?

Nein.

DHT welches in den Zellen entsteht und in den Blutkreislauf abgegeben wird, wird zu ca. 98 % an SHGB gebunden und damit so gut wie unnützlich (das wird die Mehrzahl wahrscheinlich nie verinnerlichen, aber Serum-DHT Werte sagen null aus). Sollten die 50 % mehr DHT nicht direkt in der KH entstehen, sollten sie eh irrelevant für AGA sein.

Kurzum: Nehmt euer Kreatin. ;)

Entscheidend ist hier doch nicht, wieviel am SHGB bindet oder der Serumwert. Wichtig ist doch die Frage, wieviel am AR bindet und erhöht sich die Rezeptoranzahl des AR durch Kreatin.

---

Natürlich ist der Serumwert egal. Und Rezeptoren sind hier doch gar nicht das Thema. Die Frage ist, in welchem Gewebe es entsteht. Wenn diese 50 % mehr DHT in der Prostata, oder durch die 5ar1 entstehen, was hat das mit AGA zu tun ?

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [yoda](#) on Sat, 24 Aug 2019 06:55:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Du schriebst intrazellulär nicht Prostata, da gebe ich dir Recht! Wieso hat 5ar1 nichts mit AGA zu tun?

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [Haar20](#) on Sat, 24 Aug 2019 08:12:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yoda schrieb am Sat, 24 August 2019 08:55 Du schriebst intrazellulär nicht Prostata, da gebe ich dir Recht! Wieso hat 5ar1 nichts mit AGA zu tun?  
Die 5ar1 ist zwar die dominante Form im Scalp, allerdings auf dem Oberkopf nur im vorderen Bereich vermehrt vertreten, zumindest ist das die Ausgangslage von der man ausgeht. Eine im Laufe der Lebensjahre sich verändernde Expression von 5ar1 und 2. Es wurden daraufhin einige selektive 5ar1 Hemmer für AGA getestet, ohne positives Ergebnis. Der ehemalige User Tysa hatte mal einen Artikel dazu verlinkt.....leider nicht mehr auffindbar.

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [yoda](#) on Sat, 24 Aug 2019 09:19:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Den 5ar1 nachträglich hemmen bringt auch nichts. Trotzdem hat er Einfluss auf den AGA Verlauf. Also GHE statt Ludwig Muster.

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [Boschi96](#) on Sun, 25 Aug 2019 01:45:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also ist es eher unwahrscheinlich das Krea die Haare fallen lässt?

---

Subject: Aw: Haarausfall durch Kreatin?  
Posted by [DetConan](#) on Tue, 04 Aug 2020 14:16:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kreatin würde ich bei einer Veranlagung nicht nehmen, lässt bei vielen die Haare fallen.  
Kenne jedoch jemanden mit NWO der das schon seit Jahren nimmt ohne ein Haar zu verlieren.

---