
Subject: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [bullet23](#) on Thu, 03 Aug 2006 12:09:00 GMT

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

hallo. da ich mir nicht mehr zu helfen weiß, möchte ich in den nächsten wochen spiro oral nehmen. da ich gehört habe das manche von euch das auch nehmen insbesondere tino mit sein 200 mg, wollte ich fragen was man so beachten muss.

also sprich in sachen ernährung und was es noch so gibt. ich wollte die ersten wochen mit 50 mg anfangen und mich auf 100 mg steigern.

über infos eurerseits wäre ich sehr dankbar.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [login](#) on Thu, 03 Aug 2006 12:26:54 GMT

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

bullet23 schrieb am Don, 03 August 2006 14:09hallo. da ich mir nicht mehr zu helfen weiß, möchte ich in den nächsten wochen spiro oral nehmen. da ich gehört habe das manche von euch das auch nehmen insbesondere tino mit sein 200 mg, wollte ich fragen was man so beachten muss.

also sprich in sachen ernährung und was es noch so gibt. ich wollte die ersten wochen mit 50 mg anfangen und mich auf 100 mg steigern.

über infos eurerseits wäre ich sehr dankbar.

Hi ,

überlege dir das lieber nochmal . Das Zeug ist einfach zu heiß .

Ich weiß nicht , ob ich mich jetzt etwas zu weit aus dem Fenster lehne , aber ich glaube das die NW von Spiro zum Teil sehr gefährlich sind und manche auch nicht mehr weggehen wenn man es absetzt .

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [bullet23](#) on Thu, 03 Aug 2006 14:19:00 GMT

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

no risk no fun . sobald es kritisch wird setz ich ab aber ich brauch noch paar infos bevor ich starte

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [Hatschi111](#) on Thu, 03 Aug 2006 14:43:16 GMT

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

also ich hatte gar keine nebenwirkungen bei 50 mg pro tag, hab es ca 1 1/2 monate genommen,

hab dann gedacht dass meine brustwarzen sich leicht verändern würden, was allerdings sonst keiner bestätigen konnte...habs dann wieder abgesetzt aus panik und nachschubmangel (europcare hatte zugemacht)...die haare sahen in dieser zeit definitiv besser aus...

mittlerweile hab ich wieder welche zuhause, habs aber nicht vor zu nehmen, da ich schon 4 monate gastritis habe und da medikamente nicht so förderlich sein sollen...

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [bullet23](#) on Thu, 03 Aug 2006 14:59:01 GMT

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

@ hatschi1111

hast du unter spiro shedding gehabt oder nicht so? hast du nebenbei noch was anderes genommen gehabt?

ich hab gehört man soll sich unter spiro kalium arm ernähren. kann mir da jemand beispiele geben? kann mir darunter irgendwie nichts vorstellen.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [pilos](#) on Thu, 03 Aug 2006 15:03:22 GMT

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

bullet23 schrieb am Don, 03 August 2006 16:59@ h

ich hab gehört man soll sich unter spiro kalium arm ernähren. kann mir da jemand beispiele geben? kann mir darunter irgendwie nichts vorstellen.

wenig obst und gemüse.... vieles ist tabu...z.b. kartoffeln banannen.

bei 150 mg täglich bekommen 50% der männer eine gyno

potenz ist abolut im arsch...man kann regelrecht von impotenz sprechen...

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [Hatschi1111](#) on Thu, 03 Aug 2006 15:10:48 GMT

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

kein shedding und auch kein potenzverlust bei mir.

habe gleichzeitig und auch schon vorher proscar genommen.
Potenzverlust gabs bei mir am Anfang unter proscar, aber nur die erste woche.

Ansonsten hatte ich keinen Potenzverlust nicht unter proscar, spiro und auch nicht unter avo.
Ist ehr so, dass seit ich avo abgesetzt habe ich wenige lust habe. Aber das könnte auch an meiner gastritis liegen.

shedding hatte ich unter minox, deswegen hab ichs auch nach 2 monaten abgesetzt und nie mehr angerührt

bananen haben viel kalium.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [Garfield](#) on Thu, 03 Aug 2006 15:21:18 GMT

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

Ich glaube das hängt davon ab wie man darauf anspricht...
So habe ich von einem user auf hairsite gelesen, das er selbst bei 200mg täglich keinerlei Probleme zwecks Potenz hat und dabei noch ralliger als seine Freundin ist
Also wie bei allem, von Anwender zu Anwender verschieden...

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [bullet23](#) on Thu, 03 Aug 2006 15:25:20 GMT

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

@ hatschi1111

wie sieht denn dein haarstatus jetzt aus? was nimmst du zur zeit?

@ pilos

freut mich das du auch noch da bist. in letzter zeit hab ich dich nicht so oft hier gesehen, kann aber auch natürlich einbildung sein.

die obst sorten und kartoffeln etc. beinhalten ja alle viel kohlenhydrate. soll man sich allgemein kohlenhydratarm ernähren?

ich esse nämlich gern reis deswegen meine frage

Subject: warum nicht lokal?

Posted by [kkoo](#) on Thu, 03 Aug 2006 15:27:44 GMT

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

warum probierst du spiro nicht erstmal lokal? keine NWs!

Subject: Re: warum nicht lokal?

Posted by [bullet23](#) on Thu, 03 Aug 2006 15:37:58 GMT

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

ich hatte es damals local versucht aber ohne erfolg. jetzt möchte ich mal die orale form versuchen.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [pilos](#) on Thu, 03 Aug 2006 15:46:20 GMT

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

bullet23 schrieb am Don, 03 August 2006 17:25@

die obst sorten und kartoffeln etc. beinhalten ja alle viel kohlenhydrate. soll man sich allgemein kohlenhydratarm ernähren?

ich esse nämlich gern reis deswegen meine frage

es geht um das kalium bei spiro nicht um die kohlenhydrate....

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [dylan](#) on Thu, 03 Aug 2006 16:16:07 GMT

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

ich hatte schon bei 50mg eine gyno. andere nebenwirkungen nicht. die meisten kriegen nebenwirkungen.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [zagq](#) on Thu, 03 Aug 2006 17:01:10 GMT

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

Ich nehme morgens und Abends 25 mg.

Daneben ein topisches Anti-Estrogen und noch was anderes was den Estrogen Spiegel niedrig halten soll.

Ich dachte meine Brust hätte sich verändert--war aber neulich beim Arzt und habe ein Ultraschall machen lassen: alles ok.

NW: spürbare Beeinflussung der Libido. Aber wenn es sein soll.....geht es auch.
Bei den anderen NW bin ich sehr, sehr vorsichtig, weil man sich durchaus auch viel einbilden kann. Ich mache 6 x die Woche Sport, wodurch ich mein Gewicht konstant halten kann. Mir kommt es so vor, als wäre ich etwas antriebslos, aber wie gesagt: hier ist es wirklich schwer die Grenze zwischen objektiven NW und Einbildung zu ziehen.

Ich habe Neuwuchs entlang der Haarlinie, habe aber auch noch einige topicals im Regimen.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [bullet23](#) on Thu, 03 Aug 2006 17:30:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ zagq

wie lang nimmst spiro oral schon? hat sich deine dichte auch verbessert?

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [zagq](#) on Thu, 03 Aug 2006 17:39:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ca. 13 Wochen Spiro oral.

Dichte erhöht sich am Haaransatz, ja. Der Prozess ist aber sehr langsam und ich wehre mich eigentlich dagegen, dieses Medikament über einen längeren Zeitraum einzunehmen.

Insofern

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [zagq](#) on Thu, 03 Aug 2006 17:45:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ich aber sehr seltsam finde: von der geringsten Menge Fin habe ich enorme Darmprobleme bekommen und musste deshalb sogar mal zum Chirurgen. Ich habe es seitdem mehrmals erneut ausprobiert und habe nach geringer Zeit immerwieder die selben Probleme.

Dieses Problem taucht jedoch unter Spiro und Avo nicht auf. Komisch, oder ?

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [tino](#) on Thu, 03 Aug 2006 18:17:48 GMT

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

hallo

ich habe keine zeit um ausführlich zu antworten.Viel sport,unbedingt Creatin Monohydrat,da Spiro das abbaut,Kaliumspiegel regelmaessig checken,Kaliumarm ernaehren,auf Brustveraenderungen achten(jucken,wachstum,schwellung,schmerzen),viele Antioxidanten,da davon auszugehen ist,das Testosteronwegnahme in manchen Geweben oxidativen Stress erzeugt,und L Carnitin abbaut.

vorsichtig mit Spiro,..ist kein Bonbon....und besser zwei mal überlegen.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [bullet23](#) on Thu, 03 Aug 2006 18:37:27 GMT

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

ich hab mal eine frage an die, die sich auskennen. spiro ist ja bekannt das man eine gyno bekommen kann. wie siehts denn da mit östrogenblocker aus, die verhindern das man eine gyno bekommt. würde man so die gyno aufhalten können und trotzdem von der wirkung auf die haare profetieren?

zb. nehmen wir da nolvadex

Nolvadex ist ein sogenannter "Östrogenrezeptorenblocker" der Gruppe Serms(selectiv estrogen receptor modulator). Es wirkt vor allem in spezifischen Gewebe wie der Brust und kann somit eine bestehende Gyno reduzieren oder das Entstehen ausbremsen. Dadurch das es als Hypothalamusebene wirkt, in dem es den GnRH Ausstoß des Hypothalamus forciert, eigent es sich hervorragend zum Absetzen. Zudem hat es weniger Effekt auf die Psyche.

das nehmen bodybuilder in einer kur damit sie keine gyno bekommen. was meint ihr könnte man das auch nehmen um eine gyno vorzubeugen??

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [zagq](#) on Thu, 03 Aug 2006 22:35:33 GMT

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

Ich denke von der Idee her ist es ganz gut so einen Estrogen Blocker einzubauen -- das ganze wird aber ein ganzschöer Medikamentencocktail

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [Hatschi1111](#) on Thu, 03 Aug 2006 22:37:00 GMT

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

hatte jetzt ca 7 monate avo und proscar zusammen genommen, allerdings mit unterbrechung von 1 1/2 monaten wegen nachschubmangel...

haare haben sich aber trotz allem leicht verschlechtert, aber so richtig erst seit ich alles vor einigen monaten wegen gastritis abgesetzt habe...

vor allem die dichte ist das probelm, auf geheimratsecken scheiss ich, da würd ich mir im leben kein kopf drüber machen ob der haaransatz jetzt en paar zentimeter weiter vorne oder hinten ist...

nolvadex hatte ich mir auch vorsorglich besorgt, falls irgendwas geschehen sollte und noch adraktim oder so ähnlich zum auf die brust schmieren, das soll allerdings wiederum zu harausfall führen und somit ists nicht akzeptabel...

würde allerdings nicht beides einnehmen, die wirkung von nolvadex ist ja noch ein hammer mehr...

wenn du ne gyno bekommen solltest einfach aufhören mit spiro...

aber am besten vor dem anfangen ein foto machen oder noch mal genau ankucken, sont kuckst du jeden tag drauf und fragst dich ob sich da was verändert hat...wenn du z.B. gewicht zunimmst sieht die brust auch automatisch anders aus und da kann man es irrtümlich auf spiro zurückführen...

wenn ich mit avo, proscar, oder spiro gewichtszunahme hätte erreichen könnte wär das für mich traumhaft gewesen, machte sowiso viel aufbausport und hab trotzdem nur wenig zugenommen, lange viel gegessen und jetzt gastritis und mittlerweile 12 kilo abgenommen...scheisse...

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [dylan](#) on Fri, 04 Aug 2006 00:17:00 GMT

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

einmal wurde die frage nach shedding gestellt. das gabs bei mir gar nicht.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [zeature](#) on Fri, 04 Aug 2006 12:13:19 GMT

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

Bevor du zu Spiro greifst würde ich mal schauen ob du alles andere was deinen HA fördert beseitigt hast.

D.h. auch mal schauen was deine Schilddrüse treibt.

Ich nehme seit 9 Monaten Spiro50mg/1,25mg Fin und habe nicht mehr erreicht als eine Verlangsamung des HAs.

Ein überzeugtes Resume bzgl Spiro wie es bei den meisten Spiro-Usern zu finden ist bleibt bei mir aus.

An deiner Stelle würde ich mit 25mg starten und auf 50mg erhöhen.
Bei 100mg ist das Risiko einfach gigantisch das du dir was einfügst.

Mit Nolvadex bekommst du eine Gyno nicht weg. Du kannst dich maximal davor schützen.
Nolvadex hat zudem die Nebenwirkung "Haarausfall".

Lass bitte vorher dein Blut checken. Wenn dein Plan in die Hose geht, hast du wenigsten eine Idee welche Werte es zerissen hat.

viel Erfolg

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [Billy-Joe](#) on Fri, 04 Aug 2006 12:34:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Hatschi,

interessant...die Sache mit der Gastritis. Ich hatte das auch + 5 Geschwüre in der Speiseröhre, danach Proscar abgesetzt und Nexium Mups (also diesen Protonenblocker) genommen, danach gings wieder. Jetzt mit Propecia gehts wieder. Wie lief das bei dir ab?

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [bullet23](#) on Fri, 04 Aug 2006 19:17:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ dylan

du meinstest das du von 50 mg eine gyno hattest. wie lange hast du das denn genommen und hast du dir die gyno entfernen lassen?

Subject: Re: sollte es besser wie z.b Dutasterid wirken..
Posted by [tino](#) on Fri, 04 Aug 2006 20:26:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dann ganz sicher deshaslb weil viel "Rezeptorenresistentes" Testo zu Östrogen gewandelt wird,und die hohe Menge Östrogen dann wiederum u.a viele Insulin und IGF-1 Rezeptoren erstellt.Aber die Wirkungsweise ist vielfaeltig,..sie reicht über Antioxidantien Expression bis hin zum β -catenin.Eine Aromatasehemmung bei ohnehinn oft Estrogenarmen AGA Faellen, würde den Untergang der IGF-1 und Östrogenrezeptoren bedeuten,und das ist Gift fürs Haar.Dann kann man auch gleich bei Fin bleiben,wenn man unter Spiro Aromatase hemmen möchte.

Prof Paus hat gerade frisch einen neuen Artikel(The Hair Follikel as Estrogen Target and Source)

veröffentlicht,..und beschreibt dort das,was ich hier schon immer aufgeschrieben habe.Alles scheint er noch nicht verstanden zu haben,..scheint so als sei ich bei manchen Interaktionen besser.

Wenn es besser wirken soll,dann nur mit den Estrogenabhaengigen NWs,...das ist ja der Haken,bzw das Russische Roulette an der Sache.

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [tvtotalfan](#) on Fri, 04 Aug 2006 20:32:34 GMT

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

he Spiro-Schlucker-Leute,

also wenn ihr genau wissen wollt wo jetzt Kalium drinnen ist und wie viel, dann schaut einfach in dieser Tabelle hier nach, die ist echt genial, nur anfangs etwas zeitaufwändig...

<http://nutrition.a-w.de/dge/ger/nwb/nwb.htm>

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [Hatschi1111](#) on Fri, 04 Aug 2006 20:33:47 GMT

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

@ billi joe

bei mir kam die gastritis langsam, hat sich durch ständiges aufstossen bemerkbar gemacht und dann bekam ich irgendwann bauchschmerzen und dann hab ich ne magenspiegelung machen lassen, speiseröhreentzündung und gastritis...

weiss aber nicht von was es war, kann durchaus von proscar gekommen sein, das hab ich da einige monate genommen, hab aber auch heftig essen gewürzt und viel gegessen, ausserdem ne lebensmittelvergiftung gehabt, also kann alles sein

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?
Posted by [bullet23](#) on Fri, 04 Aug 2006 20:37:03 GMT

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

@ tino

du mit dein 200mg bist ja ganz oben dabei. nimmst du noch andere medikamente um die nw von spiro zu senken?

Subject: Re: alles über spiro oral, was muss man beachten?

Posted by [bullet23](#) on Fri, 04 Aug 2006 20:50:50 GMT

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

@ tino

achja was vergessen.

1. seit wann nimmst du spiro?
2. nimmst du es die ganze zeit ohne unterbrechung?
3. gibst bei dir keine anzeichen von upregulation etc.
4. ist es mit der fettspeicherung sehr heftig oder kann man es mit sport ausgleichen?
5. sind die nw von spiro wirklich so heftig wie manche es darstellen?

wäre dir dankbar, wenn du eine kurze stellung dazu nehmen würdest.

Subject: NWs auf spiro @ Tino

Posted by [zagq](#) on Fri, 04 Aug 2006 23:50:16 GMT

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

Tino, kannst du uns bei der Gelegenheit auch wissen lassen wie oft du in der Woche Sex hast ?
Sei ehrlich !

Subject: @ tino

Posted by [bullet23](#) on Sat, 05 Aug 2006 06:01:04 GMT

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

1. seit wann nimmst du spiro?
2. nimmst du es die ganze zeit ohne unterbrechung?
3. gibst bei dir keine anzeichen von upregulation etc.
4. ist es mit der fettspeicherung sehr heftig oder kann man es mit sport ausgleichen?
5. sind die nw von spiro wirklich so heftig wie manche es darstellen?

wäre dir dankbar, wenn du eine kurze stellung dazu nehmen würdest.

Subject: zink während spiro einahme erhöhen?
Posted by [bullet23](#) on Sun, 06 Aug 2006 11:57:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was meint ihr? soll ja im gewissen maße gut sein gegen gyno.
