
Subject: Weitere Behandlung noch lohnenswert?

Posted by [Kaus Klinski](#) on Wed, 30 Dec 2020 19:04:55 GMT

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

Hi Leute,

ich bin jetzt 41 und behandle meine AGA seit ich ca. 22 war, allerdings mit einer kompletten Unterbrechung der Behandlung für ca. 4 Jahre (in der Zeit habe ich viele Haare verloren. Zuletzt habe ich mit der Kombi Dut 0,5 mg e2d/Minox 5 % 2 x tgl/Ket-Shampoo e3d behandelt.

Habe wieder "mehr" Haare als vor erneutem Behandlungsbeginn 2011, aber den Status vor Absetzen der Therapie habe nie mehr erreicht.

5-AR-Hemmer will ich keine mehr nehmen (auch nicht topisch), habe Dut abgesetzt wegen mutmasslicher Nebenwirkungen und überlege nun, ob ich vielleicht doch nur mit Minox und Ket weiterbehandeln soll.

Ich hadere aber diesbezüglich mit mir selbst ob des eher bescheidenen Status wegen, bin mir halt nicht sicher, ob sich die weitere Behandlung "rentiert", zumal ich ja mit Dut/Fin die wichtigste Säule in der Therapie nicht mehr zur Verfügung habe.

Einerseits ist halt vorne viel weg (ca. NW3a diffus), andererseits ist der restliche Kopfbereich noch voll behaart. Und eine Vollglatze will ich eigentlich auch nicht unbedingt kriegen. Wobei ich glaube ich genetisch nicht für mehr als NW3a veranlagt bin, aber das ist ja eh schon quasi der Super-GAU, weil die Front natürlich für die Optik am wichtigsten ist.

Schaut Euch doch bitte 'mal das Foto vom aktuellen Status an und gebt ein kurzes Statement dazu ab. Weiterbehandeln oder der Natur ihren Lauf lassen? Was meint Ihr?

Gruß
Kaus Klinski

File Attachments

1) [status.jpg](#), downloaded 354 times



Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [kleptos](#) on Wed, 30 Dec 2020 20:17:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich finds ehrlich gesagt noch ziemlich dicht (außer der front)... würde weiter behandeln und ggf eine HT hinzufügen. Mit 41 ist nicht mal der mm schnitt nötig meines erachtens

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Kaus Klinski](#) on Wed, 30 Dec 2020 20:25:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Kleptos,

danke, das baut auf :)

Ja, ich habe noch volles haar überall auf dem Kopf, nur das erste Drittel vorne dünnt halt aus (NW-A-Muster halt). Ich glaube nicht, dass ich jemals eine Tonsur oder so bekommen werde (dann hätte ich die sicher schon längst), sondern der Verlauf wandert halt gemäss der Definition von "Norwood Anterior" schön von vorne nach hinten (schätze aber, er wird nicht über Status 3 hinausgehen, aber wer kann das schon sicher sagen).

Bei mir hat es mit 16 schon langsam angefangen, mit 18 war ich dann ein guter NW2. Und dann hat sich halt das NW-A-Muster abgezeichnet, als ich die Therapie unterbrochen habe.

Mich wundert es überhaupt, dass bei diesem frühen Beginn noch was an Haar übrig ist gut 20 Jahre später ;) Aber ich habe ja auch recht frühzeitig behandelt, vielleicht spielt das auch eine Rolle und es wäre ganz ohne Therapie heute noch schlechter (als ob das ginge ;)).

Aber ich fürchte halt, dass sich der Status jetzt ohne 5-AR-Hemmer trotz Minox und Ket zumindest frontal deutlich verschlechtern wird. HT wäre eventuell eine Option, klar, aber ich scheue ehrlich gesagt den Aufwand und vor allem die Kosten ;)

Gruß
Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Kaus Klinski](#) on Wed, 30 Dec 2020 20:25:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Kleptos,

danke, das baut auf :)

Ja, ich habe noch volles haar überall auf dem Kopf, nur das erste Drittel vorne dünnt halt aus (NW-A-Muster halt). Ich glaube nicht, dass ich jemals eine Tonsur oder so bekommen werde

(dann hätte ich die sicher schon längst), sondern der Verlauf wandert halt gemäss der Definition von "Norwood Anterior" schön von vorne nach hinten (schätze aber, er wird nicht über Status 3 hinausgehen, aber wer kann das schon sicher sagen).

Bei mir hat es mit 16 schon langsam angefangen, mit 18 war ich dann ein guter NW2. Und dann hat sich halt das NW-A-Muster abgezeichnet, als ich die Therapie unterbrochen habe.

Aber ich fürchte halt, dass sich der Status jetzt ohne 5-AR-Hemmer trotz Minox und Ket zumindest frontal deutlich verschlechtern wird. HT wäre eventuell eine Option, klar, aber ich scheue ehrlich gesagt den Aufwand und vor allem die Kosten ;)

Gruß
Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 30 Dec 2020 22:17:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: Bei mir hat es mit 16 schon langsam angefangen, Für schon mit 16, siehts aber jetzt noch recht gut aus. Jo, mach weiter. :thumbup:
Das lohnt sich schon noch. :nod:

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Kaus Klinski](#) on Wed, 30 Dec 2020 22:31:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sonic Boom schrieb am Wed, 30 December 2020 23:17:Zitat: Bei mir hat es mit 16 schon langsam angefangen, Für schon mit 16, siehts aber jetzt noch recht gut aus. Jo, mach weiter. :thumbup:
Das lohnt sich schon noch. :nod:
Danke :) Ja, aber ich fürchte halt, dass es ohne Dut/Fin wesentlich schlechter wird. Ist halt die Frage, ob ich mit Minox/Ket alleine den Status halten kann.

Ich fürchte, eher nicht. Zumal ich ja auch auf TRT bin, sprich keinen "alterstypischen" Testosteronspiegel habe (der sinkt ja normalerweise individuell unterschiedlich spätestens nach dem 40 Lebensjahr ab) sondern eher im jugendlichen Bereich ;) Entsprechend auch im Verhältnis dann das DHT sicherlich recht hoch.

Gruß
Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Nomadd](#) on Wed, 30 Dec 2020 23:24:01 GMT

Kaus Klinski schrieb am Wed, 30 December 2020 20:04Hi Leute,

ich bin jetzt 41 und behandle meine AGA seit ich ca. 22 war, allerdings mit einer kompletten Unterbrechung der Behandlung für ca. 4 Jahre (in der Zeit habe ich viele Haare verloren. Zuletzt habe ich mit der Kombi Dut 0,5 mg e2d/Minox 5 % 2 x tgl/Ket-Shampoo e3d behandelt.

Habe wieder "mehr" Haare als vor erneutem Behandlungsbeginn 2011, aber den Status vor Absetzen der Therapie habe nie mehr erreicht.

5-AR-Hemmer will ich keine mehr nehmen (auch nicht topisch), habe Dut abgesetzt wegen mutmasslicher Nebenwirkungen und überlege nun, ob ich vielleicht doch nur mit Minox und Ket weiterbehandeln soll.

Ich hadere aber diesbezüglich mit mir selbst ob des eher bescheidenen Status wegen, bin mir halt nicht sicher, ob sich die weitere Behandlung "rentiert", zumal ich ja mit Dut/Fin die wichtigste Säule in der Therapie nicht mehr zur Verfügung habe.

Einerseits ist halt vorne viel weg (ca. NW3a diffus), andererseits ist der restliche Kopfbereich noch voll behaart. Und eine Vollglatze will ich eigentlich auch nicht unbedingt kriegen. Wobei ich glaube ich genetisch nicht für mehr als NW3a veranlagt bin, aber das ist ja eh schon quasi der Super-GAU, weil die Front natürlich für die Optik am wichtigsten ist.

Schaut Euch doch bitte 'mal das Foto vom aktuellen Status an und gebt ein kurzes Statement dazu ab. Weiterbehandeln oder der Natur ihren Lauf lassen? Was meint Ihr?

Gruß
Kaus Klinski
Würdest Du eine HT in Erwägung ziehen?

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Nomadd](#) on Wed, 30 Dec 2020 23:25:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kaus Klinski schrieb am Wed, 30 December 2020 21:25 HT wäre eventuell eine Option, klar, aber ich scheue ehrlich gesagt den Aufwand und vor allem die Kosten ;)

Demirsoy 1,25€/graft. Das ist recht günstig und Ergebnisse sind zufriedenstellend ;)

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Nomadd](#) on Wed, 30 Dec 2020 23:26:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kaus Klinski schrieb am Wed, 30 December 2020 23:31Sonic Boom schrieb am Wed, 30 December 2020 23:17Zitat: Bei mir hat es mit 16 schon langsam angefangen, Für schon mit 16,

siehts aber jetzt noch recht gut aus. Jo, mach weiter. :thumbup:

Das lohnt sich schon noch. :nod:

Danke :) Ja, aber ich fürchte halt, dass es ohne Dut/Fin wesentlich schlechter wird. Ist halt die Frage, ob ich mit Minox/Ket alleine den Status halten kann.

Ich fürchte, eher nicht. Zumal ich ja auch auf TRT bin, sprich keinen "alterstypischen" Testosteronspiegel habe (der sinkt ja normalerweise individuell unterschiedlich spätestens nach dem 40 Lebensjahr ab) sondern eher im jugendlichen Bereich ;) Entsprechend auch im Verhältnis dann das DHT sicherlich recht hoch.

Gruß

Kaus Klinski

Käme für dich FIN topisch in Frage? Pilos hat da tolle Rezepte ;)

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?

Posted by [DB1981](#) on Thu, 31 Dec 2020 15:34:28 GMT

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

Mal ehrlich, das sieht doch gar nicht schlecht aus! Ich finde du bist ein guter HT Kandidat und auch mit nur Minox, KET und Microneedling lässt sich das alles verlangsamen. Hinten und oben Mitte sieht es doch wirklich gut aus! Außerdem dürfen wir ja alle noch auf Breezula hoffen, wenn das zumindest Status halten ermöglicht weiß man ja auch nicht was in 5-7 Jahren

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?

Posted by [Kaus Klinski](#) on Thu, 31 Dec 2020 19:23:31 GMT

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

5HT2 schrieb am Thu, 31 December 2020 00:24Kaus Klinski schrieb am Wed, 30 December 2020 20:04Hi Leute,

ich bin jetzt 41 und behandle meine AGA seit ich ca. 22 war, allerdings mit einer kompletten Unterbrechung der behandlung für ca. 4 Jahre (in der Zeit habe ich viele Haare verloren. Zuletzt habe ich mit der Kombi Dut 0,5 mg e2d/Minox 5 % 2 x tgl/Ket-Shampoo e3d behandelt.

Habe wieder "mehr" Haare als vor erneutem Behandlungsbeginn 2011, aber den Status vor Absetzen der Therapie habe nie mehr erreicht.

5-AR-Hemmer will ich keine mehr nehmen (auch nicht topisch), habe Dut abgesetzt wegen mutmasslicher Nebenwirkungen und überlege nun, ob ich vielleicht doch nur mit Minox und Ket weiterbehandeln soll.

Ich hadere aber diesbezüglich mit mir selbst ob des eher bescheidenen Status wegens, bin mir halt nicht sicher, ob sich die weitere Behandlung "rentiert", zumal ich ja mit Dut/Fin die wichtigste Säule in der Therapie nicht mehr zur Verfügung habe.

Einerseits ist halt vorne viel weg (ca. NW3a diffus), andererseits ist der restliche Kopfbereich noch voll behaart. Und eine Vollglatze will ich eigentlich auch nicht unbedingt kriegen. Wobei ich glaube ich genetisch nicht für mehr als NW3a veranlagt bin, aber das ist ja eh schon quasi der Super-GAU, weil die Front natürlich für die Optik am wichtigsten ist.

Schaut Euch doch bitte 'mal das Foto vom aktuellen Status an und gebt ein kurzes Statement dazu ab. Weiterbehandeln oder der Natur ihren Lauf lassen? Was meint Ihr?

Gruß

Kaus Klinski

Würdest Du eine HT in Erwägung ziehen?

Wenn sich der weitere Verlauf ohne Fin/Dut jetzt weiterhin als stabilisiert erweist, dann eventuell ja.

Gruß

Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Kaus Klinski](#) on Thu, 31 Dec 2020 19:25:35 GMT

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

5HT2 schrieb am Thu, 31 December 2020 00:26Kaus Klinski schrieb am Wed, 30 December 2020 23:31Sonic Boom schrieb am Wed, 30 December 2020 23:17Zitat: Bei mir hat es mit 16 schon langsam angefangen, Für schon mit 16, siehts aber jetzt noch recht gut aus. Jo, mach weiter. :thumbup:

Das lohnt sich schon noch. :nod:

Danke :) Ja, aber ich fürchte halt, dass es ohne Dut/Fin wesentlich schlechter wird. Ist halt die Frage, ob ich mit Minox/Ket alleine den Status halten kann.

Ich fürchte, eher nicht. Zumal ich ja auch auf TRT bin, sprich keinen "alterstypischen" Testosteronspiegel habe (der sinkt ja normalerweise individuell unterschiedlich spätestens nach dem 40 Lebensjahr ab) sondern eher im jugendlichen Bereich ;) Entsprechend auch im Verhältnis dann das DHT sicherlich recht hoch.

Gruß

Kaus Klinski

Käme für dich FIN topisch in Frage? Pulos hat da tolle Rezepte ;)

Nein, da alle Untersuchungen zeigen, dass es fast genauso ausgeprägt systemisch wirkt wie bei einer Applikation p.o. Und bei Dut gibt es keine aussagekräftigen Untersuchungen zu dem Thema, bzw. eigentlich gar keine. Daher verzichte ich auch darauf.

Gruß

Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Kaus Klinski](#) on Thu, 31 Dec 2020 19:29:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

DB1981 schrieb am Thu, 31 December 2020 16:34Mal ehrlich, das sieht doch gar nicht schlecht aus! Ich finde du bist ein guter HT Kandidat und auch mit nur Minox, KET und Microneedling lässt sich das alles verlangsamen. Hinten und oben Mitte sieht es doch wirklich gut aus! Außerdem dürfen wir ja alle noch auf Breezula hoffen, wenn das zumindest Status halten ermöglicht weiß man ja auch nicht was in 5-7 Jahren vielleicht doch noch kommt - so motiviere

Ja, Norwood-A-Opfer gelten in der Regel als gute HT-Kandidaten ;) Ja, Dein Wort in Gottes Ohr was Minox und Ket angeht ;) Ja, "Breezula" wäre natürlich eine Option sobald es verfügbar ist, aber nicht, dass wir dann nach ein paar Jahren die ersten "post clascoteron syndrom"-Betroffenen haben oder so ;)

Guten Rutsch allerseits und alles gute für's neue Jahr.

Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Nomadd](#) on Fri, 01 Jan 2021 05:45:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kaus Klinski schrieb am Thu, 31 December 2020 20:25HT2 schrieb am Thu, 31 December 2020 00:26Kaus Klinski schrieb am Wed, 30 December 2020 23:31Sonic Boom schrieb am Wed, 30 December 2020 23:17Zitat: Bei mir hat es mit 16 schon langsam angefangen, Für schon mit 16, siehts aber jetzt noch recht gut aus. Jo, mach weiter. :thumbup:
Das lohnt sich schon noch. :nod:
Danke :) Ja, aber ich fürchte halt, dass es ohne Dut/Fin wesentlich schlechter wird. Ist halt die Frage, ob ich mit Minox/Ket alleine den Status halten kann.

Ich fürchte, eher nicht. Zumal ich ja auch auf TRT bin, sprich keinen "alterstypischen" Testosteronspiegel habe (der sinkt ja normalerweise individuell unterschiedlich spätestens nach dem 40 Lebensjahr ab) sondern eher im jugendlichen Bereich ;) Entsprechend auch im Verhältnis dann das DHT sicherlich recht hoch.

Gruß
Kaus Klinski

Käme für dich FIN topisch in Frage? Pulos hat da tolle Rezepte ;) Nein, da alle Untersuchungen zeigen, dass es fast genauso ausgeprägt systemisch wirkt wie bei einer Applikation p.o. Und bei Dut gibt es keine aussagekräftigen Untersuchungen zu dem Thema, bzw. eigentlich gar keine. Daher verzichte ich auch darauf.

Gruß
Kaus Klinski

Die 0,025% Studien von Polichem haben nach einer (?) oder zwei (?) Wochen zu 25% DHT Erniedrigung geführt... (entspricht 15mg auf 60ml Minox)

Mit 5mg auf 60ml Minox solltest Du auf der sicheren Seite sein. Du könntest sicherheitshalber noch Off-Phasen einführen: z.B. von Montag bis Freitag und am WE Pause.

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Sonic Boom](#) on Fri, 01 Jan 2021 07:40:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Würdest Du eine HT in Erwägung ziehen?
Wurde mir hier auch schon 2-3 mal empfohlen. ;)
Mich würde es ja mal interessieren, ob das wirklich so einfach, das Ergebnis auch zufriedenstellend und dauerhaft ist. Und vor allem, WO das „nächste“ und beste Institut für eine Haartransplantation zu finden ist.
Wenn seine Haare länger sind, könnte er evtl. auch ohne HT über die Runden kommen.
Und mal ganz ehrlich? Habt ihr alle soviel Geld?
Wenn ich die Kohle zusammen zählen würde, die ich in bald 21 Jahren bis heute nur allein für Haarwuchsmittel ausgegeben hab, da hätte ich mir bestimmt schon ein großes, schickes Auto kaufen können. :d :)

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Kaus Klinski](#) on Fri, 01 Jan 2021 20:15:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:enn ich die Kohle zusammen zählen würde, die ich in bald 21 Jahren bis heute nur allein für Haarwuchsmittel ausgegeben hab, da hätte ich mir bestimmt schon ein großes, schickes Auto kaufen können
Eben, da wären ein oder zwei HTs vielleicht günstiger gekommen, und Status halten dann mit RU ;)

Gruß
Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Kaus Klinski](#) on Sun, 03 Jan 2021 03:25:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Die 0,025% Studien von Polichem haben nach einer (?) oder zwei (?) Wochen zu 25% DHT Erniedrigung geführt... (entspricht 15mg auf 60ml Minox)
Hat das Zeug von Polichem nicht irgendein "spezielles vehicle?" Das wäre ja dann nicht vergleichbar mit einfach nur Fin ins Minox gemischt.

Habe gerade die Studie bzw. deren abstract gelesen:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26636418/>

Interessanterweise hat unter den höheren Dosierungen die 2 x tgl. Anwendung zu weniger DHT-Reduktion in der Kopfhaut geführt als die 1 x tgl. Applikation (?).

Kopfhaut zur Folge und "nur" -24/-26% im Serum.

Die Frage ist halt nun, wie empfindlich die zentrale Neurosteroid-Synthese auf diese im Vergleich zur Applikation p.o. deutlich geringere aber doch vorhandene systemische 5-AR-Hemmung reagiert.

Es geht bei den NW ja nicht nur um DHT, sondern man unterbindet mit der 5-AR-Hemmung ja auch die zentrale Synthese von Allopregnanolon.

Wie ich es verstehe, sind da wohl alle 3 Isoformen dran beteiligt. Bisher dachte ich immer, hier wäre nur die Isoform 1 relevant. Aber Untersuchungen haben ja gezeigt, dass Finasterid (welches ja nur Typ 2 und 3 hemmt, Typ 1 aber weitestgehend in Ruhe lässt) zu messbar erniedrigten 5-a-Progesteron bzw. Allopregnanolon-Spiegeln führt.

Und möglicherweise genügt diese geringfügige systemische Wirkung ja schon, um die Neurosteroid-Synthese relevant zu beeinflussen, im Verhältnis dazu aber an der DHT-Synthese nicht viel verändert. Bin da skeptisch. Die systemische DHT-Reduktion ist ja im Grunde nur ein Surrogatparameter um zu testen, ob und wie stark das Finasterid in den Körper aufgenommen wird, lässt aber im Umkehrschluss nicht unbedingt eine Aussage über die Wirkung auf die Hirnbiochemie zu.

Gruß
Kaus Klinski

Subject: Aw: Weitere Behandlung noch lohnenswert?
Posted by [Nomadd](#) on Sun, 03 Jan 2021 19:23:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kaus Klinski schrieb am Sun, 03 January 2021 04:25Zitat:Die 0,025% Studien von Polichem haben nach einer (?) oder zwei (?) Wochen zu 25% DHT Erniedrigung geführt... (entspricht 15mg auf 60ml Minox)

Hat das Zeug von Polichem nicht irgendein "spezielles vehicle?" Das wäre ja dann nicht vergleichbar mit einfach nur Fin ins Minox gemischt.

Habe gerade die Studie bzw. deren abstract gelesen:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26636418/>

Interessanterweise hat unter den höheren Dosierungen die 2 x tgl. Anwendung zu weniger DHT-Reduktion in der Kopfhaut geführt als die 1 x tgl. Applikation (?).

Kopfhaut zur Folge und "nur" -24/-26% im Serum.

Die Frage ist halt nun, wie empfindlich die zentrale Neurosteroid-Synthese auf diese im Vergleich zur Applikation p.o. deutlich geringere aber doch vorhandene systemische 5-AR-Hemmung reagiert.

Es geht bei den NW ja nicht nur um DHT, sondern man unterbindet mit der 5-AR-Hemmung ja auch die zentrale Synthese von Allopregnanolon.

Wie ich es verstehe, sind da wohl alle 3 Isoformen dran beteiligt. Bisher dachte ich immer, hier wäre nur die Isoform 1 relevant. Aber Untersuchungen haben ja gezeigt, dass Finasterid (welches ja nur Typ 2 und 3 hemmt, Typ 1 aber weitestgehend in Ruhe lässt) zu messbar erniedrigten 5-a-Progesteron bzw. Allopregnanolon-Spiegeln führt.

Und möglicherweise genügt diese geringfügige systemische Wirkung ja schon, um die Neurosteroid-Synthese relevant zu beeinflussen, im Verhältnis dazu aber an der DHT-Synthese nicht viel verändert. Bin da skeptisch. Die systemische DHT-Reduktion ist ja im Grunde nur ein Surrogatparameter um zu testen, ob und wie stark das Finasterid in den Körper aufgenommen wird, lässt aber im Umkehrschluss nicht unbedingt eine Aussage über die Wirkung auf die Hirnbiochemie zu.

Gruß
Kaus Klinski

Leider gibt es hierzu nicht genug Studien. Ich habe schon alles abgeklappert, was sich finden ließ. Das Mazzarella Paper kann ich noch empfehlen. Letztendlich können wir uns nur auf Trial and Error verlassen.

Ansonsten: Allopregnanolon (Brexanolon) kann man sich verschreiben lassen ^^ ;)
