
Subject: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 26 Jun 2021 02:49:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Stress und Koffein schütten Cortisol aus.
Das verengt die Gefäße (macht also das Gegenteil von dem, was Minox tut).

Wir wissen, dass Stress zu AGA führt.
Könnte die Vasokonstriktion dafür der Grund sein?
Immerhin haben Glatzenträger 40% weniger Durchblutung in ihrer Kopfhaut gegenüber Männern mit vollem Haar.

Ein kompletter Koffein-Verzicht könnte sofort den Cortisol-Spiegel um 40% reduzieren!
Das ist eine Menge!
Eine Maßnahme, die nichts kostet und sofort umzusetzen wäre.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Sinner85](#) on Sat, 26 Jun 2021 08:34:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Würde erklären warum die meisten Alkoholiker (meiner Auffassung nach), oft noch eine ordentliche Mähne haben :)

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [valesk](#) on Sat, 26 Jun 2021 08:49:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vasokonstriktion in der Peripherie ist kein Dauerzustand. Beispielsweise dient es zur Bereitstellung von mehr Energie für Lebenswichtige Areale.

Und Alkohol führt eher zu Arteriosklerose, einer permanenten Verengung der Gefäße.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 26 Jun 2021 10:40:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

valesk schrieb am Sat, 26 June 2021 10:49 Vasokonstriktion in der Peripherie ist kein Dauerzustand. Beispielsweise dient es zur Bereitstellung von mehr Energie für Lebenswichtige Areale.

Und Alkohol führt eher zu Arteriosklerose, einer permanenten Verengung der Gefäße.
Hier steht:

"Die Forscher fanden heraus, dass der Konsum von Koffein die Durchblutung des Gehirns um durchschnittlich 27 Prozent reduzierte. "

Also wenn so lebenswichtige Organe wie das Gehirn durch Kaffee bereits 27% weniger Durchblutung bekommen, wie viel weniger Durchblutung hat dann die Kopfhaut, die noch weiter vom Herzen entfernt ist als das Gehirn und noch weniger überlebenswichtig ist?

Laut einer Studie haben Männer in den AGA-Bereichen 40% weniger Durchblutung als in den behaarten Bereichen!

Und dass die Haare GENAU dort ausgehen, wo auch die Spannung am höchsten, also die Durchblutung am schlechtesten ist, kann ebenso kein Zufall sein.

<https://www.livestrong.com/article/395736-does-caffeine-constrict-blood-vessels/>

Und noch was wissenschaftliches:

<https://bigthink.com/news/caffeine-increases-neural-entropy-decreases-blood-flow>

@Sinner85:

Exakt, das ist auch meine Beobachtung.

Alkoholiker haben selten eine Glatze.

Denn Alkohol fördert Prostaglandin E1. Ein Gewebshormon, welches die Gefäße weitet. Es wirkt sogar so stark, dass es schulmedizinisch gegen Durchblutungsstörungen eingesetzt wird!

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1713275/>

Bevor noch Fragen aufkommen, wie:

Warum gibt es auch Alkoholiker mit Glatze oder Kaffeetrinker mit vollem Haar?

Das Trinken von Kaffee ist nur ein Faktor von vielen, der die Durchblutung der Kopfhaut verschlechtert. Dazu kommen aber noch zahlreiche weitere Faktoren. Z.B. Pilze auf der Kopfhaut lösen Immunreaktionen aus.

Und Entzündungen + DHT = Verkalkung.

Wenn die Kopfhaut verkalkt, dann wird sie schlechter durchblutet.

Kommt zusätzlich noch Kaffee hinzu, sind es schon zwei Faktoren die die Durchblutung einschränken.

Rauchen soll z.B. auch die Gefäße verengen. Und zufälligerweise haben

Raucher auch mehr AGA als Nichtraucher. Dazu gibt es Studien.

Wenn man nun sehr viel dafür tut, wenig Durchblutung zu haben

(Kopfhautpilze, Stress, Kaffee, Rauchen..) und auf der anderen Seite

nur sehr wenig Sachen, die die Durchblutung fördern (z.B. Essig, Arginin, Knoblauch), dann kippt das Gleichgewicht zur Durchblutungsstörung.

Männer mit vollem Haar, die rauchen und Kaffee trinken, haben vermutlich

von Natur aus sehr große Blutgefäße, so dass ihnen etwas Verengung nichts ausmacht.

Ich will auch daran erinnern, dass es einen Zusammenhang zwischen Herzinfarkt und AGA gibt. Was ebenso auf eine Durchblutungsstörung hinweist.

<https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Herzrisiko-Glatze-286252.html>

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen

Posted by [valesk](#) on Sat, 26 Jun 2021 11:07:34 GMT

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

"The reported decrease in cerebral perfusion has been reported to last until 45 to 75 min after the caffeine intake"

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 26 Jun 2021 12:03:27 GMT

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

valesk schrieb am Sat, 26 June 2021 13:07" The reported decrease in cerebral perfusion has been reported to last until 45 to 75 min after the caffeine intake"

1) es bleibt ja meist nicht bei einer Tasse Kaffee am Tag
2) halte ich die Aussage für möglicherweise falsch. Jeder reagiert auf Koffein unterschiedlich. Manche können abends einen Kaffee trinken und schlafen tief und fest, während bei anderen schon der Morgenkaffee ausreicht, um eine schlaflose Nacht zu haben. Und das liegt ja alles am Cortisol. Wenn jemand also nachts nicht schlafen kann wegen Coffein, dann bedeutet das offensichtlich, dass der Cortisol-Spiegel noch immer erhöht ist und damit auch die Gefäße verengt sind.

Jeder reagiert darauf aber sehr unterschiedlich. Ich kannte z.B. einen, der von Natur aus einen SEHR niedrigen Blutdruck hatte. Erst durch Zigaretten und ganz viel Kaffee kam er in den Normbereich. Bei anderen, deren Gefäße ohnehin schon verengt sind, wird es durch Kaffee noch schlimmer. Er hatte auch bis ins hohe Alter volles Haar.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen

Posted by [Andree](#) on Sun, 27 Jun 2021 08:56:57 GMT

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

Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Sat, 26 June 2021 04:49 Stress und Koffein schütten Cortisol aus.

Das verengt die Gefäße (macht also das Gegenteil von dem, was Minox tut).

Wir wissen, dass Stress zu AGA führt.
Könnte die Vasokonstriktion dafür der Grund sein?
Immerhin haben Glatzenträger 40% weniger Durchblutung in ihrer Kopfhaut gegenüber Männern mit vollem Haar.

Ein kompletter Koffein-Verzicht könnte sofort den Cortisol-Spiegel um 40% reduzieren!
Das ist eine Menge!

Eine Maßnahme, die nichts kostet und sofort umzusetzen wäre.
Kaffee ist mein letztes Genussmittel. Hast du Alternativen? Schwarzer Tee fällt mir nur ein aber es lässt bestimmt ebenfalls den Cortisol-Spiegel ansteigen

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Fliesengott](#) on Sun, 27 Jun 2021 11:52:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gibt es denn nicht rezeptfreie cortisolsenker?
Von Ashgawa hatte ich das mal gelesen....

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [noname1985](#) on Sun, 27 Jun 2021 12:49:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Phosphatidylserin

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 27 Jun 2021 15:51:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Andree schrieb am Sun, 27 June 2021 10:56Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Sat, 26 June 2021 04:49Stress und Koffein schütten Cortisol aus.
Das verengt die Gefäße (macht also das Gegenteil von dem, was Minox tut).

Wir wissen, dass Stress zu AGA führt.
Könnte die Vasokonstriktion dafür der Grund sein?
Immerhin haben Glatzenträger 40% weniger Durchblutung in ihrer Kopfhaut gegenüber Männern mit vollem Haar.

Ein kompletter Koffein-Verzicht könnte sofort den Cortisol-Spiegel um 40% reduzieren!
Das ist eine Menge!
Eine Maßnahme, die nichts kostet und sofort umzusetzen wäre.
Kaffee ist mein letztes Genussmittel. Hast du Alternativen? Schwarzer Tee fällt mir nur ein aber es lässt bestimmt ebenfalls den Cortisol-Spiegel ansteigen

- 1) koffeinfreier Kaffee
- 2) schwarzer Tee
- 3) Kakao

Dass schwarzer Tee den Cortisolspiegel anhebt, bezweifle ich.
Kannst ja mal recherchieren.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 27 Jun 2021 15:55:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ein Koffein-Verzicht könnte auch gegen graue Haare wirken, denn diese sind ebenso durch zu hohes Cortisol bedingt (wobei auch noch andere Ursachen in Frage kommen können!)
<https://www.tagesspiegel.de/wissen/innerhalb-von-kurzer-zeit-warum-bei-stress-die-haare-grau-werden/25462098.html>

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [DetConan](#) on Mon, 28 Jun 2021 16:04:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sagtest du nicht vor paar Wochen dass es keine stressbedingte Androgenetische Alopezie gebe? :?

Allgemein werden die negativen gesundheitlichen Auswirkungen von Kaffee von Vielen maßlos unterschätzt.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [dreg](#) on Mon, 28 Jun 2021 19:17:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich glaube eher überschätzt

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [pilos](#) on Mon, 28 Jun 2021 21:00:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Sat, 26 June 2021 05:49 Stress und Koffein schütten Cortisol aus.
Das verengt die Gefäße (macht also das Gegenteil von dem, was Minox tut).

Wir wissen, dass Stress zu AGA führt.
Könnte die Vasokonstriktion dafür der Grund sein?
Immerhin haben Glatzenträger 40% weniger Durchblutung in ihrer Kopfhaut gegenüber Männern mit vollem Haar.

Ein kompletter Koffein-Verzicht könnte sofort den Cortisol-Spiegel um 40% reduzieren!
Das ist eine Menge!
Eine Maßnahme, die nichts kostet und sofort umzusetzen wäre.
MÜLL ;)

jeder dreck verursacht aga. .nur androgene nicht :lol:

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 28 Jun 2021 21:10:38 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 28 June 2021 23:00Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Sat, 26 June 2021 05:49Stress und Koffein schütten Cortisol aus.

Das verengt die Gefäße (macht also das Gegenteil von dem, was Minox tut).

Wir wissen, dass Stress zu AGA führt.

Könnte die Vasokonstriktion dafür der Grund sein?

Immerhin haben Glatzenträger 40% weniger Durchblutung in ihrer Kopfhaut gegenüber Männern mit vollem Haar.

Ein kompletter Koffein-Verzicht könnte sofort den Cortisol-Spiegel um 40% reduzieren!

Das ist eine Menge!

Eine Maßnahme, die nichts kostet und sofort umzusetzen wäre.

MÜLL ;))

jeder dreck ist am aga schuld...nur die androgene nicht :lol:

Androgene schaffen nur die Grundvoraussetzung, dass diese Krankheit überhaupt ausbrechen kann.

Sonst müsste jeder Mann mit hohen Androgenspiegeln AGA haben.

Was aber nicht der Fall ist.

Man kann auch Akne "heilen", in dem man einem Mann ganz einfach die Androgene weg nimmt.

Genau so kann man aber auch Akne heilen, in dem man ganz anders behandelt.

Z.B. mit Borretschöl + Fischöl. Die greifen überhaupt nicht in den Androgenstoffwechsel ein und wirken trotzdem gegen Akne.

Nimm das Beispiel Minox und Dut:

Minox greift viel weniger in den Hormonstoffwechsel ein als es Dut tut.

Und trotzdem wirkt Minox gegen AGA viel besser als Dut.

Der männliche Androgenstoffwechsel neigt dazu, die Knochen fest zu machen

und gleichzeitig die Blutgefäße zu verkalken, während

der weibliche Hormonstoffwechsel genau das Gegenteil tut.

Deswegen brauchen Männer viele Mittel, die die Verkalkung hemmen

und Frauen nicht.

Selbst ein Transgender-Regimen wirkt nicht gegen AGA.

Daran sieht man schon, dass es allein an den Androgenen nicht liegen kann :idea:

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 30 Jun 2021 23:24:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<https://www.studyfinds.org/cure-baldness-protein-hair-growth/>

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Jul 2021 11:30:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Thu, 01 July 2021
02:24<https://www.studyfinds.org/cure-baldness-protein-hair-growth/>

quatsch

wieviel hier schmieren corticosteroids....es gabe nie was negatives

selbst cb-03-01 wird zu cortisol umgebaut :lol:

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 01 Jul 2021 16:30:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[pilos](#) schrieb am Thu, 01 July 2021 13:30Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Thu, 01 July 2021
02:24<https://www.studyfinds.org/cure-baldness-protein-hair-growth/>
quatsch

wieviel hier schmieren corticosteroids....es gabe nie was negatives

selbst cb-03-01 wird zu cortisol umgebaut :lol:

Ich denke, topisch und oral sind zwei paar Schuhe.

Cortisol macht Gefäßverengung und das ist die Ursache der AGA.

Ist doch schon lange bewiesen, dass AGA eine Durchblutungsstörung ist.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Jul 2021 17:44:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Thu, 01 July 2021 19:30[pilos](#) schrieb am Thu, 01 July 2021
13:30Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Thu, 01 July 2021
02:24<https://www.studyfinds.org/cure-baldness-protein-hair-growth/>
quatsch

wieviel hier schmieren corticosteroids....es gabe nie was negatives

selbst cb-03-01 wird zu cortisol umgebaut :lol:
Ich denke, topisch und oral sind zwei paar Schuhe.
Cortisol macht Gefäßverengung und das ist die Ursache der AGA.
Ist doch schon lange bewiesen, dass AGA eine Durchblutungsstörung ist.
nur transplantierte haare haben damit kein problem :lol:

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Blackster](#) on Thu, 01 Jul 2021 18:34:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey das mit den transplantierten Haaren ist mein Totschlagargument :lol:
Aber laut Norwood ja sowieso ein Mythos und die fallen nachn paar Jahren wieder aus.

Ich muss dann wohl Glück haben, obwohl ich sehr viel Kaffee trinke :pistol:

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Jul 2021 19:16:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Blackster schrieb am Thu, 01 July 2021 21:34Hey das mit den transplantierten Haaren ist mein Totschlagargument :lol:
heutzutage ist plagieren chic ;)

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [DetConan](#) on Thu, 01 Jul 2021 19:49:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Blackster schrieb am Thu, 01 July 2021 20:34Hey das mit den transplantierten Haaren ist mein Totschlagargument :lol:
Aber laut Norwood ja sowieso ein Mythos und die fallen nachn paar Jahren wieder aus.

Ich muss dann wohl Glück haben, obwohl ich sehr viel Kaffee trinke :pistol:
In der Tat gibt es nicht wenige Beispiele die zeigen, dass die transplantierten Haare nach einigen Jahren lebewohl sagen.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Blackster](#) on Thu, 01 Jul 2021 20:17:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das sind dann irgendwelche NW7, wo die Haare hinten auch ausgefallen wären.
Wird aber sicher irgendwo im 0,irgendwas % Bereich sein.

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 02 Jul 2021 13:59:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

DetConan schrieb am Thu, 01 July 2021 21:49Blackster schrieb am Thu, 01 July 2021 20:34Hey
das mit den transplantierten Haaren ist mein Totschlagargument :lol:
Aber laut Norwood ja sowieso ein Mythos und die fallen nachn paar Jahren wieder aus.

Ich muss dann wohl Glück haben, obwohl ich sehr viel Kaffee trinke :pistol:
In der Tat gibt es nicht wenige Beispiele die zeigen, dass die transplantierten Haare nach einigen
Jahren lebewohl sagen.
Genau so ist es :thumbup:
Leider wollen viele User hier das nicht wahrhaben.
Denn was nicht sein kann, darf nicht sein. :lol:

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [pilos](#) on Fri, 02 Jul 2021 15:46:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

DetConan schrieb am Thu, 01 July 2021 22:49
In der Tat gibt es nicht wenige Beispiele die zeigen, dass die transplantierten Haare nach einigen
Jahren lebewohl sagen.
es ist eher anders...die HT haare bleiben und die anderen gehen flöten...dann sieht es schräg
aus

und selbst wenn man es annimmt dass die HT haare nach x jahre verlorengehen...wer hat sie den
die ganze zeit versorgt :!: ...

ausserdem ist eine parakrine beinflussung der donor haare durch die dht haare nicht
ausgeschlossen

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Blackster](#) on Fri, 02 Jul 2021 17:09:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn der Donor nicht ausdünt, bleiben die transplantierten Haare vorne natürlich auch ein
Leben lang.
Wer also maximal NW4 wird, kann bedenkenlos mehrer HTs machen, aber Fin sollte trotzdem
genommen werden.
Und das mit dem Kaffee und Stress ist doch Quatsch, warum haben Frauen dann keine Glatze ?

Subject: Aw: Wie Stress und Koffein AGA verursachen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 03 Jul 2021 16:07:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Blackster schrieb am Fri, 02 July 2021 19:09 Wenn der Donor nicht ausdünnst, bleiben die transplantierten Haare vorne natürlich auch ein Leben lang.

Wer also maximal NW4 wird, kann bedenkenlos mehrer HTs machen, aber Fin sollte trotzdem genommen werden.

Und das mit dem Kaffee und Stress ist doch Quatsch, warum haben Frauen dann keine Glatze ?
Deswegen:

"Die Östrogene beugen außerdem arteriosklerotischen Gefäßveränderungen vor.

Durch ihre gefäßerweiternde Wirkung verbessern sie besonders die Durchblutung des Herzens."

<https://www.aponet.de/artikel/hormone-der-frau-19202>

Außerdem gibt es sehr wohl auch Frauen mit Glatze. Diese ist nur viel weniger ausgeprägt als bei Männern, eben wegen dem Östrogen.

Und dass die transplantierten Haare ein Leben lang erhalten bleiben stimmt NICHT!

Da brauchst nur bei bei Hairlosstalk zu schauen. Da gibts viele, die ihre transplantierten Haare nach ca. 10 Jahren wieder verloren haben.

Man darf nicht vergessen, dass auch die Blutgefäße mit transplantiert werden.
Und darum gehts.

Die Kopfhaut ist das Areal, wo Haarwachstum von allen Bereichen des Körpers am schwierigsten ist. Nirgendwo anders ist die Haut so hart, der Kopf so schwer und die Muskelkontraktionen so ausgeprägt wie am Schädel.
Deswegen ist das Haarwachstum auf dem Kopf so schwer.

Es ist lange bewiesen, dass die Haare GENAU dort ausgehen, wo die Spannung am höchsten ist.

Wann nehmt ihr das endlich zur Kenntnis?

AGA ist eine Verkalkung von Blutgefäßen in der Kopfhaut. :idea:
