

---

Subject: Kreatin und Haarausfall  
Posted by [Icetea](#) on Wed, 22 Dec 2021 07:06:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ist es so das Kreatin DHT steigen lässt und damit Haarausfall begünstigt?  
Ich kenne eine Studie dazu die allerdings mit wenig Leuten durchgeführt wurde und ist auch die einzige bisher. Dennoch will ich kein Risiko eingehen vorallem weil ich Dutasterid oral ca. 0,5mg jeden zweiten Tag nehme und das ja dann Kontraproduktiv wäre Kreatin einzunehmen?  
Gleichzeitig bräuchte ich es fürs Training, so 3g pro Tag.

Was meint ihr?

---

---

Subject: Aw: Kreatin und Haarausfall  
Posted by [Andree](#) on Wed, 22 Dec 2021 11:32:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

So viel Kreatin kannst du gar nicht zu dir nehmen wie Fin/Dut an DHT hemmt.

---

---

Subject: Aw: Kreatin und Haarausfall  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 22 Dec 2021 14:05:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich nehme auch Kreatin und meinen Haaren tut es nix

---

---

Subject: Aw: Kreatin und Haarausfall  
Posted by [raggetfax](#) on Wed, 22 Dec 2021 17:08:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich bin kein Experte, aber falls es den DHT-Spiegel durch erhöhte Produktion des 5AR-Enzyms erhöht, wird dieser Effekt durch Dut locker abgefangen aufgrund der gigantischen Halbwertszeit.

---

---

Subject: Aw: Kreatin und Haarausfall  
Posted by [Icetea](#) on Wed, 22 Dec 2021 20:54:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

raggetfax schrieb am Wed, 22 December 2021 18:08Ich bin kein Experte, aber falls es den DHT-Spiegel durch erhöhte Produktion des 5AR-Enzyms erhöht, wird dieser Effekt durch Dut locker abgefangen aufgrund der gigantischen Halbwertszeit.

Wie ist das denn mit der Halbwertszeit. Wenn ich Dut nur 0,1mg pro Tag nehmen möchte kann ich ne 0,5mg dut alle 5tage nehmen oder gilt da die Halbwertszeit noch nicht da ich ja noch keine

bestimmte Menge im Blut erreicht habe?

---

---

Subject: Aw: Kreatin und Haarausfall

Posted by [Intoleranz1](#) on Wed, 23 Feb 2022 19:10:58 GMT

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

---

Bin auch interessiert ob es negativen Einfluss hat.

---