
Subject: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 24 May 2022 21:37:22 GMT

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

Selbst hier im Forum haben vor Jahren ein paar Leute den selbsttest gemacht und für ein paar Tage die Lebensmittel stark eingeschränkt und jeder von ihnen sagte das ihr Kopfhaut Jucken und Haarausfall nach Tagen weg bzw. viel weniger waren.

Mir selbst helfen antihistaminika (nur manche, manche garnicht) sehr gegen das Jucken. Leider nicht gut genug. Vielleicht müsste man mehr nehmen oder kombinieren für bessere Wirkung. Das alleine wird aber vermutlich nicht reichen.

Auch andere Sachen die histamin senken helfen extrem.

Leider halte ich so eine histamin arme Ernährung nicht aus und es gibt auch andere Gründe die histamin steigen lassen (Stress zb).

Leute, unter anderem hier im Forum, berichteten nach Tagen Diät das dieses Aga Jucken verschwunden war.

Ich kann das auch bestätigen.

Ich halte das Thema für maßlos unterschätzt und denke man könnte viel weiter sein wenn dies nicht der Fall wäre.

Es ist genau wie bei Aga selbst einfach noch viel zu wenig geklärt.

Aber der Zusammenhang ist eindeutig.

Bei vielen, auch bei mir, fing der Haarausfall zusammen mit Seborrhoischen Ekzem an. Auch dieses verschwindet komplett wenn ich nur eine geringe Anzahl Lebensmittel esse , oder auch garkeine, wie ich in meinen Fasten Selbsttests festgestellt habe.

Man tut immer so als wüsste man schon alles, aber man weiß noch kaum was und hängt immer in den gleich Themen fest und fragt sich wieso man nicht weiterkommt.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 24 May 2022 22:08:53 GMT

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

Meine AGA fing auch mit dem seb. Ekzem an.

Aber ich konnte das Ekzem schnell heilen.

Und zwar mit dem H&S-Shampoo.

Bei mir war die Ursache eine Infektion

der Kopfhaut mit Mikroorganismen.
Vielleicht ist es bei dir auch so?!
Die AGA schritt jedoch trotzdem weiter fort.
Auch ohne Jucken und ohne seb. Ekzem!
Glaube auch nicht, dass jeder
diese Juckreiz- und Ekzem-Probleme hat.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?
Posted by [Intoleranz1](#) on Wed, 25 May 2022 09:18:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe schon soviel Sachen auf der Kopfhaut benutzt. Da müsste schon alles ausgelöscht sein.

Ja, das ist auch so ein Punkt ; wieso hängt es bei manchen mit diesem Jucken zusammen und bei anderen nicht?

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 25 May 2022 23:32:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Wed, 25 May 2022 11:18Habe schon soviel Sachen auf der Kopfhaut benutzt. Da müsste schon alles ausgelöscht sein.

Ja, das ist auch so ein Punkt ; wieso hängt es bei manchen mit diesem Jucken zusammen und bei anderen nicht?

Der gemeinsame Nenner ist die Fibrose.
Beim einen kommt eine Fibrose durch ein Ekzem,
beim anderen durch eine HIT und ein anderer
hat "lediglich" verspannte Muskeln.

Mich wundert aber, dass sich dein Ekzem ausgerechnet auf der Kopfhaut manifestiert hat, wo deine HIT doch systemisch ist.

Bist du auch im HIT-Forum aktiv?

Was sagen die denn so? Wenn es dort nicht mehr AGA-Fälle gibt als unter Nicht-HIT-Betroffenen, ist ein Zusammenhang unwahrscheinlich.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 25 May 2022 23:39:19 GMT

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

PS: Es ist ja bekannt, dass Histamin das DHT um 80% erhöht.

Wahrscheinlich hast du auch eine Durchblutungsstörung in der Kopfhaut, die ohnehin schon zu sehr hohem DHT führt.

Und wenn dann auch noch durch die HIT das DHT bis an die Decke (also Kopfhaut) erhöht wird (im wahrsten Sinne des Wortes), dann hast du deutlich mehr DHT in der Kopfhaut als in anderen Bereichen. Und dieses DHT macht dann Fibrose und AGA.

Hast du es mal mit DHT-Blockern versucht? Dut könnte dir helfen.

Alternativ könntest du auch SHBG erhöhen.

Ich denke, wenn die Durchblutung in der Kopfhaut wiederhergestellt wird und dein SHBG hoch ist, solltest du auch keine AGA haben- trotz HIT :idea:

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 26 May 2022 13:12:03 GMT

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

Auf der Kopfhaut habe ich von histamin das Jucken.

Starkes Schwitzen sonst überall am Körper. Manchmal Jucken auch meine Finger davon. Außerdem habe ich immer so leicht Dauerschnupfen.

Aber wieso hat bei jedem der dieses Jucken auf der Kopfhaut hat die Diät geholfen ? Das ist doch verrückt und der Zusammenhang nicht von der Hand zu Weisen.

Shbg? Was hat es damit auf sich und was wären Möglichkeiten ?

Norwood empfiehlt mir DUT. Ich bin verwirrt.

Habe topisch fin angefangen. Hilft ziemlich gut.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Sonic Boom](#) on Thu, 26 May 2022 14:37:04 GMT

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

Zitat: Norwood empfiehlt mir DUT. Ich bin verwirrt.
Ich würde Dut nicht mal mit der Beißzange anfassen... :x

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?
Posted by [Oceanboy](#) on Thu, 26 May 2022 17:15:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist bei mir auch so mit Histamin, Wenn ich zu viel habe und es starkt juckt dann gehen sofort mehr Haare aus und auch Augenbrauen.
Am wochenende hatte ich Sushi, war irre bin fast explodiert.
Jetzt ebbt es langsam wieder ab.

mir hilft intervallfasten und rein pflanzliche ernährung.

wenn es trotzdem wieder schlimm wird:
2000-3000mg Vit C auf einmal
Bilxaten oder andere Antihistaminika bis 4 am Tag
Pestwurz Extrakt
Omega 3
Kurkuma hochdosiert 1000mg oder mehr
Vit D 10'000 alle paar tage
Dermovate Topical
Augenbrauen hydrokortison creme

Ig ocean

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 26 May 2022 18:15:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Shbg? Was hat es damit auf sich und was wären Möglichkeiten ?

Sexualhormon bindendes Globulin.
Es bindet bevorzugt DHT, aber auch T und e2.
Ein hoher SHBG schützt vor hormonbedingten krankheiten wie Glatze, Akne, BPH ec.
Laut Studien haben Männer mit Glatze geringere SHBG-Spiegel gegenüber Männern ohne Glatze.
35 vs 45 nmol/l.
Wobei auch 35 nicht so wenig ist.
Für einen Arzt wären 35 voll ok.
Aber Männer ohne Glatze haben eben NOCH höhere Werte.

Niedriges SHBG ist eine Gefahr für die Gesundheit.

Zitat:Norwood empfiehlt mir DUT. Ich bin verwirrt.

Nicht unbedingt. Gibt genug andere DHT-Hemmer. Oder das SHBG erhöhen.

Zitat:Habe topisch fin angefangen. Hilft ziemlich gut. Dann ist also doch DHT Schuld und nicht Histamin direkt. Sonst müssten ja auch Frauen mit HIT eine Glatze bekommen.

Habe mal im Ami-Forum geschaut wegen histamin. Also die erfahrungen sind sehr gemischt. Einige sagen, Histamin verschlechtert ihre haare. Aber es gibt auch viele, bei denen Antihistaminika zwar gegen ihre allergien helfen, nicht aber gegen ihre AGA :idea: :!: Hier im Forum haben vor einigen Jahren sehr viele Antihistaminika gegen AGA getestet. Hat aber nix gebracht.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 27 May 2022 07:37:32 GMT

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

Ich sage ja auch das antihistaminika meistens keine Wirkung haben. Es gibt eines das mir hilft und das auch nicht 100%. Vllt könnte man wie gesagt mehr nehmen , aber ich glaube nicht das antihistaminika die Lösung sind. Keiner mit HIT bekommt seine Symptome damit los.

Und ich sage auch nicht das DHT nichts damit zu tun hat, aber das histamin es triggert. Auch bekommt nicht jeder mit HIT Haarausfall.

Man sollte meinen das die trigger die erst dazu führen wichtiger zu behandeln sind, aber irgendwie sieht das kaum Jemand so.

Was macht man denn jetzt gegen dieses Shbg und auch allgemein deiner Meinung nach ?

Edit: Achja. Durchblutung fördern half schon immer gegen das Jucken. Aber wieso genau ist die

Frage. Glaube nicht das es mir an Durchblutung mangelt.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 27 May 2022 09:47:42 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Fri, 27 May 2022 09:37Ich sage ja auch das antihistaminika meistens keine Wirkung haben. Es gibt eines das mir hilft und das auch nicht 100%. Vllt könnte man wie gesagt mehr nehmen , aber ich glaube nicht das antihistaminika die Lösung sind. Keiner mit HIT bekommt seine Symptome damit los.

Und ich sage auch nicht das DHT nichts damit zu tun hat, aber das histamin es triggert. Auch bekommt nicht jeder mit HIT Haarausfall.

Man sollte meinen das die trigger die erst dazu führen wichtiger zu behandeln sind, aber irgendwie sieht das kaum Jemand so.

Was macht man denn jetzt gegen dieses Shbg und auch allgemein deiner Meinung nach ?

Edit: Achja. Durchblutung fördern half schon immer gegen das Jucken. Aber wieso genau ist die Frage. Glaube nicht das es mir an Durchblutung mangelt.

Offensichtlich schon.

Sonst würde ja eine Steigerung der Durchblutung deine Symptome nicht lindern.

Warum machst du dann nicht alles, um die Durchblutung zu erhöhen?

Citrullin schon probiert? Rote Beete?

Capsaicin weitet auch die Gefäße.

Ich hatte schon einige Tage keine Morgenlatte mehr.

Habe ein paar Tage mit Capsaicin pausiert.

Seitdem ich es gestern wieder genommen habe,

ist die Morgenlatte wieder da. Also scheint es die Durchblutung gesteigert zu haben.

Was auch sehr die Durchblutung steigert ist Lecithin-Granulat.

Ich kenne auch einen mit HIT, der sagt, dass alle Symptome weg sind, wenn der H2O2 zu sich nimmt. Aber nach dem absetzen

kommen die Symptome wieder.

Ich denke, das ist auch keine Lösung.

H2O2 ist ein freies Radikal.

Könnte aber auch die Durchblutung fördern.

Auch Borretschöl + Fischöl fördern die Durchblutung

über Prostaglandin E1-Bildung.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 27 May 2022 13:08:34 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 27 May 2022 11:47Intoleranz1 schrieb am Fri, 27 May 2022 09:37Ich sage ja auch das antihistaminika meistens keine Wirkung haben. Es gibt eines das mir hilft und das auch nicht 100%. Vllt könnte man wie gesagt mehr nehmen , aber ich glaube nicht das antihistaminika die Lösung sind. Keiner mit HIT bekommt seine Symptome damit los.

Und ich sage auch nicht das DHT nichts damit zu tun hat, aber das histamin es triggert. Auch bekommt nicht jeder mit HIT Haarausfall.

Man sollte meinen das die trigger die erst dazu führen wichtiger zu behandeln sind, aber irgendwie sieht das kaum Jemand so.

Was macht man denn jetzt gegen dieses Shbg und auch allgemein deiner Meinung nach ?

Edit: Achja. Durchblutung fördern half schon immer gegen das Jucken. Aber wieso genau ist die Frage. Glaube nicht das es mir an Durchblutung mangelt.

Offensichtlich schon.

Sonst würde ja eine Steigerung der Durchblutung deine Symptome nicht lindern.

Warum machst du dann nicht alles, um die Durchblutung zu erhöhen?

Citrullin schon probiert? Rote Beete?

Capsaicin weitet auch die Gefäße.

Ich hatte schon einige Tage keine Morgenlatte mehr.

Habe ein paar Tage mit Capsaicin pausiert.

Seitdem ich es gestern wieder genommen habe,

ist die Morgenlatte wieder da. Also scheint es die Durchblutung gesteigert zu haben.

Was auch sehr die Durchblutung steigert ist Lecithin-Granulat.

Ich kenne auch einen mit HIT, der sagt, dass

alle Symptome weg sind, wenn der H2O2

zu sich nimmt. Aber nach dem absetzen

kommen die Symptome wieder.

Ich denke, das ist auch keine Lösung.

H2O2 ist ein freies Radikal.

Könnte aber auch die Durchblutung fördern.

Auch Borretschöl + Fischöl fördern die Durchblutung über Prostaglandin E1-Bildung.

Ich hab das tatsächlich alles probiert.

So offensichtlich finde ich es nicht. Kann auch einfach sein das die erhöhte Durchblutung irgendwelchen Dreck besser beseitigt, und trotzdem mangelnde Durchblutung nicht der Grund dafür ist.

Die Sachen die du aufgezählt hast erhöhen die Durchblutung auf keinen Fall genug. Hilft mir garnicht.

Niacin Flush hilft. Aber eben extrem kurz nur; aber damit ist das Jucken auch kurz weg. Massagen (extrem) hilft kurz. Vibration hilft kurz.

Mir hilft es sogar enorm viel zu trinken. Das ist aber halt echt auch keine Lösung.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?
Posted by [Oceanboy](#) on Fri, 27 May 2022 15:44:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey

ich habe auch Histamin Intoleranz.

Das einzige was mir wirklich nachhaltig hilt, ist Wasser fasten und Intervall Fasten.

Bei Wasserfasten 2 Wochen lang ist der Körper wie auf Reset.

Gibt auf youtube einen arte film darüber.

Ig ocean

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?
Posted by [Watermelon77](#) on Sat, 28 May 2022 08:56:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Fri, 27 May 2022 17:44hey

ich habe auch Histamin Intoleranz.

Das einzige was mir wirklich nachhaltig hilt, ist Wasser fasten und Intervall Fasten.

Bei Wasserfasten 2 Wochen lang ist der Körper wie auf Reset.

Gibt auf youtube einen arte film darüber.

Ig ocean

ne Ahnung ob das auch bei Mastzell Aktivierungssyndrom hilft ?

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 28 May 2022 11:26:19 GMT

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

Gefastet habe ich auch vor vielen Jahren mehrmals weil ich neugierig war.

Werde ich nie wieder.

Hilft genau so lange bis ich wieder esse.

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 28 May 2022 17:04:34 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Sat, 28 May 2022 13:26Gefastet habe ich auch vor vielen Jahren mehrmals weil ich neugierig war.

Werde ich nie wieder.

Hilft genau so lange bis ich wieder esse.

.. du musst dranbleiben... wie mit so zu sagen allem...

<https://www.youtube.com/watch?v=B3u8Nor-Vws&t=1036s>

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 28 May 2022 17:06:04 GMT

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

Watermelon77 schrieb am Sat, 28 May 2022 10:56Oceanboy schrieb am Fri, 27 May 2022 17:44hey

ich habe auch Histamin Intoleranz.

Das einzige was mir wirklich nachhaltig hilt, ist Wasser fasten und Intervall Fasten.

Bei Wasserfasten 2 Wochen lang ist der Körper wie auf Reset.

Gibt auf youtube einen arte film darüber.

Ig ocean
ne Ahnung ob das auch bei Mastzell Aktivierungssyndrom hilft ?

gut möglich
<https://www.youtube.com/watch?v=B3u8Nor-Vws&t=1036s>

Subject: Aw: Wieso wird der Histamin/ Aga Zusammenhang nicht beachtet ?
Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 25 Nov 2022 22:16:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Testet euer Kupfer, caeruloplasmin und diaminoxidase verdammt.
