

---

Subject: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten

Posted by [Stefan123](#) on Fri, 16 Sep 2022 08:01:55 GMT

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

---

Hallo zusammen,

ich bin Ende 30 und nehme seit 11 Monaten Finasterid, allerdings in unterschiedlichen Mengen:

1. Letzen November: Angefangen mit einer Online-Bestellung und 1mg Fin dann alle 2 Tage genommen.

Haare wurden sofort besser, Haarausfall gestoppt.

2. Im Februar 2022: Zum Hautarzt gegangen, um das Ganze ärztlich zu überwachen. Der Arzt hatte wenig

Ahnung, meinte Fin hat keine NW und ich muss unbedingt 1mg täglich nehmen - neues Rezept bekommen, gesagt, getan 1 mg täglich.

Ergebnis: nach 1-2 Monaten heftiges Shedding, GHW wurden größer. Nach ca. 6-8 Wochen wuchsen die Haare

allerdings wieder nach (eher Flaum?, aber kein Shedding mehr).

3. Ab April 2022: wieder umgestiegen auf 1mg alle 2 Tage, danach noch 1x zwischen 1mg alle 2 Tage und 1mg

jeden Tag gewechselt, inzwischen bin ich seit 3 Monaten auf 1 mg alle 2 Tage.

4. Ab Juli/August 2022: heftiges Shedding. Die Kopfhaut juckt ständig, ich hatte noch nie so große GHE und habe

keine Ahnung, woran es liegt. Inzwischen unterstütze ich etwas mit Minoxidil/Regaine, was weder positive noch negativ viel bewirkt hat.

Meine Frage: Ich werde eh bald zum Arzt gehen und mal DHT und Hormone testen lassen um sicherzugehen, dass

ich keine Up-Regulation von DHT habe. Hat jemand sonst Erfahrungen, wonach dieser krasse Shed nach 7-8 Monaten liegen könnte, der bis jetzt anhält?

Danke für eure Auskunft ;)

---

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten

Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 08:28:58 GMT

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

---

Stefan123 schrieb am Fri, 16 September 2022 10:01Hallo zusammen,

ich bin Ende 30 und nehme seit 11 Monaten Finasterid, allerdings in unterschiedlichen Mengen:

1. Letzen November: Angefangen mit einer Online-Bestellung und 1mg Fin dann alle 2 Tage genommen.

Haare wurden sofort besser, Haarausfall gestoppt.

2. Im Februar 2022: Zum Hautarzt gegangen, um das Ganze ärztlich zu überwachen. Der Arzt hatte wenig Ahnung, meinte Fin hat keine NW und ich muss unbedingt 1mg täglich nehmen - neues Rezept bekommen, gesagt, getan 1 mg täglich.  
Ergebnis: nach 1-2 Monaten heftiges Shedding, GHW wurden größer. Nach ca. 6-8 Wochen wuchsen die Haare allerdings wieder nach (eher Flaum?, aber kein Shedding mehr).

3. Ab April 2022: wieder umgestiegen auf 1mg alle 2 Tage, danach noch 1x zwischen 1mg alle 2 Tage und 1mg jeden Tag gewechselt, inzwischen bin ich seit 3 Monaten auf 1 mg alle 2 Tage.

4. Ab Juli/August 2022: heftiges Shedding. Die Kopfhaut juckt ständig, ich hatte noch nie so große GHE und habe keine Ahnung, woran es liegt. Inzwischen unterstütze ich etwas mit Minoxidil/Regaine, was weder positive noch negativ viel bewirkt hat.

Meine Frage: Ich werde eh bald zum Arzt gehen und mal DHT und Hormone testen lassen um sicherzugehen, dass ich keine Up-Regulation von DHT habe. Hat jemand sonst Erfahrungen, wonach dieser krasse Shed nach 7-8 Monaten liegen könnte, der bis jetzt anhält?

Danke für eure Auskunft ;)

Der von dir geschilderte Zeitraum fuer shedding und Upregulation ist bißchen kurz...

Mir sind vor 17 Jahren mal nach c a 3 Monaten 300 Haare tgl durch Avo u Spiro ausgegangen.

Kamen doppelt so dick zurück.

Denke das du unabhängig von Fin einen Schub hattest.  
Dann kannst du aber davon ausgehen das der ohne Fin schlimmer ausgefallen wäre.

Oder die 5ar 1 hat sich durch das selektive hemmen der 5ar 2 stark erhöht.  
Dann müsstest du auf Dutasterid umsteigen, denn das hemmt beide isoenzyme.

Lass erstmal DHT checken.

Gruss  
F

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Stefan123](#) on Fri, 16 Sep 2022 08:49:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für deine Antwort.

Wäre natürlich möglich, dass ich sowieso einen Schub gehabt hätte, aber die Geschwindigkeit und Menge des Haarausfalls im Zusammenhang mit Fin ist schon auffällig - mehr geht eigentlich gar nicht.

Und zwischendrin hatte ich wie gesagt Nachwuchs, der aber aufgehört hat und jetzt kommt ein sehr starkes Shedding.

Könntest du das mit 5ar 1 und 2 vielleicht genauer erklären?

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 16 Sep 2022 09:02:59 GMT

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

5ar 1 ist irrelevant. Jucken ist nie ein gutes Zeichen. Trotz Fin können einem die Haare ausgehen, ist leider so.  
Vergleichsfotos wären auch nicht schlecht.

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 09:09:51 GMT

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

Stefan123 schrieb am Fri, 16 September 2022 10:49: Danke für deine Antwort.

Wäre natürlich möglich, dass ich sowieso einen Schub gehabt hätte, aber die Geschwindigkeit und Menge des Haarausfalls im Zusammenhang mit Fin ist schon auffällig - mehr geht eigentlich gar nicht.

Und zwischendrin hatte ich wie gesagt Nachwuchs, der aber aufgehört hat und jetzt kommt ein sehr starkes Shedding.

Könntest du das mit 5ar 1 und 2 vielleicht genauer erklären?

Fin hemmt DHT.

DHT wird von 2 separaten Isoenzymen aus Testosteron erzeugt.

Der 5 alpha Reduktase Typ 1 und der 5ar Typ 2.

Die 5ar Typ 1 ist primär in der Kopfhaut frontal vorhanden, also Stirn und Glatze Bereich.

Fin hemmt nur die 5ar Typ 2.

Die ist zwar auch vorne, aber nicht so stark wie Typ 1.

Durch die selektive Hemmung der 5ar typ2, kann es zu einem stärkeren aufkommen der 5ar Typ 1 kommen, wenn man vereinfacht gesagt dazu neigt diese frontal vermehrt zu beitzen. Theoretisch könnte das Ghe begünstigender, und auch seborrhische Geschichten erzeugen, da auch die Talgdruesenstimulation ein Fall fuer Typ 1 ist.

Ich hab z. B damals Akne durch Fin bekommen.

Avodart hemmt beide isoenzymen, Typ 1 und typ2.

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 09:41:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

5ar 1 ist irrelevant.

Oh shit..... :roll:

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 16 Sep 2022 10:01:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank1970 schrieb am Fri, 16 September 2022 11:41

5ar 1 ist irrelevant.

Oh shit..... :roll:

Du bist immer so schlau Frankiboy. Zeig mir mal die Anwender, die reihenweise profitiert haben vom Wechsel von Fin auf Dut. Bin selbst schon 15 Jahre dabei und mir ist kein Thread bekannt. Dut hemmt etwas stärker die 5ar2 und hat eine längere HWZ, das wird den etwas größeren Nutzen ausmachen. Aber das die 5ar1 eine große Rolle spielt, geistert schon seit Jahrzehnten durchs Forum und wurde sogar durch eine Studie mit einem reinen 5ar1 Hemmer verneint. Aber du hast doch versprochen, du machst mal einen eigenen Thread auf. Mich würde ja dein

Status und deine Erfolge schon brennend interessieren.

---

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten

Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 10:47:04 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Fri, 16 September 2022 12:01Frank1970 schrieb am Fri, 16 September 2022 11:41

5ar 1 ist irrelevant.

Oh shit..... :roll:

Du bist immer so schlau Frankiboy. Zeig mir mal die Anwender, die reihenweise profitiert haben vom Wechsel von Fin auf Dut. Bin selbst schon 15 Jahre dabei und mir ist kein Thread bekannt. Dut hemmt etwas stärker die 5ar2 und hat eine längere HWZ, das wird den etwas größeren Nutzen ausmachen. Aber das die 5ar1 eine große Rolle spielt, geistert schon seit Jahrzehnten durchs Forum und wurde sogar durch eine Studie mit einem reinen 5ar1 Hemmer verneint. Aber du hast doch versprochen, du machst mal einen eigenen Thread auf. Mich würde ja dein Status und deine Erfolge schon brennend interessieren.

Hallo

[https://www.researchgate.net/publication/321354977\\_5a-Reductase\\_isozymes\\_and\\_aromatase\\_mRNA\\_levels\\_in\\_plucked\\_hair\\_from\\_young\\_women\\_with\\_female\\_pattern\\_hair\\_loss](https://www.researchgate.net/publication/321354977_5a-Reductase_isozymes_and_aromatase_mRNA_levels_in_plucked_hair_from_young_women_with_female_pattern_hair_loss)

[https://www.researchgate.net/publication/321354977\\_5a-Reductase\\_isozymes\\_and\\_aromatase\\_mRNA\\_levels\\_in\\_plucked\\_hair\\_from\\_young\\_women\\_with\\_female\\_pattern\\_hair\\_loss](https://www.researchgate.net/publication/321354977_5a-Reductase_isozymes_and_aromatase_mRNA_levels_in_plucked_hair_from_young_women_with_female_pattern_hair_loss)

have also found that only 5 alpha-R1 or 5 alpha-R1/R2 inhibitors were able to inhibit 5 alpha-reductase activity in plucked hairs from female volunteers or in freshly isolated female hair follicles, selective 5 alpha-R2 inhibitors being inactive.

[https://www.researchgate.net/publication/11404262\\_Type-1\\_steroid\\_5a-reductase\\_is\\_functionally\\_active\\_in\\_the\\_hair\\_follicle\\_as\\_evidenced\\_by\\_new\\_selective\\_inhibitors\\_of\\_either\\_type-1\\_or\\_type-2\\_human\\_steroid\\_5a-reductase](https://www.researchgate.net/publication/11404262_Type-1_steroid_5a-reductase_is_functionally_active_in_the_hair_follicle_as_evidenced_by_new_selective_inhibitors_of_either_type-1_or_type-2_human_steroid_5a-reductase)

Die spielt schon eine Rolle..

Vill sogar eine grosse... Kann niemand wissen.

Pseudohermaphroditen mit selektiven 5ar2 Mangel zaehlen nicht wirklich, da zwar keine Ghe,

bzw erstaunlich guter Ansatz bis ins hohe Alter, aber halt angeborener Defizit.

Wenn du 15 Jahre dabei bist, dann muss ich dir ja sicher nicht die Studien zeigen, die belegen das Avodart dem Finasterid deutlich überlegen ist.

Wenn Avo bei einigen nicht gut wirkt... Sind auch m. E viele, dann hat das andere Gründe. DHT ist bei weitem nicht alles!

Dieser Hemmer... Die stoppen primaer HA, das aber auch nur bedingt. Bei ganz jungen Männern mit gerade beginnender AGA, können sie wahre Wunder bewirken.

Ich nehme ja auch nicht nur AVO

Wenn ich bald mal Zeit habe, altes Bildmaterial von meinem alten PC zu suchen, schreib ich auch mal meine Geschichte ganz detailliert auf.

Soviel vorab

Mein Haar ist in mehr als 20 Jahren primaer nur gealtert. Ergraut, und nicht mehr so schöne Struktur.

Das einzige was weg ist, sind c. A 10 Haare in jeder Ghe.. Wenn überhaupt. Eher leicht ausgeduennt.

Zeugnis der sehr guten Wirkung ist die Tatsache das das Fragment meiner kinderhaarlinie noch dunkel und gut sichtbar ist.

Würde was nicht wirken, wäre die schon längst weg.

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 10:56:12 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Fri, 16 September 2022 12:47Christian24 schrieb am Fri, 16 September 2022 12:01Frank1970 schrieb am Fri, 16 September 2022 11:41

5ar 1 ist irrelevant.

Oh shit..... :roll:

Du bist immer so schlau Frankiboy. Zeig mir mal die Anwender, die reihenweise profitiert haben vom Wechsel von Fin auf Dut. Bin selbst schon 15 Jahre dabei und mir ist kein Thread bekannt. Dut hemmt etwas stärker die 5ar2 und hat eine längere HWZ, das wird den etwas größeren Nutzen ausmachen. Aber das die 5ar1 eine große Rolle spielt, geistert schon seit Jahrzehnten durchs Forum und wurde sogar durch eine Studie mit einem reinen 5ar1 Hemmer verneint. Aber du hast doch versprochen, du machst mal einen eigenen Thread auf. Mich würde ja dein

Status und deine Erfolge schon brennend interessieren.

Hallo

[https://www.researchgate.net/publication/321354977\\_5a-Reductase\\_isozymes\\_and\\_aromatase\\_mRNA\\_levels\\_in\\_plucked\\_hair\\_from\\_young\\_women\\_with\\_female\\_pattern\\_hair\\_loss](https://www.researchgate.net/publication/321354977_5a-Reductase_isozymes_and_aromatase_mRNA_levels_in_plucked_hair_from_young_women_with_female_pattern_hair_loss)

[https://www.researchgate.net/publication/321354977\\_5a-Reductase\\_isozymes\\_and\\_aromatase\\_mRNA\\_levels\\_in\\_plucked\\_hair\\_from\\_young\\_women\\_with\\_female\\_pattern\\_hair\\_loss](https://www.researchgate.net/publication/321354977_5a-Reductase_isozymes_and_aromatase_mRNA_levels_in_plucked_hair_from_young_women_with_female_pattern_hair_loss)

have also found that only 5 alpha-R1 or 5 alpha-R1/R2 inhibitors were able to inhibit 5 alpha-reductase activity in plucked hairs from female volunteers or in freshly isolated female hair follicles, selective 5 alpha-R2 inhibitors being inactive.

[https://www.researchgate.net/publication/11404262\\_Type-1\\_steroid\\_5a-reductase\\_is\\_functionally\\_active\\_in\\_the\\_hair\\_follicle\\_as\\_evidenced\\_by\\_new\\_selective\\_inhibitors\\_of\\_either\\_type-1\\_or\\_type-2\\_human\\_steroid\\_5a-reductase](https://www.researchgate.net/publication/11404262_Type-1_steroid_5a-reductase_is_functionally_active_in_the_hair_follicle_as_evidenced_by_new_selective_inhibitors_of_either_type-1_or_type-2_human_steroid_5a-reductase)

Die spielt schon eine Rolle..

Vill sogar eine grosse... Kann niemand wissen.

Pseudohermaphroditen mit selektiven 5ar2 Mangel zaehlen nicht wirklich, da zwar keine Ghe, bzw erstaunlich guter Ansatz bis ins hohe Alter, aber halt angeborener Defizit.

Wenn du 15 Jahre dabei bist, dann muss ich dir ja sicher nicht die Studien zeigen, die belegen das Avodart dem Finasterid deutlich überlegen ist.

Wenn Avo bei einigen nicht gut wirkt... Sind auch m. E viele, dann hat das andere Gründe. DHT ist bei weitem nicht alles!

Dieser Hemmer... Die stoppen primaer HA, das aber auch nur bedingt. Bei ganz jungen Männern mit gerade beginnender AGA, können sie wahre Wunder bewirken.

Ich nehme ja auch nicht nur AVO

Wenn ich bald mal Zeit habe, altes Bildmaterial von meinem alten PC zu suchen, schreib ich auch mal meine Geschichte ganz detailliert auf.

Soviel vorab

Mein Haar ist in mehr als 20 Jahren primaer nur gealtert. Ergraut, und nicht mehr so schöne Struktur.

Das einzige was weg ist, sind c. A 10 Haare in jeder Ghe.. Wenn überhaupt. Eher leicht ausgeduennt.

Zeugnis der sehr guten Wirkung ist die Tatsache das das Fragment meiner kinderhaarlinie noch dunkel und gut sichtbar ist.

Würde was nicht wirken, wäre die schon längst weg.

Ich bin lange.. Also fast 16 Jahre mit Avo und nur 100 mg Spiro hingekommen.  
100 mg ist wenig.. Transsexuelle nehme 300 mg plus E2 plus manchmal noch Fin.  
Spiro allein hatte mir sehr wahrscheinlich nicht so gut geholfen... Schätze ich.  
Also muss ein grossteil der Wirkung durch Avo entstanden sein.

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 16 Sep 2022 11:03:16 GMT

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

[https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/454809/?srch=5ar1#msg\\_454809](https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/454809/?srch=5ar1#msg_454809)

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 11:35:10 GMT

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

Christian24 schrieb am Fri, 16 September 2022

13:03[https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/454809/?srch=5ar1#msg\\_454809](https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/454809/?srch=5ar1#msg_454809)

Nehmen wir mal theoretisch an das es Relevanz hat...

Dein Wiki Artikel....

Dann wäre ein Einfluss der 5ar1 auf die Sebozyten vor Ort trotzdem AGA beguenstigend Denn eine hyperplasie(Vergrößerung) der Sebozyten, die auch nochmal DHT erzeugt, ist ein Teil der lokalen AGA Pathogenese.

Wie damals schon Klaus Kinski sagte gibt es mittlerweile neuere Erkenntnisse

Letztendlich aber, ist Villeich die gesamt DHT Hemmung primär entscheidend.

Denn die hormonellen Veränderungen die dadurch Systemisch und lokal entstehen, begünstigen einen Gewebsumbau der dann erst die Versorgung des Haarfollikels verbessert, der ja letztendlich nur ein Hautanhaengsel ist.

Mit dem Haarfollikel selbst hat DHT Hemmung strenggenommen eher wenig zu tun. Das ist teilweise ein Irrglaube.

Bei Zellkulturexperimenten wird vergessen das diese das umliegendev Gewebe ersetzen.

Trotz allem muss unabhängig davon was jetzt besser wirkt, in Betracht gezogen werden, das

Finasterid bei Einigen Anwendern, über ein vermehrte Aufkommen der 5ar 1, (eine eigentlich logische Reaktion) schäden im Frontalen Gewebe verursachen kann.

Z. B über hyperplasie der Sebozyten oder Lipidabbau.

Z. B ist die Rolle der 5ar 1 in den Lipiden noch weitgehend offen.

Oder nehmen wir mal die Insulin Sensitivität.

Avo kann insulinresistent machen.

Das ausschließlich über die 5alpha r1.

Dazu gibt es viele studien

Z. B

<https://academic.oup.com/jcem/article/99/8/E1397/2537366>

I'm Umkehrschluss laesst sich aber annehmen das DHT im entzündeten Gewebe Insulin und IGF1 Resistenz erzeugt, und ein 5ar1 Hemnstoff das korrigiert.

Daten dazu habe ich nicht.. Ist also Theorie.

Aber man sieht das die 5 alpha R1 noch nicht ausreichend erforscht ist.

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 11:56:34 GMT

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

Ich sehe gerade..

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26855069/>

Typ 1 ist im subcutanen Fett präsent.

Das duerfte nicht gut sein...

Wenn jemand durch Avo leicht zunimmt, was unter Fin nicht so war,.. Konnte das bei Ausschluss einer IR ein Vorteil sein

---

Subject: Aw: Juckende Kopfhaut und starkes Shedding nach 9 Monaten  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 11:57:02 GMT

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

Frank1970 schrieb am Fri, 16 September 2022 13:56Ich sehe gerade..

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26855069/>

Typ 1 ist im subcutanen Fett präsent.  
Das duerfte nicht gut sein...

Wenn jemand durch Avo leicht zunimmt, was unter Fin nicht so war,.. Konnte das bei Ausschluss einer IR ein Vorteil sein

---

Subject: Aw: @threadersteller  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 12:31:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dein Shedding im August kann auch saisonal bedingt gewesen sein.  
Ist die typische Jahreszeit.

Tu dir selbst ein Gefallen, und nimm Fin wenigstens tgl.  
Die plaenkerei macht nur Schaeden.

Trotz aller bisherigen kontroversen in diesem Thread.....  
Selbst Christian hat eine Studie eingestellt die belegt das die 5 alpha R 1 stark auf die Talgdrüsen wirkt.  
Sollte also das Haar unter Fin auch etwas fettiger sein, dann würde das ggf auch das Jucken durch einen Einfluss der 5ar1 erklaren.

---

Subject: Aw: @threadersteller  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 16 Sep 2022 13:44:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Er schreibt ja nichts von Problemen mit der Kopfhaut außer dem Jucken.  
Btw ich hab selbst letztes Jahr von Fin auf Dut gewechselt. Das Jucken blieb gleich. Auch der Haarausfall blieb konstant. Eventuell wurde das vorhandene Haar etwas dicker, kann aber auch nur ein subjektiver Eindruck sein.

Die Trichodynie trifft ein paar von uns und sie ist leider viel zu wenig erforscht. Ich leide an dem Dreck seit genau eineinhalb Jahren und sie geht nicht weg. Ein paar Mittelchen schaffen Linderung aber keine Heilung. Und ich hab wirklich alle Substanzen durch die es gibt.

Wie schaffst du es eigentlich bei Avo + 200mg Spiro keine Gyno zu bekommen? Ich mein die Wahrscheinlichkeit dafür liegt doch bei weit über 50%. Achtest du auf deine Ernährung (Kalium)?

Subject: Aw: @threadersteller

Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 14:30:56 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Fri, 16 September 2022 15:44Er schreibt ja nichts von Problemen mit der Kopfhaut außer dem Jucken.

Btw ich hab selbst letztes Jahr von Fin auf Dut gewechselt. Das Jucken blieb gleich. Auch der Haarausfall blieb konstant. Eventuell wurde das vorhandene Haar etwas dicker, kann aber auch nur ein subjektiver Eindruck sein.

Die Trichodynie trifft ein paar von uns und sie ist leider viel zu wenig erforscht. Ich leide an dem Dreck seit genau eineinhalb Jahren und sie geht nicht weg. Ein paar Mittelchen schaffen Linderung aber keine Heilung. Und ich hab wirklich alle Substanzen durch die es gibt.

Wie schaffst du es eigentlich bei Avo + 200mg Spiro keine Gyno zu bekommen? Ich mein die Wahrscheinlichkeit dafür liegt doch bei weit über 50%. Achtest du auf deine Ernährung (Kalium)?

Früher hab ich kaliumreiche Ernährung weggelassen.

Seit ich gemerkt habe das meine Werte immer ok waren, Decke ich den vollen Tagesbedarf ab. Auch dabei war alles ok.

Hyperkalkaemie unter Spiro kommt meist erst im höheren Alter, oder bei Nierenproblemen.

Hatte paar mal leichte Gyno s

Hab low carb gegessen, und mehr trainiert. Dann würde die besser.

Als ich 45 War, kam die bei einem Gewicht von 74 Kilo bei 1,84 g, gar nicht mehr unter Avo plus 100 mg Spiro.

Jetzt unter 200 mg ist die Brust wieder weicher.

Aber stört mich nicht.

Wirke trotzdem relativ durchtrainiert.

Keine Ahnung ob er Trichodynie oder Sebum Excess hat?

Trichodynie...

6 Gramm Cheyenne Pfeffer tgl 2 mal 3 Gramm.

Wie komme ich darauf...?

Ich nehme das seit 3 Monaten.

Hatte vorher sogar nachts Kopfhaut jucken, und helle Stellen an der Front.

Ein miserable Kopfhautmilioe.

Mein Jucken ist komplett weg... Gar nichts mehr..

Ich meine auch das es sowas wie Studien zu Capsaicin und Kopfhaut Problemen gibt.

Da es auch auf Schmerzrezeptoren und Substance P wirkt, liegt es sehr nahe das es auch gegen Trichodynie wirken koennte.

Garantieren kann ich das natürlich nicht., aber ausprobieren kostet im wahrsten Sinne des Wortes nichts.

Kopfhaut Probleme kommen fast immer von Defekten der Subkutis.  
Und genau dort wirkt Capsaicin.

Kann gut sein das Haar unter Duta dicker wird  
Bei mir war das eindeutig so.  
Man sollte sowas peinlichst genau beobachten.  
Immer im Tageslicht, denn das luegt nicht.

---

Subject: Aw: @threadersteller  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 14:36:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<https://www.intechopen.com/chapters/543506>

Hab ich mir gedacht.

Capsaicin ist sogar schon in der Praxis gegen Trichodynie bekannt.

Ich vermute stark das es sehr ursächlich, oder Ursachen she wirkt solange es genommen wird.  
Ob es nachhaltig heilt weiß ich nicht

---

Subject: Aw: @threadersteller  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 15:00:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[https://www.researchgate.net/publication/225719937\\_Topische\\_Anwendung\\_von\\_Capsaicin\\_in\\_der\\_Dermatologie\\_zur\\_Therapie\\_von\\_Juckreiz\\_und\\_Schmerz](https://www.researchgate.net/publication/225719937_Topische_Anwendung_von_Capsaicin_in_der_Dermatologie_zur_Therapie_von_Juckreiz_und_Schmerz)

---

Subject: Aw: @threadersteller  
Posted by [Stefan123](#) on Fri, 16 Sep 2022 15:30:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank bis hierhin.

Dass es saisonal bedingt ist glaube ich eigentlich nicht - es ist wie gesagt ein ziemlich starkes Shedding. Ich kann auch mal vorher-nachher Bild hochladen aber im Endeffekt sieht man halt, dass die Geheimratsecken um einiges größer geworden sind.

Gibt es dieses 10-Monats-Shedding bei Fin, hat hier jemand Erfahrungen? Oder kann es an etwas anderem liegen?

Der Wechsel von 1x1gr/Tag auf 1x1gr alle 2 Tage hat evtl. den Hormonhaushalt durcheinander gebracht, aber ich bin anfangs mit 1Gr alle 2 Tage eben sehr gut gefahren. Falls jemand noch Erfahrungen oder Tipps hat bin ich dankbar.

---

---

Subject: Aw: @threadersteller  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 16 Sep 2022 20:17:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Topisch ist halt doch noch was anderes und möchte ich eigentlich nicht versuchen. Oral habe ich derartige Mengen noch nicht probiert. Ein Versuch kann ja mal nicht schaden.

---

---

Subject: Aw: @threadersteller  
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 16 Sep 2022 20:31:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Fri, 16 September 2022 22:17Topisch ist halt doch noch was anderes und möchte ich eigentlich nicht versuchen. Oral habe ich derartige Mengen noch nicht probiert. Ein Versuch kann ja mal nicht schaden.

Topisch rate ich ab!

Kann in zu hohen Dosen direkt vor Ort auch Haar wuchs hemmen.

Oral nicht.. Oral kann man es nur richtig machen.  
Hier gab es ja sichere Studien

---