
Subject: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sun, 13 Nov 2022 22:44:30 GMT

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

hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?

das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 14 Nov 2022 00:37:13 GMT

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

Männer mit AGA haben laut einer Studie erhöhtes DHEA.

Daher würde ich das nicht auch noch mir einverleiben.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Patrick_Bateman](#) on Mon, 14 Nov 2022 11:12:07 GMT

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

Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?

das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe

- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Jeder der sich deine Beiträge aus der Vergangenheit hier durchgelesen hat, wird wissen das du eine Reihe von Problemen physischer und psychischer Natur hast, welche mit diversen Mitteln versuchst zu bekämpfen und offensichtlich weder für die einen, noch die anderen eine Lösung gefunden hast.

Deine Liste an Mitteln (ich weiss nicht ob es noch so viele sind wie in der Vergangenheit) nun noch mit den einer Hormon Therapie zu erweitern, schreit förmlich nach einem Unglück.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike](#). on Mon, 14 Nov 2022 12:11:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?

Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 12:42:00 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 13:11Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?

Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

hi mike,

anbei Fotos von den Dosierungen:

DHEA 50 mg wäre okay? also 100 mg every other day

Was heisst ich feminiere? Ich will einfach keine Brüste, dann müsste man tiefer dosieren?

DHEA wäre für die Fibro Therapie sehr wichtig.

<https://imgur.com/a/andCrpd>

<https://imgur.com/a/grie6Hg>

<https://imgur.com/a/K6M9XwT>

Ig OC8AN

Subject: Aw: Hormone

Posted by [REMOLAN](#) on Mon, 14 Nov 2022 13:14:48 GMT

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

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 13:42mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 13:11Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht

ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?

Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

hi mike,

anbei Fotos von den Dosierungen:

DHEA 50 mg wäre okay? also 100 mg every other day

Was heisst ich feminiere? Ich will einfach keine Brüste, dann müsste man tiefer dosieren?

DHEA wäre für die Fibro Therapie sehr wichtig.

<https://imgur.com/a/andCrpd>

<https://imgur.com/a/grie6Hg>

<https://imgur.com/a/K6M9XwT>

Ig OC8AN

50mg Testosteron als Gel klingen grundsätzlich vernünftig. Aber auch hier sollte man nicht mit der vollen Dosis anfangen, sondern erst mal vllt 50%, 75%, 100%...

Typische Testo-Kuren haben pro Woche 100-200mg (allerdings per Injektion dh man nimmt damit wohl etwas mehr auf als mit Gel) je nachdem welcher -Ester es ist. Ideal ist es, wenn es eher langsam freigesetzt wird damit ein stabiler Spiegel verfügbar ist.

Hast du für all die Hormone bereits Blutwerte bestimmen lassen? Im Idealfall 2 verschiedene Male.

Ich kenne das, wenn sich tatsächliche Körperliche Probleme sei es veranlagt, oder extern zugefügt dann mit psychischen Belastungen vermischen und man oft nicht mehr weiß, wo etwas angefangen hat.

Dinge wie Fastenkuren können wertvoll sein, aber können einen auch zusätzlich schwächen... Es ist so schwierig genau das gesunde Maß zu finden.

Meine Meinung ist, man sollte auf dem Weg wieder gesund oder gesünder zu werden eine Prioritätenliste machen und die größten Themen zuerst verändern. Nicht alles auf einmal.

Bei mir ist es zB die Schlafqualität. Viel wichtiger noch, als spezifische Ernährung Sport und Supplemente... Wollte ich lang nicht wahrhaben, aber alle anderen Dinge haben bisher nicht wirklich funktioniert, weil ich fast immer irgendwelche Schlafstörungen hatte, teils selbst verschuldet.

Momentan arbeite ich an der Optimierung des Schlafrumes, inklusive gezielter Supplemente die die Eigenproduktion vom Serotonin und Melatonin ankurbeln. Melatonin lieber nicht regelmäßig zum Schlafen verwenden, sondern Vorstufen. Daraus sollte eine bessere Regeneration resultieren, insbesondere hormonell und nervlich.

Wie ist dein Schlaf von Dauer und Qualität her?

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 13:23:27 GMT

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

REMOLAN schrieb am Mon, 14 November 2022 14:14Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 13:42mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 13:11Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?

Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

hi mike,

anbei Fotos von den Dosierungen:

DHEA 50 mg wäre okay? also 100 mg every other day

Was heisst ich feminiere? Ich will einfach keine Brüste, dann müsste man tiefer dosieren?

DHEA wäre für die Fibro Therapie sehr wichtig.

<https://imgur.com/a/andCrpd>

<https://imgur.com/a/grie6Hg>

<https://imgur.com/a/K6M9XwT>

Ig OC8AN

50mg Testosteron als Gel klingen grundsätzlich vernünftig. Aber auch hier sollte man nicht mit der vollen Dosis anfangen, sondern erst mal vllt 50%, 75%, 100%...

Typische Testo-Kuren haben pro Woche 100-200mg (allerdings per Injektion dh man nimmt damit wohl etwas mehr auf als mit Gel) je nachdem welcher -Ester es ist. Ideal ist es, wenn es eher langsam freigesetzt wird damit ein stabiler Spiegel verfügbar ist.

Hast du für all die Hormone bereits Blutwerte bestimmen lassen? Im Idealfall 2 verschiedene Male.

Ich kenne das, wenn sich tatsächliche Körperliche Probleme sei es veranlagt, oder extern zugefügt dann mit psychischen Belastungen vermischen und man oft nicht mehr weiß, wo etwas angefangen hat.

Dinge wie Fastenkuren können wertvoll sein, aber können einen auch zusätzlich schwächen... Es ist so schwierig genau das gesunde Maß zu finden.

Meine Meinung ist, man sollte auf dem Weg wieder gesund oder gesünder zu werden eine Prioritätenliste machen und die grössten Themen zuerst verändern. Nicht alles auf einmal. Bei mir ist es zB die Schlafqualität. Viel wichtiger noch, als spezifische Ernährung Sport und Supplemente... Wollte ich lang nicht wahrhaben, aber alle anderen Dinge haben bisher nicht wirklich funktioniert, weil ich fast immer irgendwelche Schlafstörungen hatte, teils selbst verschuldet.

Momentan arbeite ich an der Optimierung des Schlafrumes, inklusive gezielter Supplemente die die Eigenproduktion vom Serotonin und Melatonin ankurbeln. Melatonin lieber nicht regelmäßig zum Schlafen verwenden, sondern Vorstufen. Daraus sollte eine bessere Regeneration resultieren, insbesondere hormonell und nervlich.

Wie ist dein Schlaf von Dauer und Qualität her?

Hi REMOLAN,

Schlaf ist manchmal ok aber meist nicht gut auf Grund der enormen starken Schmerzen. Die habe ich jetzt seit Auslösung der Fibromyalgie dauerhaft.

4h- 5h.

Wenns besser ist schaffe ich bis zu 6 oder 7h.

Lg OC8AN

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 14:13:08 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 13:11Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?

Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

1 g ist wohl 10mg gemeint jeweils

DHEA 50 mg wäre okay? also 100 mg every other day oder besser nur 25mg?

Was heisst ich feminiere? Ich will einfach keine Brüste...

<https://imgur.com/a/andCrpd>

<https://imgur.com/a/grie6Hg>

<https://imgur.com/a/K6M9XwT>

Ig OC8AN

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 14:25:05 GMT

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

Ich schau mir das am Abend genauer an und melde mich dann

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 14:42:09 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 15:25

Ich schau mir das am Abend genauer an und melde mich dann

:thumbup: :thumbup:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 18:25:29 GMT

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

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 15:13mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 13:11Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?

Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

1 g ist wohl 10mg gemeint jeweils

DHEA 50 mg wäre okay? also 100 mg every other day oder besser nur 25mg?

Was heisst ich feminiere? Ich will einfach keine Brüste...

<https://imgur.com/a/andCrpd>

<https://imgur.com/a/grie6Hg>

<https://imgur.com/a/K6M9XwT>

Ig OC8AN

eines davon ist estrogel (das gleich verwende ich auch - 2 hub tgl = 1,5 mg E2 --> 250+/- pg/ml E2 (Frauenniveau))

du hast das ohne F64.0 Diagnosen vom Arzt bekommen? - respekt :applaus:

ich musste ca 12-16x zu versch. Psychologen und Therapeuten in Frauenkleider kommen, um an ein E2 Rezept vom Hausarzt zu kommen .. anders hätte er mir das nicht verschrieben

die Haare würden davon sehr profitieren.

mit 2x 1/2 Hub wären die Werte niedriger..aber noch immer feminin

ich habe den verdacht, dass Dir das sehr gut tun würde (weiblich wird man von Hormonen eh nicht.. max androgyn (du bst eh eher androgyn? - das wäre perfekt)) .. musst schauen, ob eine gyno kommt... du kannst dann eh reduzieren

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 18:28:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

vom Estriol kannst du nehmen, was der arzt sagt..
mehr oder weniger

da kann nichts negatives passieren

wo gibst du das hin? auf die stirn?

im brustbereich würde es vor einer gyno schützen

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 18:35:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn du testogel auch noch dazu gibst

verlierst du alle haare und die kopfhaut verbrennt

du musst hier höllisch aufpassen
:!:

5g Testogel = 50 mg T wirkstoff = runterdosieren auf
max 0,75 mg T Wirkstoff pro tag (es erhöht stark Testosteron und ggf DHT)

etwas zuviel und eine SE kommt

hohes E2 und hohes T verträgt sich nicht

das gleiche testogel habe ich auch..jedoch nun paisiert wg neuen haarausfall und
geheimratseckenlichtung

dank pilos in einer spritze und fein dosiert..(damit kann ich später arbeiten)

mit dem Testo musst du momentan pausieren/liegen lassen (weiter Rezept vom Arzt holen und
zuhauselagern)

du brauchst es erst, wenn Testo. ev wg hohen E2, unter dem bereich der frau ist (<400 pg/ml
GesT)

dann tut das gut und erhält Muskeln....

ansonsten.... Momentan finger weg von exogen Testo

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 18:38:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Testo umfüllen in spritze

deckel drauf. fertig

deckel=

<https://www.amazon.de/Spritzen-Kunststoff-Schraub-Spender-Industrie-Klebstoff/dp/B07TXVDJJ>

H/ref=asc_df_B07TXVDJJH/?tag=googshopde-21&linkCode=df0&hvadid=499257187362&hvpos=&hvnetw=g&am
p;hvrnd=2352424484294595240&hvpone=&hvptwo=&hvqmt=&hvdev=c&hvdvcmidl=&hvlocint=&
hvlocphy=1000857&hvtargid=pla-1187568597113&pssc=1&th=1&pssc=1

https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/37007/481274/#msg_481274

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike](#). on Mon, 14 Nov 2022 18:40:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

REMOLAN schrieb am Mon, 14 November 2022 14:14Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 13:42mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 13:11Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean
Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?
Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

hi mike,

anbei Fotos von den Dosierungen:

DHEA 50 mg wäre okay? also 100 mg every other day

Was heisst ich feminiere? Ich will einfach keine Brüste, dann müsste man tiefer dosieren?

DHEA wäre für die Fibro Therapie sehr wichtig.

<https://imgur.com/a/andCrpd>

<https://imgur.com/a/grie6Hg>

<https://imgur.com/a/K6M9XwT>

Ig OC8AN

50mg Testosteron als Gel klingen grundsätzlich vernünftig. Aber auch hier sollte man nicht mit der vollen Dosis anfangen, sondern erst mal vllt 50%, 75%, 100%...

Typische Testo-Kuren haben pro Woche 100-200mg (allerdings per Injektion dh man nimmt damit wohl etwas mehr auf als mit Gel) je nachdem welcher -Ester es ist. Ideal ist es, wenn es eher langsam freigesetzt wird damit ein stabiler Spiegel verfügbar ist.

Hast du für all die Hormone bereits Blutwerte bestimmen lassen? Im Idealfall 2 verschiedene Male.

Ich kenne das, wenn sich tatsächliche Körperliche Probleme sei es veranlagt, oder extern zugefügt dann mit psychischen Belastungen vermischen und man oft nicht mehr weiß, wo etwas angefangen hat.

Dinge wie Fastenkuren können wertvoll sein, aber können einen auch zusätzlich schwächen... Es ist so schwierig genau das gesunde Maß zu finden.

Meine Meinung ist, man sollte auf dem Weg wieder gesund oder gesünder zu werden eine Prioritätenliste machen und die größten Themen zuerst verändern. Nicht alles auf einmal. Bei mir ist es zB die Schlafqualität. Viel wichtiger noch, als spezifische Ernährung Sport und Supplemente... Wollte ich lang nicht wahrhaben, aber alle anderen Dinge haben bisher nicht wirklich funktioniert, weil ich fast immer irgendwelche Schlafstörungen hatte, teils selbst verschuldet.

Momentan arbeite ich an der Optimierung des Schlafrumes, inklusive gezielter Supplemente die die Eigenproduktion vom Serotonin und Melatonin ankurbeln. Melatonin lieber nicht regelmäßig zum Schlafen verwenden, sondern Vorstufen. Daraus sollte eine bessere Regeneration resultieren, insbesondere hormonell und nervlich.

Wie ist dein Schlaf von Dauer und Qualität her?

entweder hohes Testo oder hohes E2

er muss sich entscheiden

beides hoch geht nicht

entweder feminin oder maskulin

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 18:44:15 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:35wenn du testogel auch noch dazu gibst

verlierst du alle haare und die kopfhaut verbrennt

du musst hier höllisch aufpassen

!:

5g Testogel = 50 mg T wirkstoff = runterdosieren auf

max 0,75 mg T Wirkstoff pro tag (es erhöht stark Testosteron und ggf DHT)

etwas zuviel und eine SE kommt

hohes E2 und hohes T verträgt sich nicht

das gleiche testogel habe ich auch..jedoch nun pausiert wg neuen haarausfall und geheimratseckenlichtung

dank pilos in einer spritze und fein dosiert..(damit kann ich später arbeiten)

mit dem Testo musst du momentan pausieren/liegen lassen (weiter Rezept vom Arzt holen und zuhause lagern)

du brauchst es erst, wenn Testo. ev wg hohen E2, unter dem bereich der frau ist (<400 pg/ml GesT)

dann tut das gut und erhält Muskeln....

ansonsten.... Momentan finger weg von exogen Testo

Danke, Mike.

Dann nehme ich Estradiol Gel 2x 1/2 Hub. Das ist ja einfach 1 Hub. Oder würdest mit 2 Hub starten?

Progesteron Gel ist bei mir ja nur 25mg. Da kann ich bis 100mg? Auf Unterarme?

Estriol ok auf die Brust, mach ich das. 10mg sind das glaub. Einfach einmal die Kanüle aufziehen.

Testo lass ich weg.

Was ist mit DHEA?

Pregnenolone 100mg und 7 Keto DHEA 100mg ok ?

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 18:46:00 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:40REMOLAN schrieb am Mon, 14 November 2022 14:14Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 13:42mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 13:11Oceanboy schrieb am Sun, 13 November 2022 23:44hallo,

wegen meiner fibromyalgie bin ich auf eine hormon therapie gestossen.

kann man das nehmen, oder ist das ein risiko?
das macht mich nicht zur frau? oder mehr HA?

- Estradiol: 1-2 Hübe
- Estriol: 1g
- Progesteron: 2.5g
- Testosteron: 5g
- DHEA: 100mg
- 7 Keto DHEA: 100mg
- Pregnenolone: 100 mg

Ig Ocean

Progesteron kannst du bis 100mg dosieren

Dhea 100mg ist ziemlich viel (Werte bis 15 ng/ml sind damit möglich und hohes dht ist nicht ausgeschlossen)

Estradiol 2 hube.. Gesamt 1,5mg E2?

Sollte es so sein, feminisierst du.. Eventuell tut dir das sehr gut. Die Haare würden sich darüber freuen.

Testosteron 5g??

An den Bezeichnung stimmt was nicht.

Poste die Rezepturen genauer.. Zumindest applikationsform und mg Wirkstoff

hi mike,

anbei Fotos von den Dosierungen:

DHEA 50 mg wäre okay? also 100 mg every other day

Was heisst ich feminiere? Ich will einfach keine Brüste, dann müsste man tiefer dosieren?

DHEA wäre für die Fibro Therapie sehr wichtig.

<https://imgur.com/a/andCrpd>

<https://imgur.com/a/grie6Hg>

<https://imgur.com/a/K6M9XwT>

Ig OC8AN

50mg Testosteron als Gel klingen grundsätzlich vernünftig. Aber auch hier sollte man nicht mit der vollen Dosis anfangen, sondern erst mal vllt 50%, 75%, 100%...

Typische Testo-Kuren haben pro Woche 100-200mg (allerdings per Injektion dh man nimmt damit wohl etwas mehr auf als mit Gel) je nachdem welcher -Ester es ist. Ideal ist es, wenn es eher langsam freigesetzt wird damit ein stabiler Spiegel verfügbar ist.

Hast du für all die Hormone bereits Blutwerte bestimmen lassen? Im Idealfall 2 verschiedene Male.

Ich kenne das, wenn sich tatsächliche Körperliche Probleme sei es veranlagt, oder extern zugefügt dann mit psychischen Belastungen vermischen und man oft nicht mehr weiß, wo etwas angefangen hat.

Dinge wie Fastenkuren können wertvoll sein, aber können einen auch zusätzlich schwächen... Es ist so schwierig genau das gesunde Maß zu finden.

Meine Meinung ist, man sollte auf dem Weg wieder gesund oder gesünder zu werden eine Prioritätenliste machen und die größten Themen zuerst verändern. Nicht alles auf einmal. Bei mir ist es zB die Schlafqualität. Viel wichtiger noch, als spezifische Ernährung Sport und Supplemente... Wollte ich lang nicht wahrhaben, aber alle anderen Dinge haben bisher nicht wirklich funktioniert, weil ich fast immer irgendwelche Schlafstörungen hatte, teils selbst verschuldet.

Momentan arbeite ich an der Optimierung des Schlafrumes, inklusive gezielter Supplemente die die Eigenproduktion vom Serotonin und Melatonin ankurbeln. Melatonin lieber nicht regelmäßig zum Schlafen verwenden, sondern Vorstufen. Daraus sollte eine bessere Regeneration resultieren, insbesondere hormonell und nervlich.

Wie ist dein Schlaf von Dauer und Qualität her?

entweder hohes Testo oder hohes E2

er muss sich entscheiden

beides hoch geht nicht

entweder feminin oder maskulin

Und ja, ich bin eher der feminine Typ.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike](#). on Mon, 14 Nov 2022 18:49:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

weiß ich ;)

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike](#). on Mon, 14 Nov 2022 18:54:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 19:44mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:35wenn du testogel auch noch dazu gibst

verlierst du alle haare und die kopfhaut verbrennt

du musst hier höllisch aufpassen
:!:

5g Testogel = 50 mg T Wirkstoff = runterdosieren auf
max 0,75 mg T Wirkstoff pro tag (es erhöht stark Testosteron und ggf DHT)

etwas zuviel und eine SE kommt

hohes E2 und hohes T verträgt sich nicht

das gleiche testogel habe ich auch..jedoch nun pausiert wg neuen haarausfall und
geheimratseckenlichtung

dank pilos in einer spritze und fein dosiert..(damit kann ich später arbeiten)

mit dem Testo musst du momentan pausieren/liegen lassen (weiter Rezept vom Arzt holen und
zuhauselagern)

du brauchst es erst, wenn Testo. ev wg hohen E2, unter dem bereich der frau ist (<400 pg/ml
GesT)

dann tut das gut und erhält Muskeln....

ansonsten.... Momentan finger weg von exogen Testo

Danke, Mike.

Dann nehme ich Estradiol Gel 2x 1/2 Hub. Das ist ja einfach 1 Hub. Oder würdest mit 2 Hub
starten?

Progesteron Gel ist bei mir ja nur 25mg. Da kann ich bis 100mg? Auf Unterarme?

Estriol ok auf die Brust, mach ich das. 10mg sind das glaub. Einfach einmal die Kanüle
aufziehen.

Testo lass ich weg.

Was ist mit DHEA?

Pregnenolone 100mg und 7 Keto DHEA 100mg ok ?

anfangen mit 1 hub und ggf steigern..später

25mg progesterone sind ok

lass dhea mal weg - muss man auch aufpassen..ev später

preg.. 50-100mg ist okay. 50 reichen auch.. alle 2 tage. man muss nicht übertreiben

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 18:59:18 GMT

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

korrektur

bitte Estriol NICHT auf brust

es ist zwar schwächer als E2..aber Experimente damit..lieber nicht

Estriol kannst du auch zur seite legen

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 19:04:25 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:59

korrektur

bitte Estriol NICHT auf brust

es ist zwar schwächer als E2..aber Experimente damit..lieber nicht

Estriol kannst du auch zur seite legen

oh shit, ich habe es jetzt gerade einmal auf die brust genommen

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 19:05:59 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:54Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 19:44mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:35wenn du testogel auch noch dazu gibst

verlierst du alle haare und die kopfhaut verbrennt

du musst hier höllisch aufpassen

!:

5g Testogel = 50 mg T wirkstoff = runterdosieren auf
max 0,75 mg T Wirkstoff pro tag (es erhöht stark Testosteron und ggf DHT)

etwas zuviel und eine SE kommt

hohes E2 und hohes T verträgt sich nicht

das gleiche testogel habe ich auch..jedoch nun paisiert wg neuen haarausfall und geheimratseckenlichtung

dank pilos in einer spritze und fein dosiert..(damit kann ich später arbeiten)

mit dem Testo musst du momentan pausieren/liegen lassen (weiter Rezept vom Arzt holen und zuhause lagern)

du brauchst es erst, wenn Testo. ev wg hohen E2, unter dem bereich der frau ist (<400 pg/ml GesT)

dann tut das gut und erhält Muskeln....

ansonsten.... Momentan finger weg von exogen Testo

Danke, Mike.

Dann nehme ich Estradiol Gel 2x 1/2 Hub. Das ist ja einfach 1 Hub. Oder würdest mit 2 Hub starten?

Progesteron Gel ist bei mir ja nur 25mg. Da kann ich bis 100mg? Auf Unterarme?

Estriol ok auf die Brust, mach ich das. 10mg sind das glaub. Einfach einmal die Kanüle aufziehen.

Testo lass ich weg.

Was ist mit DHEA?

Pregnenolone 100mg und 7 Keto DHEA 100mg ok ?

anfangen mit 1 hub und ggf steigern..später

25mg progesterone sind ok

lass dhea mal weg - muss man auch aufpassen..ev später

preg.. 50-100mg ist okay. 50 reichen auch.. alle 2 tage. man muss nicht übertreiben

Progesterone auf Unterarme Innenseite?

Hab da so einen Streifen zum abmessen. Da steht 2.5g... sind wohl 25mg

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 19:18:30 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:54Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 19:44mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:35wenn du testogel auch noch dazu gibst

verlierst du alle haare und die kopfhaut verbrennt

du musst hier höllisch aufpassen

!:

5g Testogel = 50 mg T wirkstoff = runterdosieren auf
max 0,75 mg T Wirkstoff pro tag (es erhöht stark Testosteron und ggf DHT)

etwas zuviel und eine SE kommt

hohes E2 und hohes T verträgt sich nicht

das gleiche testogel habe ich auch..jedoch nun pausiert wg neuen haarausfall und geheimratseckenlichtung

dank pilos in einer spritze und fein dosiert..(damit kann ich später arbeiten)

mit dem Testo musst du momentan pausieren/liegen lassen (weiter Rezept vom Arzt holen und zuhause lagern)

du brauchst es erst, wenn Testo. ev wg hohen E2, unter dem bereich der frau ist (<400 pg/ml GesT)

dann tut das gut und erhält Muskeln....

ansonsten.... Momentan finger weg von exogen Testo

Danke, Mike.

Dann nehme ich Estradiol Gel 2x 1/2 Hub. Das ist ja einfach 1 Hub. Oder würdest mit 2 Hub starten?

Progesteron Gel ist bei mir ja nur 25mg. Da kann ich bis 100mg? Auf Unterarme?

Estriol ok auf die Brust, mach ich das. 10mg sind das glaub. Einfach einmal die Kanüle aufziehen.

Testo lass ich weg.

Was ist mit DHEA?

Pregnenolone 100mg und 7 Keto DHEA 100mg ok ?

anfangen mit 1 hub und ggf steigern..später

25mg progesterone sind ok

lass dhea mal weg - muss man auch aufpassen..ev später

preg.. 50-100mg ist okay. 50 reichen auch.. alle 2 tage. man muss nicht übertreiben

Pregnenolone: Also 100mg Every Other Day. Und wieviel vom 7 Keto DHEA?

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike](#). on Mon, 14 Nov 2022 19:20:08 GMT

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

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 20:05mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:54Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 19:44mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:35wenn du testogel auch noch dazu gibst

verlierst du alle haare und die kopfhaut verbrennt

du musst hier höllisch aufpassen

!:

5g Testogel = 50 mg T wirkstoff = runterdosieren auf
max 0,75 mg T Wirkstoff pro tag (es erhöht stark Testosteron und ggf DHT)

etwas zuviel und eine SE kommt

hohes E2 und hohes T verträgt sich nicht

das gleiche testogel habe ich auch..jedoch nun pausiert wg neuen haarausfall und
geheimratseckenlichtung

dank pilos in einer spritze und fein dosiert..(damit kann ich später arbeiten)

mit dem Testo musst du momentan pausieren/liegen lassen (weiter Rezept vom Arzt holen und
zuhauselagern)

du brauchst es erst, wenn Testo. ev wg hohen E2, unter dem bereich der frau ist (<400 pg/ml
GesT)

dann tut das gut und erhält Muskeln....

ansonsten.... Momentan finger weg von exogen Testo

Danke, Mike.

Dann nehme ich Estradiol Gel 2x 1/2 Hub. Das ist ja einfach 1 Hub. Oder würdest mit 2 Hub starten?

Progesteron Gel ist bei mir ja nur 25mg. Da kann ich bis 100mg? Auf Unterarme?

Estriol ok auf die Brust, mach ich das. 10mg sind das glaub. Einfach einmal die Kanüle aufziehen.

Testo lass ich weg.

Was ist mit DHEA?

Pregnenolone 100mg und 7 Keto DHEA 100mg ok ?

anfangen mit 1 hub und ggf steigern..später

25mg progesterone sind ok

lass dhea mal weg - muss man auch aufpassen..ev später

preg.. 50-100mg ist okay. 50 reichen auch.. alle 2 tage. man muss nicht übertreiben

Progesterone auf Unterarme Innenseite?

Hab da so einen Streifen zum abmessen. Da steht 2.5g... sind wohl 25mg
Ja...Unterarm

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike](#). on Mon, 14 Nov 2022 19:21:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

7 keto gar nicht

P5 alle 2 Tage.... :thumbup:

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 14 Nov 2022 19:40:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 20:04mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:59

korrektur

bitte Estriol NICHT auf Brust

es ist zwar schwächer als E2..aber Experimente damit..lieber nicht

Estriol kannst du auch zur Seite legen

oh shit, ich habe es jetzt gerade einmal auf die Brust genommen
Ist nicht schlimm. Von einmal auftragen passiert da nichts. Du wirst morgen nicht mit Möpsen aufwachen. ;)

Subject: Aw: Hormone
Posted by [REMOLAN](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:25:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:40

...

entweder hohes Testo oder hohes E2

er muss sich entscheiden

beides hoch geht nicht

entweder feminin oder maskulin

Definitiv, also was exogene Zufuhr betrifft geht nur eines von Beiden "hoch".
Testo exogen wäre dann gut, wenn klar ist, dass ein klinisch bedenklicher Mangel an Testosteron besteht, denn das könnte Schwächezustände und Fibromyalgie fördern.
Über die Aromatase käme es auch zu einer Umwandlung in E2, die man evtl sogar reduzieren muss. Bei einer adäquaten T Dosis und geringem Körperfett sollte das allerdings kein Thema sein.

Andererseits ist das in keinem Fall Haarfreundlich. Vielleicht Gesundheitsfördernd (aktuell als Kur), aber die Haare werden vllt etwas virilisieren darunter...

Da halte ich es auch für vernünftiger, gerade wo Ocean ja mit einem femininen Touch kein Problem hat, mit Progesteron einen Grundstein für allerlei Hormone zu legen die daraus synthetisiert werden (auch ein notwendiges Maß an Testosteron) und mit etwas Estriol als mild wirkendes Östrogen zu balancieren.

Estriol deshalb nicht auf die Brust, weil es vermutlich die Entstehung von Mammakarzinomen anfeuern kann.

Aber keine Sorge, eine Anwendung wird nix im Gewebe machen.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [REMOLAN](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:35:43 GMT

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

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 14:23

...Wie ist dein Schlaf von Dauer und Qualität her?

Hi REMOLAN,

Schlaf ist manchmal ok aber meist nicht gut auf Grund der enormen starken Schmerzen. Die habe ich jetzt seit Auslösung der Fibromyalgie dauerhaft.

4h- 5h.

Wenns besser ist schaffe ich bis zu 6 oder 7h.

Lg OC8AN

[/quote]

Au ok, ein Teufelskreis leider :/ Aber immerhin, damit kommst du vermutlich über die Runden. Sobald du ein bisschen besser beisammen bist, was die Hormone betrifft, kannst du es vielleicht angehen, abgesehen von der Fibromyalgie zu versuchen, die Schlafroutine zu optimieren. Also, falls das was für dich ist.

Falls du es noch nicht kennst, es gibt einen super Podcast von Matt Galant von der Nahrungsergänzungsfirma "Biooptimizers" über praktikable Wege, die Schlafqualität zu verbessern.

Link:

<https://biooptimizers.com/sleepbreakthrough/rply?v=2&fbclid=PAAab6ISFnY3ugs1tCIM3XboeQxV P7DjjHsl83RhaowaOLBNTpjsCYgLACgs>

Ein paar der Tips sind finde ich zu kostspielig, so wie Matratzen für 3000 Euro oder derartiger Wahnsinn, aber es sind echt praktikable Tipps und Erklärungen dabei. Gezielte Supplementierung vor dem Schlafengehen ist da auch ein großes Thema.

Aber das vielleicht lieber erst, wenn du etwas Stabilität erreicht hast, damit es nicht zu viel Veränderung auf einmal ist...

LG und viel Erfolg

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:39:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 20:217 keto gar nicht

P5 alle 2 Tage.... :thumbup:
P5 ist gleich Pregnenolone?

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:42:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

REMOLAN schrieb am Mon, 14 November 2022 21:25mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:40

...

entweder hohes Testo oder hohes E2

er muss sich entscheiden

beides hoch geht nicht

entweder feminin oder maskulin

Definitiv, also was exogene Zufuhr betrifft geht nur eines von Beiden "hoch".
Testo exogen wäre dann gut, wenn klar ist, dass ein klinisch bedenklicher Mangel an Testosteron besteht, denn das könnte Schwächezustände und Fibromyalgie fördern.
Über die Aromatase käme es auch zu einer Umwandlung in E2, die man evtl sogar reduzieren muss. Bei einer adäquaten T Dosis und geringem Körperfett sollte das allerdings kein Thema sein.

Andererseits ist das in keinem Fall Haarfreundlich. Vielleicht Gesundheitsfördernd (aktuell als Kur), aber die Haare werden vllt etwas virilisieren darunter...

Da halte ich es auch für vernünftiger, gerade wo Ocean ja mit einem femininen Touch kein Problem hat, mit Progesteron einen Grundstein für allerlei Hormone zu legen die daraus synthetisiert werden (auch ein notwendiges Maß an Testosteron) und mit etwas Estriol als mild wirkendes Östrogen zu balancieren.

Estriol deshalb nicht auf die Brust, weil es vermutlich die Entstehung von Mammakarzinomen anfeuern kann.

Aber keine Sorge, eine Anwendung wird nix im Gewebe machen.

hey

also ich habe jetzt verstanden, testo und estriol soll ich weglassen

estradiol 1 hub / tag

progesterone 25mg

und Pregnenolone 50mg / Tag

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:42:35 GMT

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

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 21:39mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 20:217 keto gar nicht

P5 alle 2 Tage.... :thumbup:

P5 ist gleich Pregnenolone?

:thumbup:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:43:20 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 20:217 keto gar nicht

P5 alle 2 Tage.... :thumbup:

ZUSAMMENFASSEND:

testo und estriol soll ich weglassen

estradiol 1 hub / tag

progesterone 25mg

und Pregnenolone 50mg / Tag

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:43:20 GMT

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

Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 21:42REMOLAN schrieb am Mon, 14 November 2022 21:25mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:40

...

entweder hohes Testo oder hohes E2

er muss sich entscheiden

beides hoch geht nicht

entweder feminin oder maskulin

Definitiv, also was exogene Zufuhr betrifft geht nur eines von Beiden "hoch".
Testo exogen wäre dann gut, wenn klar ist, dass ein klinisch bedenklicher Mangel an Testosteron besteht, denn das könnte Schwächezustände und Fibromyalgie fördern.
Über die Aromatase käme es auch zu einer Umwandlung in E2, die man evtl sogar reduzieren muss. Bei einer adäquaten T Dosis und geringem Körperfett sollte das allerdings kein Thema sein.

Andererseits ist das in keinem Fall Haarfreundlich. Vielleicht Gesundheitsfördernd (aktuell als Kur), aber die Haare werden vllt etwas virilisieren darunter...

Da halte ich es auch für vernünftiger, gerade wo Ocean ja mit einem femininen Touch kein Problem hat, mit Progesteron einen Grundstein für allerlei Hormone zu legen die daraus synthetisiert werden (auch ein notwendiges Maß an Testosteron) und mit etwas Estriol als mild wirkendes Östrogen zu balancieren.

Estriol deshalb nicht auf die Brust, weil es vermutlich die Entstehung von Mammakarzinomen anfeuern kann.

Aber keine Sorge, eine Anwendung wird nix im Gewebe machen.

hey

also ich habe jetzt verstanden, testo und estriol soll ich weglassen

estradiol 1 hub / tag

progesterone 25mg

und Pregnenolone 50mg / Tag

:thumbup:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:47:46 GMT

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

REMOLAN schrieb am Mon, 14 November 2022 21:35Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 14:23

...Wie ist dein Schlaf von Dauer und Qualität her?

Hi REMOLAN,

Schlaf ist manchmal ok aber meist nicht gut auf Grund der enormen starken Schmerzen. Die habe ich jetzt seit Auslösung der Fibromyalgie dauerhaft.

4h- 5h.

Wenns besser ist schaffe ich bis zu 6 oder 7h.

Lg OC8AN

Au ok, ein Teufelskreis leider :/ Aber immerhin, damit kommst du vermutlich über die Runden. Sobald du ein bisschen besser beisammen bist, was die Hormone betrifft, kannst du es vielleicht angehen, abgesehen von der Fibromyalgie zu versuchen, die Schlafroutine zu optimieren. Also, falls das was für dich ist.

Falls du es noch nicht kennst, es gibt einen super Podcast von Matt Galant von der Nahrungsergänzungsfirma "Biooptimizers" über praktikable Wege, die Schlafqualität zu verbessern.

Link:

<https://biooptimizers.com/sleepbreakthrough/rply?v=2&fbclid=PAAab6ISFnY3ugs1tCIM3XboeQxVP7DjijHsl83RhaowaOLBNTpjsCYgLACgs>

Ein paar der Tips sind finde ich zu kostspielig, so wie Matratzen für 3000 Euro oder derartiger Wahnsinn, aber es sind echt praktikable Tipps und Erklärungen dabei. Gezielte Supplementierung vor dem Schlafengehen ist da auch ein großes Thema. Aber das vielleicht lieber erst, wenn du etwas Stabilität erreicht hast, damit es nicht zu viel Veränderung auf einmal ist...

LG und viel Erfolg

[/quote]

Danke Dir.

Mikronährstoffe nehme ich schon einige - siehe Signatur...

Dazu auch L-Tryptophan (Präparat heisst in der Schweiz OYONO)

Und halt noch Trittico. Ohne das geht nix.

Und Sanalepsi muss ich dringend ausschleichen. Das macht mir Water Retention. Bin jetzt noch auf circa 9 Tropfen.

GABA... kann man das noch nehmen? (500mg)

Und Melatonin nehme ich 3mg.

Damit habe ich einigermassen normalen Schlaf. Was mich am meisten quält vor dem Einschlafen sind die Ängste vor der Fibro. Diese Schmerzen sind so stark.

Celebrex habe ich jetzt auf Null gebracht. Nehme dafür Cannabis. Siehe Signatur.

Lg OC8AN

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 14 Nov 2022 20:50:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank REMOLAN und mike.

Ihr habt mir mal wieder ein Stück weitergeholfen.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 15 Nov 2022 18:51:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 21:43Oceanboy schrieb am Mon, 14 November 2022 21:42REMOLAN schrieb am Mon, 14 November 2022 21:25mike. schrieb am Mon, 14 November 2022 19:40

...

entweder hohes Testo oder hohes E2

er muss sich entscheiden

beides hoch geht nicht

entweder feminin oder maskulin

Definitiv, also was exogene Zufuhr betrifft geht nur eines von Beiden "hoch".
Testo exogen wäre dann gut, wenn klar ist, dass ein klinisch bedenklicher Mangel an Testosteron besteht, denn das könnte Schwächezustände und Fibromyalgie fördern.
Über die Aromatase käme es auch zu einer Umwandlung in E2, die man evtl sogar reduzieren muss. Bei einer adäquaten T Dosis und geringem Körperfett sollte das allerdings kein Thema sein.

Andererseits ist das in keinem Fall Haarfreundlich. Vielleicht Gesundheitsfördernd (aktuell als Kur), aber die Haare werden vllt etwas virilisieren darunter...

Da halte ich es auch für vernünftiger, gerade wo Ocean ja mit einem femininen Touch kein Problem hat, mit Progesteron einen Grundstein für allerlei Hormone zu legen die daraus synthetisiert werden (auch ein notwendiges Maß an Testosteron) und mit etwas Estriol als mild wirkendes Östrogen zu balancieren.

Estriol deshalb nicht auf die Brust, weil es vermutlich die Entstehung von Mammakarzinomen anfeuern kann.

Aber keine Sorge, eine Anwendung wird nix im Gewebe machen.

hey
also ich habe jetzt verstanden, testo und estriol soll ich weglassen

estradiol 1 hub / tag

progesterone 25mg

und Pregnenolone 50mg / Tag

:thumbup:

hey mike

was ich noch vergessen habe zu fragen ist, wie wirken sich die oben genannten Dinge und vor allem Estradiol auf die Psyche aus ?

das wär sehr wichtig zu wissen.

lg ocean

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Nov 2022 19:17:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

E2 an sich wirkt sehr stabilisierend

im besten fall wird man psychisch eine "resolute oma"

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Nov 2022 19:35:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mood swings sollte man trotzdem erwähnen

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 15 Nov 2022 19:36:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:17

E2 an sich wirkt sehr stabilisierend

im besten fall wird man psychisch eine "resolute oma"

hey

erklärst Du mir resolute Oma?

kurz:

also mit E2, Progesteron, Pregnenolon wird die psyche besser? (ängste...)

warum eigentlich kein 7 Ket DHEA nehmen :?:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Nov 2022 19:41:44 GMT

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

Oceanboy schrieb am Tue, 15 November 2022 20:36mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:17

E2 an sich wirkt sehr stabilisierend

im besten fall wird man psychisch eine "resolute oma"

hey

erklärst Du mir resolute Oma?

kurz:

also mit E2, Progesteron, Pregnenolon wird die psyche besser? (ängste...)

warum eigentlich kein 7 Ket DHEA nehmen :?:

Stabile durchsetzungsstarke Oma.. Die aber nicht penetrant ist. Jedoch langfristig geduldig und ausdauernd.

E2 Mangel und hohes dht macht emotional ängstlich, minderwertigkeitsgefühl, schwach.. Tunnelblick und aggressiv passiv, depressiv.. Manisch.. Absturz.

7 keto dhea senkt aromatase und macht labil

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Nov 2022 19:44:01 GMT

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

Gerade Männer mit wirksamen E2 sind reifer und weißer

Kreativer, belesener, entspannter und vorallem besser organisiert.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Praktikant](#) on Tue, 15 Nov 2022 19:44:13 GMT

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

Oceanboy schrieb am Tue, 15 November 2022 20:36mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:17

E2 an sich wirkt sehr stabilisierend

im besten fall wird man psychisch eine "resolute oma"

hey

erklärst Du mir resolute Oma?

kurz:

also mit E2, Progesteron, Pregnenolon wird die psyche besser? (ängste...)

warum eigentlich kein 7 Ket DHEA nehmen :?:

Du wirst ruhiger

Ängste gehen mit einer HRT nicht weg. Mit E2 und P4 werden die Schmerzen gehemmt. Ich war gestern beim Zahnarzt und brauchte keine Spritze als gebohrt wurde.

DHEA erhöht E1 und DHT

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Nov 2022 19:49:22 GMT

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

Kommt darauf an welche Ängste das sind.

Grundsätzlich kommt eine Art Psychohygiene zustande.. Ein Prozess in Gang gesetzt.

7 keto dhea ist Müll. Man hat gar keinen Nutzen daraus... Es hemmt die E2 Wirkung.

Richtig stabil und Angstfrei (weil man die Dinge bewusst nennen kann) wird man nur mit richtig hohem E2

Man muss sich eine Frau mittleren Alters vorstellen.. Die sind idr sehr direkt, haben eine Portion Mitgefühl und können richtig anpacken. Sie sind dominantef als ihre Männer (die immer

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Nov 2022 19:52:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das mit der schnerzhemmung ist grundsätzlich etwas möglich..
Man wird immer stabiler und weniger wehleidig.. Schaut auch mehr auf sich.

Bei dir ist es aber die opioide Wirkung des CPA. :!:

Hohes cpa hemmt fast jeden Schmerz.. Das ist schlecht

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 15 Nov 2022 20:11:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:52

Das mit der schnerzhemmung ist grundsätzlich etwas möglich..
Man wird immer stabiler und weniger wehleidig.. Schaut auch mehr auf sich.

Bei dir ist es aber die opioide Wirkung des CPA. :!:

Hohes cpa hemmt fast jeden Schmerz.. Das ist schlecht

Was für eine opioide Wirkung von CPA? Du meinst das Cannabis?

Es hilft nur sehr bedingt. Wird in der Schweiz nur von einer einzigen Apotheke hergestellt.
Ist ja nicht so eine hohe Dosierung. Nehme 2 Tropfen Mittags, Abends, und 3 Vor dem Schlafen

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Nov 2022 20:41:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Tue, 15 November 2022 21:11mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:52

Das mit der schnerzhemmung ist grundsätzlich etwas möglich..
Man wird immer stabiler und weniger wehleidig.. Schaut auch mehr auf sich.

Bei dir ist es aber die opioide Wirkung des CPA. :!:

Hohes cpa hemmt fast jeden Schmerz.. Das ist schlecht
Was für eine opioide Wirkung von CPA? Du meinst das Cannabis?

Es hilft nur sehr bedingt. Wird in der Schweiz nur von einer einzigen Apotheke hergestellt.
Ist ja nicht so eine hohe Dosierung. Nehme 2 Tropfen Mittags, Abends, und 3 Vor dem Schlafen

vergiss das

bei CPA fault der zahn und keiner merckts

gegen AGA ist es jedoch unschlagbar

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 15 Nov 2022 21:13:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 21:41Oceanboy schrieb am Tue, 15 November 2022 21:11mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:52

Das mit der schnerzhemmung ist grundsätzlich etwas möglich..
Man wird immer stabiler und weniger wehleidig.. Schaut auch mehr auf sich.

Bei dir ist es aber die opioide Wirkung des CPA. :!:

Hohes cpa hemmt fast jeden Schmerz.. Das ist schlecht
Was für eine opioide Wirkung von CPA? Du meinst das Cannabis?

Es hilft nur sehr bedingt. Wird in der Schweiz nur von einer einzigen Apotheke hergestellt.
Ist ja nicht so eine hohe Dosierung. Nehme 2 Tropfen Mittags, Abends, und 3 Vor dem Schlafen
vergiss das

bei CPA fault der zahn und keiner merckts

gegen AGA ist es jedoch unschlagbar

Also was ist CPA :?:

Wie wirken sich Estradiol und Progesteron und Pregnenolon auf das Gewicht aus?
(seit einigen Monaten habe ich angefangen, an Bauch, Hüften, Flanken, Po etwas Fett anzusetzen, was mich extrem stört)

Ig

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 15 Nov 2022 21:20:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Tue, 15 November 2022 22:13

Also was ist CPA :?:

Wie wirken sich Estradiol und Progesteron und Pregnenolon auf das Gewicht aus?
(seit einigen Monaten habe ich angefangen, an Bauch, Hüften, Flanken, Po etwas Fett anzusetzen, was mich extrem stört)

Ig

CPA ist Cyproteronacetat

Estradiol macht fatter, vor allem dort wo es dich stört.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 15 Nov 2022 21:50:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Torsti schrieb am Tue, 15 November 2022 22:20Oceanboy schrieb am Tue, 15 November 2022 22:13

Also was ist CPA :?:

Wie wirken sich Estradiol und Progesteron und Pregnenolon auf das Gewicht aus?
(seit einigen Monaten habe ich angefangen, an Bauch, Hüften, Flanken, Po etwas Fett anzusetzen, was mich extrem stört)

Ig

CPA ist Cyproteronacetat

Estradiol macht fatter, vor allem dort wo es dich stört.

Ohje. Das ist natürlich sehr unschön. Kann man da nicht dagegen wirken? :frage:

Sport geht bei mir nicht wegen den starken Schmerzen :cry:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 00:12:17 GMT

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

mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 21:41Oceanboy schrieb am Tue, 15 November 2022 21:11mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:52

Das mit der schnerzhemmung ist grundsätzlich etwas möglich..
Man wird immer stabiler und weniger wehleidig.. Schaut auch mehr auf sich.

Bei dir ist es aber die opioide Wirkung des CPA. :!:

Hohes cpa hemmt fast jeden Schmerz.. Das ist schlecht
Was für eine opioide Wirkung von CPA? Du meinst das Cannabis?

Es hilft nur sehr bedingt. Wird in der Schweiz nur von einer einzigen Apotheke hergestellt.
Ist ja nicht so eine hohe Dosierung. Nehme 2 Tropfen Mittags, Abends, und 3 Vor dem Schlafen
vergiss das

bei CPA fault der zahn und keiner merckts

gegen AGA ist es jedoch unschlagbar

ist mit einem Hub Estradiol wirklich zu erwarten dass ich an Gewicht zunehme? Das wäre gar nicht in meinem Sinn.

Ich glaub, ich fahr im Dezember in ein Zentrum in Zürich dass auf Hormone spezialisiert ist.
Dann könnte man die genauen Werte testen. Oder ist das nicht nötig.

Ich habe seit Juli merklich zugenommen. War früher immer total schlank. Jetzt mehr so average. Leichter Bauchansatz, Po und Flanken.

Müsste man da nicht trotzdem mit etwas Testo entgegen steuern :?:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Nov 2022 05:32:36 GMT

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

Ich habe unter CPA und E2 am Ende fast 23kg abgenommen.
Sah am Ende nicht mehr schön aus, aber die 55kg entsprachen damals irgendwie meinem Schönheitsideal...
Bis ich dann mal gemerkt habe, dass ich keinerlei Kurven mehr habe, kämpfe mich gerade auf 68kg hoch. Sweet spot.

Pauschalisieren kann man daher nicht.

Aber CPA ist definitiv nichts für dich.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 06:20:30 GMT

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

daniel91 schrieb am Wed, 16 November 2022 06:32Ich habe unter CPA und E2 am Ende fast 23kg abgenommen.

Sah am Ende nicht mehr schön aus, aber die 55kg entsprachen damals irgendwie meinem Schönheitsideal...

Bis ich dann mal gemerkt habe, dass ich keinerlei Kurven mehr habe, kämpfe mich gerade auf 68kg hoch. Sweet spot.

Pauschalisieren kann man daher nicht.

Aber CPA ist definitiv nichts für dich.

Also dann nehme ich und Estradiol 1 Hub am Tag eher ab?

So habe ich das auch im Netz recherchiert.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 16 Nov 2022 06:45:19 GMT

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

Liebe Leute,

es ist ja alles recht und schön... ihr seid JETZT vielleicht noch jung, aber habt ihr euch schon mal Gedanken gemacht, was mit euch passiert, wenn ihr mal 60, 70 oder 80 seid????

Glaubt ihr, dann wird alles besser???

Wenn ich so die heutigen 80/90 jährigen mit ihren „Wehwehchen“ ansehe, wer mal im Altenheim oder mit behind. Menschen gearbeitet hat, kann sich denken, wohin die Reise später mal führen wird.

Mein Vater [Jahrgang 1933] hatte kein Fin/ Dut etc all die Jahre genommen, und mit Mitte 70 dann trotzdem seine Rechnung präsentiert bekommen.

Zwei Klassenkameraden von mir sind damals auch schon mit 19 und 24 an Krebs gestorben! Also verschenkt das Beste was ihr im Leben habt nicht, nämlich eure Gesundheit!

Und das seelische Gleichgewicht kommt ja auch noch hinzu.... :|

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Nov 2022 06:56:48 GMT

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

Oceanboy schrieb am Wed, 16 November 2022 07:20daniel91 schrieb am Wed, 16 November

2022 06:32Ich habe unter CPA und E2 am Ende fast 23kg abgenommen.

Sah am Ende nicht mehr schön aus, aber die 55kg entsprachen damals irgendwie meinem Schönheitsideal...

Bis ich dann mal gemerkt habe, dass ich keinerlei Kurven mehr habe, kämpfe mich gerade auf 68kg hoch. Sweet spot.

Pauschalisieren kann man daher nicht.

Aber CPA ist definitiv nichts für dich.

Also dann nehme ich und Estradiol 1 Hub am Tag eher ab?

So habe ich das auch im Netz recherchiert.

Also auf reddit nehmen viele auf HRT ab, aber ich denke da spielen vorrausgegenagene Depressionen (Gender-Dysphoria) etc. eine große Rolle.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Nov 2022 06:57:27 GMT

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

Sonic Boom schrieb am Wed, 16 November 2022 07:45Liebe Leute, es ist ja alles recht und schön... ihr seid JETZT vielleicht noch jung, aber habt ihr euch schon mal Gedanken gemacht, was mit euch passiert, wenn ihr mal 60, 70 oder 80 seid???? Glaubst ihr, dann wird alles besser???

Wenn ich so die heutigen 80/90 jährigen mit ihren „Wehwehchen“ ansehe, wer mal im Altenheim oder mit behind. Menschen gearbeitet hat, kann sich denken, wohin die Reise später mal führen wird.

Mein Vater [Jahrgang 1933] hatte kein Fin/ Dut etc all die Jahre genommen, und mit Mitte 70 dann trotzdem seine Rechnung präsentiert bekommen.

Zwei Klassenkameraden von mir sind damals auch schon mit 19 und 24 an Krebs gestorben! Also verschenkt das Beste was ihr im Leben habt nicht, nämlich eure Gesundheit!

Und das seelische Gleichgewicht kommt ja auch noch hinzu.... :|

Den Zusammenhang verstehe ich nicht

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 07:28:46 GMT

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

daniel91 schrieb am Wed, 16 November 2022 07:57Sonic Boom schrieb am Wed, 16 November 2022 07:45Liebe Leute,

es ist ja alles recht und schön... ihr seid JETZT vielleicht noch jung, aber habt ihr euch schon mal Gedanken gemacht, was mit euch passiert, wenn ihr mal 60, 70 oder 80 seid????

Glaubt ihr, dann wird alles besser???

Wenn ich so die heutigen 80/90 jährigen mit ihren „Wehwehchen“ ansehe, wer mal im Altenheim oder mit behind. Menschen gearbeitet hat, kann sich denken, wohin die Reise später

mal führen wird.

Mein Vater [Jahrgang 1933] hatte kein Fin/ Dut etc all die Jahre genommen, und mit Mitte 70 dann trotzdem seine Rechnung präsentiert bekommen.

Zwei Klassenkameraden von mir sind damals auch schon mit 19 und 24 an Krebs gestorben! Also verschenkt das Beste was ihr im Leben habt nicht, nämlich eure Gesundheit!

Und das seelische Gleichgewicht kommt ja auch noch hinzu.... :|

Den Zusammenhang verstehe ich nicht

Ich auch nicht.

Trotzdem beste Grüsse an Sonic!

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 07:35:24 GMT

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

Meine Hormontherapie ist nicht wegen dem HA sondern weil es für die Fibromyalgie helfen soll.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

Hinzu auch all die MicroCare Nahrungserg. mittel.

Das Celebrex konnte ich schon mal auf 0 setzen. Ist schon mal gut. Es hilft also tatsächlich.

Für eine genauere Diagnose und Therapie wende ich mich im Dezember an ein Hormon Zentrum in Zürich.

Im Februar nächsten Jahre habe ich einen Termin bei einem sehr bekannten ganzheitlichen Arzt. Da wird der ganze Körper analysiert und eine Behandlung festgelegt. Nicht auf schulmedizinischer Basis.

Dr. Mosetter ist hier mit vom Team. Ist vielleicht den einen oder anderen ein Begriff.

<https://qs24.tv/2022/04/14/ernaehrung-mit-weltklasse-dr-med-kurt-mosetter-naturmedizin-qs24-gesundheitsfernsehen/>

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Wed, 16 Nov 2022 08:32:40 GMT

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

Du kannst dir das hormonzentrum sparen

Ich würde sofort loslegen

E2

P4

P5

Fertig

Die Haare werden besser und der ganze Körper regeneriert sich.

Ggf Nems inkl D3

Minox

Schilddrüse beachten.. Besser noch 100 mcg jod nehmen...

Fertig

Alles andere reguliert sich von alleine

Einen Arzt brauchst du nur um ein estradiol, Progesteron.... Rezept zu bekommen

Selbst blutwerte sind überflüssig, wenn man lernt die Hormone und NEMS zu sehen und spüren...

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 12:53:59 GMT

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

mike. schrieb am Wed, 16 November 2022 09:32Du kannst dir das hormonzentrum sparen

Ich würde sofort loslegen

E2

P4

P5

Fertig

Die Haare werden besser und der ganze Körper regeneriert sich.

Ggf Nems inkl D3

Minox

Schilddrüse beachten.. Besser noch 100 mcg jod nehmen...

Fertig

Alles andere reguliert sich von alleine

Einen Arzt brauchst du nur um ein estradiol, Progesteron.... Rezept zu bekommen

Selbst blutwerte sind überflüssig, wenn man lernt die Hormone und NEMS zu sehen und spüren...

:pistol:

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 17:51:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 16 November 2022 09:32Du kannst dir das hormonzentrum sparen

Ich würde sofort loslegen

E2

P4

P5

Fertig

Die Haare werden besser und der ganze Körper regeneriert sich.

Ggf Nems inkl D3

Minox

Schilddrüse beachten.. Besser noch 100 mcg jod nehmen...

Fertig

Alles andere reguliert sich von alleine

Einen Arzt brauchst du nur um ein estradiol, Progesteron.... Rezept zu bekommen

Selbst blutwerte sind überflüssig, wenn man lernt die Hormone und NEMS zu sehen und spüren...

hi mike

heute E2 1 hub genommen wie gewohnt und pregne 50mg und etwas P4

ein weile später: Ich fühle mich total abgeschlagen, wie eine starke Grippe, starke Gliederschmerzen, Schwindel, Kopf- und Halsschmerzen. Übelkeit. Schlechtere Psyche.

Kann das vom E2 sein :?:

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Nov 2022 17:58:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Neeeeeeee

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Wed, 16 Nov 2022 18:42:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hört sich an wie ein beginnender grippaler Infekt.

Ich würde 100 mcg job oder ksliumjodid dazu nehmen.. Oder in einer Kombi nem.. Generell für immer.

Gute Besserung.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 23:39:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 16 November 2022 19:42

Hört sich an wie ein beginnender grippaler Infekt.

Ich würde 100 mcg job oder ksliumjodid dazu nehmen.. Oder in einer Kombi nem.. Generell für immer.

Gute Besserung.

Danke!

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 16 Nov 2022 23:39:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Wed, 16 November 2022 18:58Neeeeeeee

Okeeeeeee

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Thu, 17 Nov 2022 06:06:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Normalerweise hast du einen kleinen E2 Flash die ersten paar Male, fühlt sich sehr schön an, als ob du sehr glücklich aber auch sehr ruhig bist.
Schade dass du das beim ersten Mal nicht mit erleben konntest.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Frank1970](#) on Thu, 17 Nov 2022 11:41:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:44Gerade Männer mit wirksamen E2 sind reifer und weißer

Kreativer, belesener, entspannter und vorallem besser organisiert.

Hallo Mike

Maenner mit wirksamen E2....

Gibt es dafür auch spezifische physiologische, optisch erfassbare Merkmale?

Gruss Frank

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Thu, 17 Nov 2022 13:36:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Frank1970 schrieb am Thu, 17 November 2022 12:41mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:44Gerade Männer mit wirksamen E2 sind reifer und weißer

Kreativer, belesener, entspannter und vorallem besser organisiert.

Hallo Mike

Maenner mit wirksamen E2....

Gibt es dafür auch spezifische physiologische, optisch erfassbare Merkmale?

Gruss Frank

Meiner Ansicht nach sind sie heller (der haut Teint wirkt heller) rasierter.. Vom Verhalten her sehr verständnisvoll..

Meist sind es Männer über 70

So habe ich das gemeint.

Bei manchen ist jedoch dht auch hoch oder hat zumindest Spuren hinterlassen.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Thu, 17 Nov 2022 22:53:46 GMT

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

mike. schrieb am Thu, 17 November 2022 14:36Frank1970 schrieb am Thu, 17 November 2022 12:41mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:44Gerade Männer mit wirksamen E2 sind reifer und weißer

Kreativer, belesener, entspannter und vorallem besser organisiert.

Hallo Mike

Maenner mit wirksamen E2....

Gibt es dafür auch spezifische physiologische, optisch erfassbare Merkmale?

Gruss Frank

Meiner Ansicht nach sind sie heller (der haut Teint wirkt heller) rasierter.. Vom Verhalten her sehr verständnisvoll..

Meist sind es Männer über 70

So habe ich das gemeint.

Bei manchen ist jedoch dht auch hoch oder hat zumindest Spuren hinterlassen.

Hatte mit einem Brauenstift auf Peptid Basis aus Korea guten Erfolg mit Brauenwachstum. Kein Wunder. Aber es hat wirklich etwas gebracht. Nehme den weiterhin.

Passiert mit E2 nix an den Brauen :?:

Ich spüre leider nichts von dieser entspannenden Wirkung. Vlt. ist 1 Hub auf die Schulter einmassiert zu wenig :?:

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 18 Nov 2022 10:36:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Thu, 17 November 2022 14:36Frank1970 schrieb am Thu, 17 November 2022 12:41mike. schrieb am Tue, 15 November 2022 20:44Gerade Männer mit wirksamen E2 sind reifer und weißer

Kreativer, belesener, entspannter und vorallem besser organisiert.
Hallo Mike

Maenner mit wirksamen E2....

Gibt es dafür auch spezifische physiologische, optisch erfassbare Merkmale?

Gruss Frank

Meiner Ansicht nach sind sie heller (der haut Teint wirkt heller) rasierter.. Vom Verhalten her sehr verständnisvoll..

Meist sind es Männer über 70

So habe ich das gemeint.

Bei manchen ist jedoch dht auch hoch oder hat zumindest Spuren hinterlassen.

Danke!

Auch ein etwas entspannter Gesichtsausdruck mit feineren Zügen?

Hierbei stelle ich mir natürlich die Frage ob solch ein Erscheinungsbild, basierend auf guter t zu E2 Ratio auch mit einem dementsprechende Haarstatus Korreliert.

Daher nochmal eine Frage.

Wuerdest du Helmut Schmitt und ggf David Lynch optisch betrachtet, ebenfalls in diese Kategorie werfen?

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Nov 2022 14:01:57 GMT

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

ja

oder auch der AR ist weniger sensibel

oder mehrere sachen wirken zusammen

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Nov 2022 14:06:53 GMT

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

je mehr E2 ich nehme desto mehr schauen meine Seiten aus wie hier

https://www.cvce.eu/de/obj/helmut_schmidt-en-3deac74b-a23a-4cd9-84a5-91d34cb0a0cc.html

weiche schlaffe haut seitlich hängend. fett..

dafür volleres haar

entspannter milder nachdenklicher Gesichtsausdruck

man denkt viel nach...

jetzt bin ich wieder auf den weg.. dank mehr E2 und absetzen von androgenen

besser volles haar und eher "intellektueller", ruhig als impulsiv, emotional und sportlich mit schütterem haar...

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Nov 2022 14:12:27 GMT

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

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Fri, 18 Nov 2022 16:53:30 GMT

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

mike. schrieb am Fri, 18 November 2022 15:06

je mehr E2 ich nehme desto mehr schauen meine Seiten aus wie hier

https://www.cvce.eu/de/obj/helmut_schmidt-en-3deac74b-a23a-4cd9-84a5-91d34cb0a0cc.html

weiche schlaffe haut seitlich hängend. fett..
dafür volleres haar

entspannter milder nachdenklicher Gesichtsausdruck

man denkt viel nach...

jetzt bin ich wieder auf den weg.. dank mehr E2 und absetzen von androgenen
besser volles haar und eher "intellektueller", ruhig als impulsiv, emotional und sportlich mit
schütterem haar...

und ganz wenig testo kann man da nicht dazu nehmen, um dem ausdünnen der brauen
entgegen zu wirken :?:

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Fri, 18 Nov 2022 17:05:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das bisschen e2 dass du da nimmst ohne AA wird eh kaum was machen.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Nov 2022 17:07:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir waren es 15 Jahre Schilddrüsenunterfunktion und zu viele antiandrogene.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Frank1970](#) on Fri, 18 Nov 2022 21:05:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Fri, 18 November 2022 15:06

je mehr E2 ich nehme desto mehr schauen meine Seiten aus wie hier

https://www.cvce.eu/de/obj/helmut_schmidt-en-3deac74b-a23a-4cd9-84a5-91d34cb0a0cc.html

weiche schlaffe haut seitlich hängend. fett..
dafür volleres haar

entspannter milder nachdenklicher Gesichtsausdruck

man denkt viel nach...

jetzt bin ich wieder auf den weg.. dank mehr E2 und absetzen von androgenen
besser volles haar und eher "intellektueller", ruhig als impulsiv, emotional und sportlich mit
schütterem haar...

Zitat:jetzt bin ich wieder auf den weg.. dank mehr E2 und absetzen von androgenen
besser volles haar und eher "intellektueller", ruhig als impulsiv, emotional und sportlich mit
schütterem haar...

Sehr ich auch so.

Ich hatte auch mal Phasen, wo es meinen Haaren zu gut ging, und ich dann mal kurz auf die
androgenes Seite spazieren wollte.
Hab nichts abgesetzt, aber alle Medis nur abends genommen, und viel zu viel Sport gemacht.
Durch den Gewichtsverlust hab ich dann Aronatase verloren, und war richtig trocken...

Kein Zustand.... Mach ich nicht mehr.
Das ist es mir nicht wert.
Jetzt aktuell hat meine Muskulatur unter 50 mg Spiro plus und Soja etwas mehr abgebaut.
Dafür aber wieder weichere Ziege, und mehr Ruhe.
Bessere Haare vor allem.
Für langfristige Sicherheit im Bezug auf Erhalt.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 06:07:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Fri, 18 November 2022 18:07

Bei mir waren es 15 Jahre Schilddrüsenunterfunktion und zu viele antiandrogene.

Kann man etwas Testo Gel auf die Augenbrauen auftragen :?:

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike](#). on Sat, 19 Nov 2022 07:31:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 07:07mike. schrieb am Fri, 18 November 2022 18:07

Bei mir waren es 15 Jahre Schilddrüsenunterfunktion und zu viele antiandrogene.

Kann man etwas Testo Gel auf die Augenbrauen auftragen :?:
vllt?

nur es müsste ein sehr kleiner tropfen sein. wirklich klein

zuviel geht als DHT in das system..über die haut wird das meiste über die 5ar1 zu DHT...

ich habe das eine weile ausprobiert mit den blauen Augenringen.. die wurden so srark (Durchblutung angeregt), dass dort Blutergüsse entstanden sind (vllt hatte ich zuviel aromatase und Öffnung der porösen Gefäße?)

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 11:22:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mike, du hat doch einen sehr hellen hauttyp, da sind genetisch gesehen sehr helle und auch wenig Augenbrauen wie bei mir die Norm ?

Ich habe auf transtimelines nie ein ausdünnen der Augenbrauen gesehen.

Ich kann vieles bei dir nicht ganz nachvollziehen:o ich habe Paradontose und eine Behandlung 2018 gehabt, also sehr anfällig für Zahnfleisch Entzündungen, ich habe zwar einen Kiefertumor diagnostiziert bekommen aber mein Zahnfleisch hat keine Enzüngsherde.

Auch habe ich unter low t und high E2 alles andere als zugenommen oder schwache/elastische Haut bekommen :o

@oceanboy, wenn du Angst vor dem ausdünnen hast trag lieber minox auf.

Ich verstehe allerdings nicht bei dir was die Pläne sind und deine aktuelle Medikation ist. Wenn du Fin/Dut und P4 nimmst könnte die ganze Sache bei dir stark verweiblichen, wenn du keinerlei AA nimmst wird nicht viel passieren, es geht da immer um eine Dominanz weibliche vs männliche Geschlechtshormone.

Hast du evtl. auch mal daran geachtet, dass du ab einen point of no return Zeugungsunfähig werden kannst ?

Ich produziere keinerlei Sperma mehr, das kann dir unter Fin und e2 auch passieren.

Das ist mir hier alles zu abenteuerlich ohne deine Ziele zu kennen.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike](#). on Sat, 19 Nov 2022 12:39:07 GMT

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

du hast recht
:thumbup:

zahnfleischprobleme waren zu der zeit, als ich 12,5-25mg cpa sublingual nahm und fett wurde ich erst heuer, nachdem ich seit Monaten mit Cortisol gespielt Habe - seit DEXA (zu den antiandrogenen) kam mehr fett dazu.

da schleiche ich jetzt aus

cpa ist seit 18. August auch weg - und bleibt es auch

meine haare sind momentan zwar weniger als im Juli, kommen aber gerade wieder zurück (es hat sich alles beruhigt). das Zahnfleisch ist seit langem wieder gesund und die haut ist straffer.. das fett weniger (da muss ich sportlich aktiv bleiben) - ich bin auch bald 40. da bleibt mir das nicht erspart...

das einzige "gift" was ich noch nehme... ist dut und fin. der rest sind bioidentes P4 und E2.

Zitat:Das ist mir hier alles zu abenteuerlich ohne deine Ziele zu kennen.

:thumbup:

E2 machte mich zielstrebig. ich wusste seither genau, was ich will. was ich wirklich will.

vllt war das bei dir auch so?

vllt ist das bei ocean auch später so?

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 17:57:01 GMT

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

CPA sublingual ??????????

Davon habe ich ja noch nie gehört, warum dass denn ?

Ich bin unter e2 schon zielstrebigter vorallem freundlicher und laufe mit einer rota rosa Brille durch die Gegend.

Allerdings komme ich mit männlichen Verhalten kaum noch zurecht, es nervt mich völlig.

Bei ocean, bin ich mir da unsicher, was ist wenn er nach der HRT zeugungsunfähig wird und „wir sind schuld“ und er tut sich was an ?!

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 17:57:08 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 12:22Mike, du hat doch einen sehr hellen hauttyp, da sind genetisch gesehen sehr helle und auch wenig Augenbrauen wie bei mir die Norm ?

Ich habe auf transtimelines nie ein ausdünnen der Augenbrauen gesehen.

Ich kann vieles bei dir nicht ganz nachvollziehen:o ich habe Parodontose und eine Behandlung 2018 gehabt, also sehr anfällig für Zahnfleisch Entzündungen, ich habe zwar einen Kiefertumor diagnostiziert bekommen aber mein Zahnfleisch hat keine Enzüngsherde.

Auch habe ich unter low t und high E2 alles andere als zugenommen oder schwache/elastische Haut bekommen :o

@oceanboy, wenn du Angst vor dem ausdünnen hast trag lieber minox auf.

Ich verstehe allerdings nicht bei dir was die Pläne sind und deine aktuelle Medikation ist.

Wenn du Fin/Dut und P4 nimmst könnte die ganze Sache bei dir stark verweiblichen, wenn du keinerlei AA nimmst wird nicht viel passieren, es geht da immer um eine Dominanz weibliche vs männliche Geschlechtshormone.

Hast du evtl. auch mal daran geachtet, dass du ab einen point of no return Zeugungsunfähig werden kannst ?

Ich produziere keinerlei Sperma mehr, das kann dir unter Fin und e2 auch passieren.

Das ist mir hier alles zu abenteuerlich ohne deine Ziele zu kennen.

Hallo,

also ich hab schon Ziele, aber die Wege dahin sind unklar.

Erstmal sicher die Fibromyalgie verbessern.

Dann den Haarstatus einigermassen halten.

Und Augenbrauen auch einigermassen halten.

Und nicht zunehmen.

Leide an einer "Angsterkrankung", die durch die starken Schmerzen sehr getriggert wird. Da hat das E2 schon ein bisschen geholfen. Bin etwas relaxter. Aber reicht noch nicht aus.

Meist wenn es dunkel wird, kommen wieder die Zukunftsängste etc. Schwer zu definieren.

Karriere mässig würde ich gern mein MasterStudium als Pianist abschliessen, doch das geht zur Zeit nicht, also schon seit 2 Jahren nicht mehr, wegen diesen Höllen Schmerzen.

Aber an erster Stelle ist natürlich somit die Fibro und die Ängste. Aber die Haar und Augenbrauen Situation sollte auch erhalten bleiben... was so bis jetzt okay klappt.

Meine aktuellen Dinge, die ich nehme, siehst Du in meiner Signatur. Du nehme ich schon lange nicht mehr. Nur noch Minox und Fin topisch. Das verdünne ich auch, wie in der Signatur beschrieben.

Rest steht auch alles dort.

Also geht das mit Testo Gel auf die brauen, ganz wenig :?:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 17:59:25 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 18:57CPA sublingual ??????????

Davon habe ich ja noch nie gehört, warum dass denn ?

Ich bin unter e2 schon zielstrebigter vorallem freundlicher und laufe mit einer rota rosa Brille durch die Gegend.

Allerdings komme ich mit männlichen Verhalten kaum noch zurecht, es nervt mich völlig.

Bei ocean, bin ich mir da unsicher, was ist wenn er nach der HRT zeugungsunfähig wird und „wir sind schuld“ und er tut sich was an ?!

Ich bin homosexuell... Ich habe nicht vor, Kinder zu kriegen.

Wenn dann eins adoptieren...

keine Sorge!

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:01:26 GMT

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

Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.
Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:02:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 08:31Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 07:07mike. schrieb am Fri, 18 November 2022 18:07

Bei mir waren es 15 Jahre Schilddrüsenunterfunktion und zu viele antiandrogene.

Kann man etwas Testo Gel auf die Augenbrauen auftragen :?:
vllt?

nur es müsste ein sehr kleiner tropfen sein. wirklich klein

zuviel geht als DHT in das system..über die haut wird das meiste über die 5ar1 zu DHT...

ich habe das eine weile ausprobiert mit den blauen Augenringen.. die wurden so srark (Durchblutung angeregt), dass dort Blutergüsse entstanden sind (vllt hatte ich zuviel aromatase und Öffnung der porösen Gefäße?)

Könnte man ja mit einem Q-Tip (Wattestäbchen) auftragen das Testo Gel auf die Augenbrauen.

Nur, wenn so ein 5g Sachet offen ist, muss ich es danach gleich fortschmeissen?

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:05:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das gel in den beutel kannst du eine eine spritze Umfüllen und wochenlang verwenden.

Siehe meinen link ein paar Beiträge vorher.
Pilos hat mir da geholfen.

Vorerst würde ich noch kein Testo angreifen.. Im Körper ist noch einige Wochen mehr als

genug vorhanden.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:06:22 GMT

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

Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 18:59 daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 18:57 CPA sublingual ??????????

Davon habe ich ja noch nie gehört, warum dass denn ?

Ich bin unter e2 schon zielstrebig und vor allem freundlicher und laufe mit einer roten Brille durch die Gegend.

Allerdings komme ich mit männlichem Verhalten kaum noch zurecht, es nervt mich völlig.

Bei Ocean, bin ich mir da unsicher, was ist wenn er nach der HRT zeugungsunfähig wird und „wir sind schuld“ und er tut sich was an ?!

Ich bin homosexuell... Ich habe nicht vor, Kinder zu kriegen.

Wenn dann eins adoptieren...

keine Sorge!

Ich mache mir schon Sorgen, du leidest unter einer schweren Krankheit und nun wird uU in den Hormonhaushalt auf Verdacht eingegriffen.

Wenn du einem CIS Mann weibliche Hormone untermischt und er sich körperlich in eine andere Richtung verändert, kann er schwer depressiv werden.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:06:27 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01 Ich würde eher gerne wissen welche Hormonwerte angestrebt werden.

Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.

Fibromyalgie mit Geschlechtshormonen zu behandeln finde ich etwas abenteuerlich.

Da kannst dich einlesen wenn es dich interessiert.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

Ich möchte keine Frau werden. Aber auch nicht zu männlich sein.

Wie definiere ich das genau mit Hormonwerten?

Ich wills wirklich relaxed angehen.

Soll ich trotzdem in so ein Hormonzentrum? (in Zürich gibt es in der Schweiz so eins)

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:07:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.

Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.

Sexualhormone können mehr als man denkt. Gerade du müsstest das Wissen.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:08:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:05
Das gel in den beutel kannst du eine eine spritze Umfüllen und wochenlang verwenden.

Siehe meinen link ein paar Beiträge vorher.
Pilos hat mir da geholfen.

Vorerst würde ich noch kein Testo angreifen.. Im Körper ist noch einige Wochen mehr als genug vorhanden.

-- ich hatte immer sehr niedrige Testo Werte. Letztes Jahr wollte mir ein Arzt Testo spritzen...

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:08:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:07daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.

Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.

Sexualhormone können mehr als man denkt. Gerade du müsstest das Wissen.
Weis ich, jedoch ist Fibromyalgie eine schwere Krankheit, das ganze klingt mir hier zu sehr ins Blaue geraten und es wird massiv in den Hormonhaushalt eingegriffen

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:09:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 19:06daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022

19:01 Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.
Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.
Da kannst Dich einlesen wenn es Dich interessiert.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

Ich möchte keine Frau werden. Aber auch nicht zu männlich sein.
Wie definiere ich das genau mit Hormonwerten?

Ich wills wirklich relaxed angehen.
Soll ich trotzdem in so ein Hormonzentrum? (in Zürich gibt es in der Schweiz so eins)

Bei mir ist es so geworden und ich bin glücklicher als je zuvor im Leben.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:10:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 19:06 daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01 Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.
Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.
Da kannst Dich einlesen wenn es Dich interessiert.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

Ich möchte keine Frau werden. Aber auch nicht zu männlich sein.
Wie definiere ich das genau mit Hormonwerten?

Ich wills wirklich relaxed angehen.
Soll ich trotzdem in so ein Hormonzentrum? (in Zürich gibt es in der Schweiz so eins)

Geh bitte zu dem Hormonzentrum und lass dich gut beraten.

P4 und T Gel kannst du schon ruhig beginnen wenn es dir gut tut, mit dem E2 würde ich etwas warten.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:12:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:09 Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 19:06 daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01 Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.

Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.
Da kannst Dich einlesen wenn es Dich interessiert.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

Ich möchte keine Frau werden. Aber auch nicht zu männlich sein.
Wie definiere ich das genau mit Hormonwerten?

Ich wills wirklich relaxed angehen.
Soll ich trotzdem in so ein Hormonzentrum? (in Zürich gibt es in der Schweiz so eins)

Bei mir ist es so geworden und ich bin glücklicher als je zuvor im Leben.

Würdest du dich denn noch als männlich androgyn bezeichnen ?
Ich habe ein B Körbchen, mein Penis ist extrem geschrumpft und wie gesagt kommt beim Sex nichts mehr raus.
Ich würde sagen da ist bei mir wenig Männlichkeit vorhanden ;)

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:13:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:07 daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01 Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.
Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.

Sexualhormone können mehr als man denkt. Gerade du müsstest das Wissen.

Find ich auch. Zumal kein Arzt eine Ahnung hat, wie er das behandeln soll. Die ewigen Schmerzmittel habe ich satt und nehme auch keine mehr ausser Cannabis medizinisch.

Es gibt ein Buch von Dr. Sergey A. Dzigan über die Hormontherapie und all die enorm positiven Wirkungen auf jenste Krankheiten.

Ich beibe bei dem Plan, den wir besprochen haben und lass Testo erstmal weg.
Evtl versuche ich es dann später noch ganz wenig auf den Augenbrauen.

Meinst Du solche Spritzen: 1ml Injekt-F von Braun :?:

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:15:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist bei mir auch so.

Ich trage Sport BHs.
Trotzdem.. Ich bin männlich androgyn. Androfeminin (trotzdem ein Mann).

Bald post - FFS :proud:

Die Optik und die Haare sind mir sehr wichtig.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:18:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:15Das ist bei mir auch so.

Ich trage Sport BHs.
Trotzdem.. Ich bin männlich androgyn. Androfeminin (trotzdem ein Mann).

Bald post - FFS :proud:

Die Optik und die Haare sind mir sehr wichtig.

Ich mache nächstes Jahr bei Dr Suleyman TAs eine Nose Feminisation und spare dann auf eine allgemeine FFS beim Facial Team in Spanien.

Meine Haare werden nie Mals so wie ich es will und das Thema habe ich so leid :)

Ich denke ich werde irgendwann SMP machen und abrasieren.
Gibt auch wunderschöne Frauen die sich die Haare rasieren

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:20:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:12mike. schrieb am Sat, 19 November 2022

19:09Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 19:06daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.
Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.
Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.
Da kannst Dich einlesen wenn es Dich interessiert.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

Ich möchte keine Frau werden. Aber auch nicht zu männlich sein.
Wie definiere ich das genau mit Hormonwerten?

Ich wills wirklich relaxed angehen.
Soll ich trotzdem in so ein Hormonzentrum? (in Zürich gibt es in der Schweiz so eins)

Bei mir ist es so geworden und ich bin glücklicher als je zuvor im Leben.

Würdest du dich denn noch als männlich androgyn bezeichnen ?

Ich habe ein B Körbchen, mein Penis ist extrem geschrumpft und wie gesagt kommt beim Sex nichts mehr raus.

Ich würde sagen da ist bei mir wenig Männlichkeit vorhanden ;)

ja, hatte schon immer sehr feminine eigenschaften... habe die aber in den letzten monaten etwas verloren. bin plötzlich männlicher, bauchansatz etc. was mir gar nicht gefällt.

zuvor war ich total schlank und fein und konnte mich damit viel besser identifizieren.

mike rät mir zu 0.75mg E2, und Du mir zu Testo... hmmm

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike](#). on Sat, 19 Nov 2022 18:20:22 GMT

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

Eine solche.. 5ml

Gibt es überall für wenig Geld schon

<https://www.shop-apotheke.at/arzneimittel/D2057903/braun-injekt-spritzen-mit-exzentrischem-konus-luer-ansatz.htm?offerId=AT02057903&expa=gglp&18851810363/146066131169/02057903&adword=googl>
e-product/S-AT-SH_CSS_Low-Value/146066131169/02057903&gclid=CjwKCAiAmuKbBhA2EiwAxQnt77x-g07hfA-V72yjGcPbC30LzUqtjS-4gFhqX1mz7nneMPGMXPyV3BoC878QAvD_BwE

Dazu Stöpsel auch aus der Apo für wenig Geld. Fertig.

Einbeutel geht in 2 spritzen rein.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:22:32 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:18mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:15Das ist bei mir auch so.

Ich trage Sport BHs.

Trotzdem.. Ich bin männlich androgyn. Androfeminin (trotzdem ein Mann).

Bald post - FFS :proud:

Die Optik und die Haare sind mir sehr wichtig.

Ich mache nächstes Jahr bei Dr Suleyman TAs eine Nose Feminisation und spare dann auf eine allgemeine FFS beim Facial Team in Spanien.

Meine Haare werden nie Mals so wie ich es will und das Thema habe ich so leid :)

Ich denke ich werde irgendwann SMP machen und abrasieren.

Gibt auch wunderschöne Frauen die sich die Haare rasieren

also brüste möchte ich auf keinen fall... aber das passiert nicht unter 0.75 E2 und 25mg P4 oder?

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:23:10 GMT

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

Würde ich wieder mit männlichen Testosteronwerten leben müssen würde ich nicht mehr leben wollen.

So ist es am besten

E2 100-300 pg/ml

Testo <1 ng/ml und über 300 pg/ml (zuwenig macht krank).

Alleine schon die männlichen Zwänge, die ich im September wieder erfahren habe, als ich mit testogel experimente macht.. Hohes E2 alleine schützt nicht vor männlichen Testo...

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike](#). on Sat, 19 Nov 2022 18:26:34 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:18mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:15Das ist bei mir auch so.

Ich trage Sport BHs.

Trotzdem.. Ich bin männlich androgyn. Androfeminin (trotzdem ein Mann).

Bald post - FFS :proud:

Die Optik und die Haare sind mir sehr wichtig.

Ich mache nächstes Jahr bei Dr Suleyman TAs eine Nose Feminisation und spare dann auf eine allgemeine FFS beim Facial Team in Spanien.

Meine Haare werden nie Mals so wie ich es will und das Thema habe ich so leid :)

Ich denke ich werde irgendwann SMP machen und abrasieren.

Gibt auch wunderschöne Frauen die sich die Haare rasieren

Dr suleyman in Istanbul macht tatsächlich gute Frauennasen.

Facialteam wird auch immer besser.. Leider sind die recht teuer.

Ich fliege im Sommer nach Mumbai zu Dr Parag Telang zur FFS.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike](#). on Sat, 19 Nov 2022 18:27:58 GMT

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

Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 19:22daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022

19:18mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:15Das ist bei mir auch so.

Ich trage Sport BHs.

Trotzdem.. Ich bin männlich androgyn. Androfeminin (trotzdem ein Mann).

Bald post - FFS :proud:

Die Optik und die Haare sind mir sehr wichtig.

Ich mache nächstes Jahr bei Dr Suleyman TAs eine Nose Feminisation und spare dann auf eine allgemeine FFS beim Facial Team in Spanien.

Meine Haare werden nie Mals so wie ich es will und das Thema habe ich so leid :)

Ich denke ich werde irgendwann SMP machen und abrasieren.

Gibt auch wunderschöne Frauen die sich die Haare rasieren

also brüste möchte ich auf keinen fall... aber das passiert nicht unter 0.75 E2 und 25mg P4 oder?

Kann man nicht pauschal sagen.

0.75mg ist ein hub.. Tgl... Das reicht in der Regel aus, um brüste zu bilden.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:30:21 GMT

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

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:27Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 19:22daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:18mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:15Das ist bei mir auch so.

Ich trage Sport BHs.

Trotzdem.. Ich bin männlich androgyn. Androfeminin (trotzdem ein Mann).

Bald post - FFS :proud:

Die Optik und die Haare sind mir sehr wichtig.

Ich mache nächstes Jahr bei Dr Suleyman TAs eine Nose Feminisation und spare dann auf eine

allgemeine FFS beim Facial Team in Spanien.

Meine Haare werden nie Mals so wie ich es will und das Thema habe ich so leid :)

Ich denke ich werde irgendwann SMP machen und abrasieren.

Gibt auch wunderschöne Frauen die sich die Haare rasieren

also brüste möchte ich auf keinen fall... aber das passiert nicht unter 0.75 E2 und 25mg P4 oder?

Kann man nicht pauschal sagen.

0.75mg ist ein hub.. Tgl... Das reicht in der Regel aus, um brüste zu bilden.

ah shit. das passt mir dann gar nicht.

hier noch foto vor paar monaten und foto aktuell...

<https://imgur.com/a/MU6xWHB>

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike](#). on Sat, 19 Nov 2022 18:35:26 GMT

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

Wozu das Blut?

Dann musst du weniger nehmen. 1/2 hub tgl morgens zum Beispiel.. Und beobachten.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:36:35 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:10Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 19:06daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:01Ich würde eher gerne wissen welche hormonwerte angestrebt werden.

Eine HRT Frau zu Mann wird auch effektiv mit 5mg Fin und E2 Gel erreicht.

Fibromyalgie mit geschlechtshormonen zu Behandeln finde ich etwas abenteuerlich.

Da kannst Dich einlesen wenn es Dich interessiert.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

Ich möchte keine Frau werden. Aber auch nicht zu männlich sein.

Wie definiere ich das genau mit Hormonwerten?

Ich wills wirklich relaxed angehen.
Soll ich trotzdem in so ein Hormonzentrum? (in Zürich gibt es in der Schweiz so eins)
Geh bitte zu dem Hormonzentrum und lass dich gut beraten.

P4 und T Gel kannst du schon ruhig beginnen wenn es dir gut tut, mit dem E2 würde ich etwas warten.

Okay, ich lass E2 erstmal weg. Progesteron und Pregnenolon nehme ich.

Und wieviel T Gel würdest vorschlagen?

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:37:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:35Wozu das Blut?

Dann musst du weniger nehmen. 1/2 hub tgl morgens zum Beispiel.. Und beobachten.

das blut haha... das war ein Halloween foto. stimmt ist ja schon 1 jahr her das bild.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:41:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aufgarkeinen Fall Brüste wollen + e2 + p4 + Fin beißt sich einfach.

Ich kenne mich mit T Substitution nicht aus, entweder das was dein Arzt verschrieben hat oder evtl im Bodybuilding Forum fragen ?

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:43:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du kannst ja trotzdem eine feine dosis E2 nehmen.

0.25mg schaden einem Mann nicht..

Falls du mehr willst, kannst du die dosis hochfahren.

Dass du E2 Mangel hast erkennt man an deinen Bildern.

Du wirkst sehr traurig...

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:45:12 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:41Aufgarkeinen Fall Brüste wollen + e2 + p4 + Fin beißt sich einfach.

Ich kenne mich mit T Substitution nicht aus, entweder das was dein Arzt verschrieben hat oder evtl im Bodybuilding Forum fragen ?
Blödsinn und schwarz weiß denken.

Was soll er mit noch mehr T?

Er strotzt gerade so vor T.

Innerlich wirkt er androgyn, äußerlich ist er sehr maskulin.

Da passt was nicht.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:45:22 GMT

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

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:43Du kannst ja trotzdem eine feine dosis E2 nehmen.

0.25mg schaden einem Mann nicht..

Falls du mehr willst, kannst du die dosis hochfahren.

Dass du E2 Mangel hast erkennt man an deinen Bildern.

Du wirkst sehr traurig...

Dazu kommen tausend Dinge in Frage o:

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:47:36 GMT

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

Mir kann es ja egal sein. Es ist nicht mein Körper.

Nur jetzt noch mehr Testosteron und im Verhältnis weniger E2.

Danke und tschüss...

Das ist Körperverletzung.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:48:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:45daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:41Aufgarkeinen Fall Brüste wollen + e2 + p4 + Fin beißt sich einfach.

Ich kenne mich mit T Substitution nicht aus, entweder das was dein Arzt verschrieben hat oder evtl im Bodybuilding Forum fragen ?
Blödsinn und schwarz weiß denken.

Was soll er mit noch mehr T?

Er strotzt gerade so vor T.

Innerlich wirkt er androgyn, äußerlich ist er sehr maskulin.

Da passt was nicht.

Ihm wurde niedriges T diagnostiziert. Du kennst seine Veranlagung nicht, gibt genug Micro HRT doser die unzufrieden sind mit Brustwachstum. Solltest du wissen.
Ich halte eh nichts von exogenem T, hat NWs ohne Ende.

Ich bin aus dem thread raus, das ist mir hier einfach zu simpel gedacht mit extremen Aktionismus gepaart.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:49:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das niedrige T hat schon seinen Ursprung.

Mehr T ist mehr virilisierung..(irreversible Veränderungen inkl mehr AGA) Er wirkt jedoch eher androgyn... Vom Stil her... Also wozu den Körper so verunstalten.. Wenn er doch zart bleiben

möchte?

Ich bin hier auch raus

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:50:30 GMT

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

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:47

Mir kann es ja egal sein. Es ist nicht mein Körper.

Nur jetzt noch mehr Testosteron und im Verhältnis weniger E2.

Danke und tschüss...

Das ist Körperverletzung.

hey, habe deinen post zu spät gelesen und falsch geantwortet. klar, was du schreibst ist einleuchtend.

ich war von daniel verunsichert.

also ok.

ich mag es jetzt so und halte es im tagebuch fest.

ein halber Hub E2, Pregne und 25mg P4

Testo lass ich. Weiss auch nicht warum ich das nehmen sollte. Macht ja nur Pickel und Haarausfall.

Danke für Deine Geduld.

Ocean

Traurig: Ja, bin ich auch. Jeden Tag diese Schmerzen machen mich halt schon fertig. Wie soll man da noch glücklich sein...

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:51:34 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:48mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:45daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 19:41Aufgarkeinen Fall Brüste wollen + e2 + p4 + Fin beißt sich einfach.

Ich kenne mich mit T Substitution nicht aus, entweder das was dein Arzt verschrieben hat oder evtl im Bodybuilding Forum fragen ?
Blödsinn und schwarz weiß denken.

Was soll er mit noch mehr T?

Er strotzt gerade so vor T.

Innerlich wirkt er androgyn, äußerlich ist er sehr maskulin.

Da passt was nicht.

Ihm wurde niedriges T diagnostiziert. Du kennst seine Veranlagung nicht, gibt genug Micro HRT doser die unzufrieden sind mit Brustwachstum. Solltest du wissen.

Ich halte eh nichts von exogenem T, hat NWs ohne Ende.

Ich bin aus dem thread raus, das ist mir hier einfach zu simpel gedacht mit extremen Aktionismus gepaart.

Ok bye.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:52:31 GMT

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

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:49Ich bin hier auch raus

schade...

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:58:02 GMT

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

mike. schrieb am Sat, 19 November 2022 19:49

Das niedrige T hat schon seinen Ursprung.

Mehr T ist mehr virilisierung..(irreversible Veränderungen inkl mehr AGA) Er wirkt jedoch eher androgyn... Vom Stil her... Also wozu den Körper so verunstalten.. Wenn er doch zart bleiben möchte?

Ich bin hier auch raus

Darf ich fragen, was ich falsch gemacht habe?

Ich frage ja nur nach Hilfe.

Ich war schon bei so vielen Ärzten. Die haben alle keine Ahnung. Mein letzter hat mir alle Hormone auf einmal verschrieben, hab ich Dir ja geschrieben am Anfang des Threads...

Ok. Dann schliessen wir den Thread halt hier.

Und ich bin wieder soweit wie vorher. :(

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:37:12 GMT

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

Edit. Inhalte von Privatnachrichten hier im Forum öffentlich zu stellen (kopiert oder mit eigenen Worten wiedergegeben), ist untersagt! Siehe Forenregeln!

Ich mag Mike weiterhin sehr gerne, und er hat mir mein Leben gerettet, denke das kann man schon so sagen.

In einer Gesprächskultur gibt es eben Meinungsverschiedenheiten und ich denke die wurden hier auch ohne Beleidigung abgehandelt.

Mein Punkt war eben dass oceanboy aus einer schweren! Krankheit heraus mit einer HRT beginnen möchte, das finde ich nicht gut.

Diskutiert doch hier gerne weiter.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [mike.](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:40:28 GMT

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

Wir haben kein Problem miteinander. :)

Ich mag euch beide auch sehr gerne. Da ändert sich nichts daran. :proud:

Es war nur eine Meinungsverschiedenheit. Mehr nicht ;)

Den thread würde ich jetzt auch so stehen lassen wie er ist und nichte hinzufügen...

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Praktikant](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:56:34 GMT

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

@Ocean

Hohes E2 im Verhältnis zu Testo könnte die Schmerzen etwas dämpfen. Ich sehe auch keinen Grund noch Testo zu nehmen wenn du nicht weiter vermännlichen willst. Körperlich mehr in richtung Frau magst du auch nicht obwohl du innerlich feminin zu sein scheinst. Hast du Angst Männer könnten dann nicht mehr auf dich stehen? Es ist wirklich schwierig

Niedriges T diagnostiziert... Konnte dein Arzt dir sagen woher das kommt?

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:57:59 GMT

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

daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:37Also oceanboy hat mich hier gerade per pn. Angeschrieben, dass du liebe/r Mike hier jetzt raus bist weil ich ein Problem mit dir habe und ihm deswegen seine Heilung versaue.

Ich finde diese Art von ihm alles andere als nett, aber gut.

Ich mag Mike weiterhin sehr gerne, und er hat mir mein Leben gerettet, denke das kann man schon so sagen.

In einer Gesprächskultur gibt es eben Meinungsverschiedenheiten und ich denke die wurden hier auch ohne Beleidigung abgehandelt.

Mein Punkt war eben dass oceanboy aus einer schweren! Krankheit heraus mit einer HRT beginnen möchte, das finde ich nicht gut.

Diskutiert doch hier gerne weiter.

Ja verstehe ich.

Doch wenn Du Dich da einliest, würdest Du mich verstehen.

Zumal es keine wirklichen Therapien gibt bei Fibro ausser Schmerzmittel.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

nein du versaust mir meine heilung natürlich nicht. ;)

nur weiss ich jetzt halt gar nicht, was ich tun soll. ich stehe wieder im nichts. ohne hoffnung. ohne vertrauen mehr zu irgendjemandem.

was ich schulmedizinisch bisher gemacht habe gegen die Fibromyalgie, hat mich gesundheitlich nur noch mehr in die Misere gebracht.

ihr seit nicht für mich verantwortlich, das ist mir klar.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Sat, 19 Nov 2022 20:05:53 GMT

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

Torsti schrieb am Sat, 19 November 2022 20:56@Ocean

Hohes E2 im Verhältnis zu Testo könnte die Schmerzen etwas dämpfen. Ich sehe auch keinen Grund noch Testo zu nehmen wenn du nicht weiter vermännlichen willst. Körperlich mehr in richtung Frau magst du auch nicht obwohl du innerlich feminin zu sein scheinst. Hast du Angst Männer könnten dann nicht mehr auf dich stehen? Es ist wirklich schwierig

Niedriges T diagnostiziert... Konnte dein Arzt dir sagen woher das kommt?

ich nahm früher sehr lange Dutasterid oral. Das niedrige T kam wohl daher oder?

aber das Mittel kommt fürmich nicht mehr in Frage.

Nur noch Topisch Fin.

Geändert hat sich dadurch am Haarstatus nicht viel. Ist vielleicht ganz leicht schlechter, aber mehr oder weniger stabil.

Ne, diese Angst habe ich nicht. Ich sags mal so: Ich habe so meine eigene Vorstellung von "Schönheit": Ich möchte einfach nicht altern. Ein Mann sein, aber so lange wie möglich jugendlich wirken. Ich glaube das nennt man Dorian Gray oder Peter Pan Syndrom. Ich bin 34 jetzt.

Was mich enorm stört, dass in den letzten Monaten mein Gewicht etwa um 7kg hochging. Zudem sind die Haare so seltsam strohig. Extrem viel Talg im Gesicht, vor allem Stirn.

Erst dachte ich, es ist durch Wassereinlagerungen vom Celebrex und Doxylamin. Hab ich jetzt beides abgesetzt. Aber es wird trotzdem nicht besser.

Schmerzen: Die sind enorm. Pregnenolon hat erst total gut geholfen. Jetzt schon wieder nicht mehr so.

Ich weiss nicht in welche Richtung ich jetzt gehen soll.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 22 Nov 2022 02:53:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Verträumt aber ich meine, schon nicht mehr ganz so trauriger Blick...
<https://imgur.com/a/rb9iCeH>

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Patrick_Bateman](#) on Tue, 22 Nov 2022 09:55:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 20:57 daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:37 Also oceanboy hat mich hier gerade per pn. Angeschrieben, dass du liebe/r Mike hier jetzt raus bist weil ich ein Problem mit dir habe und ihm deswegen seine Heilung versaue. Ich finde diese Art von ihm alles andere als nett, aber gut.

Ich mag Mike weiterhin sehr gerne, und er hat mir mein Leben gerettet, denke das kann man schon so sagen.

In einer Gesprächskultur gibt es eben Meinungsverschiedenheiten und ich denke die wurden hier auch ohne Beleidigung abgehandelt.

Mein Punkt war eben dass oceanboy aus einer schweren! Krankheit heraus mit einer HRT beginnen möchte, das finde ich nicht gut.

Diskutiert doch hier gerne weiter.
Ja verstehe ich.

Doch wenn Du Dich da einliest, würdest Du mich verstehen.

Zumal es keine wirklichen Therapien gibt bei Fibro ausser Schmerzmittel.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

nein du versaust mir meine heilung natürlich nicht. ;)

nur weiss ich jetzt halt gar nicht, was ich tun soll. ich stehe wieder im nichts. ohne hoffnung. ohne vertrauen mehr zu irgendjemandem.
was ich schulmedizinisch bisher gemacht habe gegen die Fibromyalgie, hat mich gesundheitlich nur noch mehr in die Misere gebracht.

ihr seit nicht für mich verantwortlich, das ist mir klar.

Mit Verlaub: Für deine Probleme gibt es glaube ich keine Person die dir Abhilfe schaffen kann. Die Liste deiner physischen Krankheiten ist lang, diese werden durch deine psychischen Probleme noch verstärkt.

Das die Leute hier nicht mehr kommentieren wollen ist absolut verständlich, keiner blickt da durch. Keiner weiß was du dosierst und wie hoch.

Du kennst deine Blutwerte nicht gut genug, um selbst an den passen Stellschrauben drehen zu können, das ist alles hier ins Blaue geschossen und vermutlich auch mehr eine Art Mitteilungsdrang deinerseits als echte Rekonvaleszenz, daher auch immer diese total überarbeiteten Bilder mit 4 Filtern, an denen man weder Haarstatus noch irgendwas anderes erkennen kann um dir zu helfen.

Du hast einen eigenen Thread für diese Art der Probleme, und ich meine da hast du auch geschrieben das selbst deine Psychologen dich nicht mehr therapieren wollten, das spricht für sich.

Ich würde ja sagen: Alles für Monate absetzen und raus in die reale Welt, anstatt in einer Blase zu leben und sich in seiner Hypochondrie zu verlieren.

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 22 Nov 2022 18:46:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Patrick_Bateman schrieb am Tue, 22 November 2022 10:55Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 20:57daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:37Also oceanboy hat mich hier gerade per pn. Angeschrieben, dass du liebe/r Mike hier jetzt raus bist weil ich ein Problem mit dir habe und ihm deswegen seine Heilung versäue.
Ich finde diese Art von ihm alles andere als nett, aber gut.

Ich mag Mike weiterhin sehr gerne, und er hat mir mein Leben gerettet, denke das kann man schon so sagen.

In einer Gesprächskultur gibt es eben Meinungsverschiedenheiten und ich denke die wurden hier auch ohne Beleidigung abgehandelt.

Mein Punkt war eben dass oceanboy aus einer schweren! Krankheit heraus mit einer HRT beginnen möchte, das finde ich nicht gut.

Diskutiert doch hier gerne weiter.
Ja verstehe ich.

Doch wenn Du Dich da einliest, würdest Du mich verstehen.

Zumal es keine wirklichen Therapien gibt bei Fibro ausser Schmerzmittel.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

nein du versaust mir meine heilung natürlich nicht. ;)

nur weiss ich jetzt halt gar nicht, was ich tun soll. ich stehe wieder im nichts. ohne hoffnung. ohne vertrauen mehr zu irgendjemandem.

was ich schulmedizinisch bisher gemacht habe gegen die Fibromyalgie, hat mich gesundheitlich nur noch mehr in die Misere gebracht.

ihr seit nicht für mich verantwortlich, das ist mir klar.

Mit Verlaub: Für deine Probleme gibt es glaube ich keine Person die dir Abhilfe schaffen kann. Die Liste deiner physischen Krankheiten ist lang, diese werden durch deine psychischen Probleme noch verstärkt.

Das die Leute hier nicht mehr kommentieren wollen ist absolut verständlich, keiner blickt da durch. Keiner weiß was du dosierst und wie hoch.

Du kennst deine Blutwerte nicht gut genug, um selbst an den passenden Stellschrauben drehen zu können, das ist alles hier ins Blaue geschossen und vermutlich auch mehr eine Art Mitteilungsdrang deinerseits als echte Rekonvaleszenz, daher auch immer diese total überarbeiteten Bilder mit 4 Filtern, an denen man weder Haarstatus noch irgendwas anderes erkennen kann um dir zu helfen.

Du hast einen eigenen Thread für diese Art der Probleme, und ich meine da hast du auch geschrieben das selbst deine Psychologen dich nicht mehr therapieren wollten, das spricht für sich.

Ich würde ja sagen: Alles für Monate absetzen und raus in die reale Welt, anstatt in einer Blase zu leben und sich in seiner Hypochondrie zu verlieren.

Ich habe "nur" diese Fibromyalgie. Sonst bin ich kern gesund. Ernähre mich pflanzlich und mache Intervallfasten.

Psychische Probleme: Sind viel besser geworden. Ich leide einfach unter den Schmerzen. Meine Dosen stehen alle exakt in meiner Signatur.

Ich habe genug Leute, die mir hier genug erklärt haben. Mike, REMOLAN, daniel... brauche keine weiteren Kommentare mehr.

Ich mache einen Hormonspiegel und andere Blutwerte im Dezember.

Bilder: Habe ich Dich nach etwas gefragt? Es ging nur darum, dass ich wieder etwas happier aussehe, und das sieht man auch mit Filter. Übrigens ist nur 1 Filter drauf und nicht 4.

Was? Ich habe einen sehr guten Therapeuten mit dem ich gut zurecht komme.

Ich setze gar nix ab, wozu?

Ich lebe in der realen Welt. Ich bin Musiker. Du findest mich auf Spotify. (ELEN ANDREW). Ich arbeite als Produzent, mixing engineer und Singer Songwriter für SoundBetter.

Lg Ocean

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 22 Nov 2022 19:01:54 GMT

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

Patrick_Bateman schrieb am Tue, 22 November 2022 10:55Oceanboy schrieb am Sat, 19 November 2022 20:57daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:37Also oceanboy hat mich hier gerade per pn. Angeschrieben, dass du liebe/r Mike hier jetzt raus bist weil ich ein Problem mit dir habe und ihm deswegen seine Heilung versaeue. Ich finde diese Art von ihm alles andere als nett, aber gut.

Ich mag Mike weiterhin sehr gerne, und er hat mir mein Leben gerettet, denke das kann man schon so sagen.

In einer Gesprächskultur gibt es eben Meinungsverschiedenheiten und ich denke die wurden hier auch ohne Beleidigung abgehandelt.

Mein Punkt war eben dass oceanboy aus einer schweren! Krankheit heraus mit einer HRT beginnen möchte, das finde ich nicht gut.

Diskutiert doch hier gerne weiter.
Ja verstehe ich.

Doch wenn Du Dich da einliest, würdest Du mich verstehen.

Zumal es keine wirklichen Therapien gibt bei Fibro ausser Schmerzmittel.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

nein du versaut mir meine heilung natürlich nicht. ;)

nur weiss ich jetzt halt gar nicht, was ich tun soll. ich stehe wieder im nichts. ohne hoffnung. ohne vertrauen mehr zu irgendjemandem.
was ich schulmedizinisch bisher gemacht habe gegen die Fibromyalgie, hat mich gesundheitlich nur noch mehr in die Misere gebracht.

ihr seit nicht für mich verantwortlich, das ist mir klar.

Mit Verlaub: Für deine Probleme gibt es glaube ich keine Person die dir Abhilfe schaffen kann. Die Liste deiner physischen Krankheiten ist lang, diese werden durch deine psychischen Probleme noch verstärkt.

Das die Leute hier nicht mehr kommentieren wollen ist absolut verständlich, keiner blickt da durch. Keiner weiß was du dosierst und wie hoch.

Du kennst deine Blutwerte nicht gut genug, um selbst an den passenden Stellschrauben drehen zu können, das ist alles hier ins Blaue geschossen und vermutlich auch mehr eine Art Mitteilungsdrang deinerseits als echte Rekonvaleszenz, daher auch immer diese total überarbeiteten Bilder mit 4 Filtern, an denen man weder Haarstatus noch irgendwas anderes erkennen kann um dir zu helfen.

Du hast einen eigenen Thread für diese Art der Probleme, und ich meine da hast du auch geschrieben das selbst deine Psychologen dich nicht mehr therapieren wollten, das spricht für sich.

Ich würde ja sagen: Alles für Monate absetzen und raus in die reale Welt, anstatt in einer Blase zu leben und sich in seiner Hypochondrie zu verlieren.

worauf du da antwortest hat sich übrigens bereits geklärt: Habe mich mit daniel ausgesprochen per privat message.

wegen typen wie dir überlege ich mir wieder, mich aus dem forum abzumelden, wie ich es jetzt einige wochen getan habe.

besten dank.

mit verlaub: Die Fibromyalgie wurde durch ein Psychotherapeutikum ausgelöst. Der behandelnde Arzt wird jetzt verklagt. Meinst Du, da habe ich noch Vertrauen? Es ist eine brutal schlimme Sache und ich hadere extrem mit diesem Schicksal. Ich habe jetzt einen Therapeuten gefunden, mit dem ich klar komme. OHNE Medikamente.

Es gibt eine Studie von Dr. Sergey A. Dzigan über Hormontherapie und deren Hilfe bei Fibromyalgie. Nur DESHALB habe ich diesen Thread hier aufgemacht. Um die haare geht es gar nicht. Habe auch schon lange nicht mehr ein Bild gepostet und werde es auch nicht mehr.

Wozu schreibst Du eigentlich solche Kommentare? Willst Du mich beleidigen? Lass mich einfach mein Ding machen. Ich sage auch nicht, was DU zu tun hast.

Grüsse

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 22 Nov 2022 19:30:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Patrick_Bateman schrieb am Tue, 22 November 2022 10:55Oceanboy schrieb am Sat, 19

November 2022 20:57daniel91 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:37Also oceanboy hat mich hier gerade per pn. Angeschrieben, dass du liebe/r Mike hier jetzt raus bist weil ich ein Problem mit dir habe und ihm deswegen seine Heilung versae.
Ich finde diese Art von ihm alles andere als nett, aber gut.

Ich mag Mike weiterhin sehr gerne, und er hat mir mein Leben gerettet, denke das kann man schon so sagen.

In einer Gesprächskultur gibt es eben Meinungsverschiedenheiten und ich denke die wurden hier auch ohne Beleidigung abgehandelt.

Mein Punkt war eben dass oceanboy aus einer schweren! Krankheit heraus mit einer HRT beginnen möchte, das finde ich nicht gut.

Diskutiert doch hier gerne weiter.
Ja verstehe ich.

Doch wenn Du Dich da einliest, würdest Du mich verstehen.

Zumal es keine wirklichen Therapien gibt bei Fibro ausser Schmerzmittel.

<https://www.lifeextension.com/magazine/2005/7/ch>

nein du versaust mir meine heilung natürlich nicht. ;)

nur weiss ich jetzt halt gar nicht, was ich tun soll. ich stehe wieder im nichts. ohne hoffnung. ohne vertrauen mehr zu irgendjemandem.

was ich schulmedizinisch bisher gemacht habe gegen die Fibromyalgie, hat mich gesundheitlich nur noch mehr in die Misere gebracht.

ihr seit nicht für mich verantwortlich, das ist mir klar.

Mit Verlaub: Für deine Probleme gibt es glaube ich keine Person die dir Abhilfe schaffen kann. Die Liste deiner physischen Krankheiten ist lang, diese werden durch deine psychischen Probleme noch verstärkt.

Das die Leute hier nicht mehr kommentieren wollen ist absolut verständlich, keiner blickt da durch. Keiner weiß was du dosierst und wie hoch.

Du kennst deine Blutwerte nicht gut genug, um selbst an den passen Stellschrauben drehen zu können, das ist alles hier ins Blaue geschossen und vermutlich auch mehr eine Art Mitteilungsdrang deinerseits als echte Rekonvaleszenz, daher auch immer diese total überarbeiteten Bilder mit 4 Filtern, an denen man weder Haarstatus noch irgendwas anderes erkennen kann um dir zu helfen.

Du hast einen eigenen Thread für diese Art der Probleme, und ich meine da hast du auch

geschrieben das selbst deine Psychologen dich nicht mehr therapieren wollten, das spricht für sich.

Ich würde ja sagen: Alles für Monate absetzen und raus in die reale Welt, anstatt in einer Blase zu leben und sich in seiner Hypochondrie zu verlieren.

Und noch was: Du sprichst den "einen" Psychotherapeuten an, der mich nicht mehr behandeln wollte: Der war pensioniert und es war ein totales Missverständnis.

So, eigentlich wollte ich Dir nicht antworten. Aber so habe ich mich nun erklärt. Ich mag es nicht, wenn andere so einen Blödsinn über mich schreiben.

Zu den Testungen: Im Dezember habe ich einen Termin bei Dr. Rau einem sehr renommierten Arzt in der Schweiz. Hormonspiegel, Blutwerte, alles wird dort unter die Lupe genommen. Zu dem ist er bekannter Rheumatologe und arbeitet mit amerikanischen Ärzten zusammen. Ich bin sicher, dass sich meine Situation verbessern wird.

Nächstes Jahr (lange Wartezeit) gehe ich zu Dr. Mosetter zusätzlich: Kannst ihn mal googeln. War lange Mannschaftsarzt einiger Fussballmannschaften und hat sich jetzt auf genaue meine Problematik (Fibromyalgie, autoimmune Prozesse) spezialisiert. Schlussendlich sind es viele Puzzleteile, die zum Ziel führen.

Und zu alles absetzen: Also in meiner Signatur ist die topische Tinktur erwähnt (Minox/Fin, und die Peptid Lösung). Dann einen Ansatz der Hormontherapie, den ich mit Mike ausgearbeitet habe und dann mit Dr. Rau besprechen werde nach den Messungen. Und die untere Zeile sind bekannte Mittel in einer MicroCare Mischung, die mein Apotheker mir für Fibromyalgie zusammengesetzt hat. Es ist ziemlich hochdosiert.

Ich stelle die Dinge und das Leben sehr in Frage: Interfallfasten, Wasserfasten, rein pflanzliche Kost nach Dr. Karl Probst. Wie gesagt, mach Du dein Ding, ich mach meins. Ich antworte nun auf keine deiner Kommentare mehr.

Dass viele Leute nicht antworten: Stimmt zum Teil. Hat aber mit vielen Missverständnissen zu tun. Ich habe die Karten mit meinen Erklärungen jetzt sehr klar auf den Tisch gelegt. Ich habe einen langen Weg hinter mir. Aber hat das nicht jeder? Und ich habe sehr vieles gelernt. Mein einziges Ziel ist es jetzt einfach, von den enormen Schmerzen wegzukommen. Ich lebe bestimmt in keiner Hypochondrie.

Grüsse
Ocean

Subject: Aw: Hormone
Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 22 Nov 2022 20:01:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Hundert Jahre, lieber Gast,
warten wir auf dich.

Da du hergefunden hast,
bist du's sicherlich.
Dass du Durst und Hunger stillst,
alles steht bereit.
Alles, was du suchst und willst,
auch Geborgenheit,
Trost nach allem Leid.
Ob du gut warst oder schlecht,
wie du bist, so bist du recht,
denn dein Weg war weit. "

Michael Ende, Die Unendliche Geschichte

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Patrick_Bateman](#) on Tue, 22 Nov 2022 23:33:29 GMT

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

Oceanboy schrieb am Tue, 22 November 2022 19:45

Ich habe "nur" diese Fibromyalgie. Sonst bin ich kern gesund.

Jeder der sich hier deine diversen Threads durchliest, wird erkennen das du ganz sicher nicht „kerngesund“ bist. Vor allem nicht psychisch.

Alle paar Wochen ein neuer Thread um irgendwelche Therapieansätze für deine neuen Problemchen, natürlich selbst therapiert weil ja alle Ärzte wie du selbst schriebst keine Ahnung haben, völlig überarbeitete Bilder mit Combover oder Mütze welchen deinen Haarstatus zeigen sollen, aber absolut nicht aussagekräftig sind, absolut beratungsresistent, hörst und liest nur das was du willst.

Edit. Inhalte von Privatnachrichten öffentlich zu stellen oder mit eigenen Worten wiederzugeben, ist hier untersagt! > Forenregeln!

Ist dir eigentlich bewusst wie viele dutzend Seiten in diesem Forum von deinen Problemen handeln?

Das die Leute nicht mehr kommentieren wollen hat einen Grund, denk mal drüber nach, während du den nächsten Nummer 1 Hit produzierst oder einen neues Gedicht komponierst.

Edit. Keine Beleidigungen oder Diskreditierungen!

MFG

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 23 Nov 2022 01:04:54 GMT

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

Patrick_Bateman schrieb am Wed, 23 November 2022 00:33Oceanboy schrieb am Tue, 22 November 2022 19:45

Ich habe "nur" diese Fibromyalgie. Sonst bin ich kern gesund.

Jeder der sich hier deine diversen Threads durchliest, wird erkennen das du ganz sicher nicht „kerngesund“ bist. Vor allem nicht psychisch.

Alle paar Wochen ein neuer Thread um irgendwelche Therapieansätze für deine neuen Problemchen, natürlich selbst therapiert weil ja alle Ärzte wie du selbst schriebst keine Ahnung haben, völlig überarbeitete Bilder mit Combover oder Mütze welchen deinen Haarstatus zeigen sollen, aber absolut nicht aussagekräftig sind, absolut beratungsresistent, hörst und liest nur das was du willst.

Edit. Inhalte von Privatnachrichten öffentlich zu stellen oder mit eigenen Worten wiederzugeben, ist hier untersagt! > Forenregeln!

Ist dir eigentlich bewusst wie viele dutzend Seiten in diesem Forum von deinen Problemen handeln?

Das die Leute nicht mehr kommentieren wollen hat einen Grund, denk mal drüber nach, während du den nächsten Nummer 1 Hit produzierst oder einen neues Gedicht komponierst.

Edit. Keine Beleidigungen oder Diskreditierungen!

MFG

Ja du hast Recht. Danke für Deine Bemerkungen. Lieber Gruss. Ocean.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 23 Nov 2022 10:40:56 GMT

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

Ich habe lange überlegt ob ich auch was dazu schreiben soll....

Patrick B. hat es im ersten Posting schon zutreffend formuliert:

Zitat:Jeder der sich deine Beiträge aus der Vergangenheit hier durchgelesen hat, wird wissen das du eine Reihe von Problemen physischer und psychischer Natur hast, welche mit diversen Mitteln versuchst zu bekämpfen und offensichtlich weder für die einen, noch die anderen eine Lösung gefunden hast.

Deine Liste an Mitteln (ich weiss nicht ob es noch so viele sind wie in der Vergangenheit) nun noch mit den einer Hormon Therapie zu erweitern, schreit förmlich nach einem Unglück. Er hat mir hier aus der Seele gesprochen. Auch sein letztes Posting war zwar etwas aggressiver ausgefallen, ist aber leider auch zutreffend.

Alopezie, wie der Name schon sagt, beschäftigt sich ja in erster Linie mit den Haaren.

Ein wirkliches Haarproblem kann ich bei dir Oceanboy, eher nicht erkennen [sei froh drum!].

Mir fällt auf, dass du immer wieder Selfies von dir postest, mit Mütze, auf welchen dein Haarstatus gar nicht erkennbar ist!

Für mich erweckt dies eben den Eindruck, dass du gerne im Mittelpunkt stehen möchtest und Beachtung brauchst! Des ist klar, dass sich andere User dann etwas genervt fühlen [ich übrigens auch, das geb ich zu.]

Und da haben wir schon wieder ein weiteres Problem,

Schreibt man nichts zu deinen Themen, bist du angefressen,

SCHREIBT ABER JEMAND SO WIE ES IST, bist du vielleicht verärgert oder gar verletzt, was ich ja nachvollziehen kann.

Lange Rede kurzer Sinn, ich befürchte, dass für die Art von Problemen, welche du offensichtlich hast, es hier auf dem Haarforum keine Patent-Lösung gibt.

Dies vermute ich eben. Du kannst hier selbstverständlich als User weiter aktiv bleiben, um haartechnisch auf dem laufenden zu bleiben.

Vielleicht aber gibt es für dich einen Ort, wo du dich zurück-ziehen kannst, um zu entspannen oder zur Ruhe zu kommen.

Oder mit Freunden etwas unternehmen, um auf andere Gedanken zu kommen.

Ja, es ist natürlich immer leicht, wens einem selber gut geht, solche Ratschläge zu geben.

Andererseits wollte ich mein Posting auch nicht zu feindselig verfassen.

Wie gesagt , ich habe lange überlegt, ob ich was dazu schreibe soll.

Ob es überhaupt richtig ist, mich dazu zu äußern.

Subject: Aw: Hormone

Posted by [daniel91](#) on Wed, 23 Nov 2022 10:54:07 GMT

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

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Thu, 24 Nov 2022 02:03:50 GMT

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

Sonic Boom schrieb am Wed, 23 November 2022 11:40Ich habe lange überlegt ob ich auch was dazu schreiben soll....

Patrick B. hat es im ersten Posting schon zutreffend formuliert:

Zitat: Jeder der sich deine Beiträge aus der Vergangenheit hier durchgelesen hat, wird wissen das du eine Reihe von Problemen physischer und psychischer Natur hast, welche mit diversen Mitteln versuchst zu bekämpfen und offensichtlich weder für die einen, noch die anderen eine Lösung gefunden hast.

Deine Liste an Mitteln (ich weiss nicht ob es noch so viele sind wie in der Vergangenheit) nun noch mit den einer Hormon Therapie zu erweitern, schreit förmlich nach einem Unglück. Er hat mir hier aus der Seele gesprochen. Auch sein letztes Posting war zwar etwas aggressiver ausgefallen, ist aber leider auch zutreffend.

Alopezie, wie der Name schon sagt, beschäftigt sich ja in erster Linie mit den Haaren. Ein wirkliches Haarproblem kann ich bei dir Oceanboy, eher nicht erkennen [sei froh drum!]. Mir fällt auf, dass du immer wieder Selfies von dir postest, mit Mütze, auf welchen dein Haarstatus gar nicht erkennbar ist!

Für mich erweckt dies eben den Eindruck, dass du gerne im Mittelpunkt stehen möchtest und Beachtung brauchst! Des ist klar, dass sich andere User dann etwas genervt fühlen [ich übrigens auch, das geb ich zu.]

Und da haben wir schon wieder ein weiteres Problem, Schreibt man nichts zu deinen Themen, bist du angefressen, SCHREIBT ABER JEMAND SO WIE ES IST, bist du vielleicht verärgert oder gar verletzt, was ich ja nachvollziehen kann.

Lange Rede kurzer Sinn, ich befürchte, dass für die Art von Problemen, welche du offensichtlich hast, es hier auf dem Haarforum keine Patent-Lösung gibt.

Dies vermute ich eben. Du kannst hier selbstverständlich als User weiter aktiv bleiben, um haartechnisch auf dem laufenden zu bleiben.

Vielleicht aber gibt es für dich einen Ort, wo du dich zurück-ziehen kannst, um zu entspannen oder zur Ruhe zu kommen.

Oder mit Freunden etwas unternehmen, um auf andere Gedanken zu kommen.

Ja, es ist natürlich immer leicht, wenns einem selber gut geht, solche Ratschläge zu geben.

Andererseits wollte ich mein Posting auch nicht zu feindselig verfassen.

Wie gesagt , ich habe lange überlegt, ob ich was dazu schreiben soll.

Ob es überhaupt richtig ist, mich dazu zu äußern.

Danke Sonic. Wenigstens schreibst Du anständig.

Ich denke sehr überlegt. Ich nerve mich nicht, wenn niemand antwortet. Nehme es halt einfach hin.

Was heisst schon "SO WIE ES IST". So wie es ist ist sehr subjektiv. Wie auch immer.

Was ganz klar nicht stimmt: Ich möchte überhaupt nicht gerne im Mittelpunkt stehen. Das ist nun das allerletzte, was ich möchte.

Mein Bruder und ich, wir sind eher zurückgezogen, schüchtern, aber auch auf eine positive Art. Anständig und fair...

Zu den Pics: Ich habe ehrlich gesagt das letzte Haarpic im Sommer gepostet und das war ohne Mütze.

Das letzte mit Mütze war nur deshalb, weil ich erstaunt war: Ich fand, dass ich nicht mehr so traurig in die Welt blickte wie auch schon.

Habe mich eben gerade mit Mike per PN darüber unterhalten. Eigentlich hätte ich es ihm auch per PN senden sollen. Nicht öffentlich.

Ich verstehe nicht, woran man sich da nerven soll. Aber es ist auch in meinem Sinn, hier nicht mehr so viel von mir preis zu geben. Und ich poste auch kein Bild mehr. Das habe ich in diesem Sinne nicht nötig. Das war ein totales Missverständnis.

Ich finde, ihr solltet etwas aufhören, mich so wie einen Aussenseiter zu behandeln. Ich fühle mich ehrlich echt gemobbt hier von einigen.

Legt das bitte nicht auf die Wagschaale. Wollte ich einfach mal gesagt haben.

Ich melde mich wieder, wenn ich genaue Werte habe zum Hormonspiegel. Wenn überhaupt. Vielleicht verlasse ich auch das Forum. Ich brauche hier eigentlich nichts mehr.

Dieser Thread wird morgen geschlossen. Ich antworte also auf nichts mehr.

Wie Bates sich hier verhalten hat, ist unter Null. Egal, was er von mir denkt, in so einem Ton spricht man doch nicht mit einem fremden Menschen.

Ich finde auch, "Kommt mal runter"

Euch allen gutes Gelingen mit Euren Regimes. Ich bin mal eine Weile off.

OCEAN

Subject: Aw: Hormone

Posted by [Oceanboy](#) on Thu, 24 Nov 2022 02:15:30 GMT

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

Sonic Boom schrieb am Wed, 23 November 2022 11:40Ich habe lange überlegt ob ich auch was dazu schreiben soll....

Patrick B. hat es im ersten Posting schon zutreffend formuliert:

Zitat:Jeder der sich deine Beiträge aus der Vergangenheit hier durchgelesen hat, wird wissen das du eine Reihe von Problemen physischer und psychischer Natur hast, welche mit diversen Mitteln versuchst zu bekämpfen und offensichtlich weder für die einen, noch die anderen eine Lösung gefunden hast.

Deine Liste an Mitteln (ich weiss nicht ob es noch so viele sind wie in der Vergangenheit) nun noch mit den einer Hormon Therapie zu erweitern, schreit förmlich nach einem Unglück. Er hat mir hier aus der Seele gesprochen. Auch sein letztes Posting war zwar etwas aggressiver ausgefallen, ist aber leider auch zutreffend.

Alopezie, wie der Name schon sagt, beschäftigt sich ja in erster Linie mit den Haaren.

Ein wirkliches Haarproblem kann ich bei dir Oceanboy, eher nicht erkennen [sei froh drum!].
Mir fällt auf, dass du immer wieder Selfies von dir postest, mit Mütze, auf welchen dein Haarstatus gar nicht erkennbar ist!

Für mich erweckt dies eben den Eindruck, dass du gerne im Mittelpunkt stehen möchtest und Beachtung brauchst! Des ist klar, dass sich andere User dann etwas genervt fühlen [ich übrigens auch, das geb ich zu.]

Und da haben wir schon wieder ein weiteres Problem,
Schreibt man nichts zu deinen Themen, bist du angefressen,
SCHREIBT ABER JEMAND SO WIE ES IST, bist du vielleicht verärgert oder gar verletzt, was ich ja nachvollziehen kann.

Lange Rede kurzer Sinn, ich befürchte, dass für die Art von Problemen, welche du offensichtlich hast, es hier auf dem Haarforum keine Patent-Lösung gibt.

Dies vermute ich eben. Du kannst hier selbstverständlich als User weiter aktiv bleiben, um haartechnisch auf dem laufenden zu bleiben.

Vielleicht aber gibt es für dich einen Ort, wo du dich zurück-ziehen kannst, um zu entspannen oder zur Ruhe zu kommen.

Oder mit Freunden etwas unternehmen, um auf andere Gedanken zu kommen.

Ja, es ist natürlich immer leicht, wenns einem selber gut geht, solche Ratschläge zu geben.

Andererseits wollte ich mein Posting auch nicht zu feindselig verfassen.

Wie gesagt , ich habe lange überlegt, ob ich was dazu schreiben soll.

Ob es überhaupt richtig ist, mich dazu zu äußern.

Und nein, sein letztes Posting war alles andere als zutreffend:

Ich bin psychisch stabiler, habe einen guten Therapeuten, habe einen tollen Beruf. Was wird mir hier eigentlich an den Kopf geworfen? Vergangenheit ist Vergangenheit. Klar, ich nehme Dinge aus der Vergangenheit mit, die niemals vergehen werden. Aber es geht aufwärts. Das braucht man einem Menschen nicht abzustreiten.

Meine Mittel sind exakt in meiner Signatur angegeben. Die Hormontherapie ist ärztlich abgesprochen. Ich habe mich sogar online mit einem Spezialisten aus den USA vernetzt und mit ihm kommuniziert. Mein Hormonspiegel mache ich im Dezember bei einem Andrologen in Zürich.

So, genug der Rechtfertigung.

Ich habe AGA. Aber wohl nicht so eine aggressive. Dieses Problem ist für mich in weite Ferne gerückt.

Die Fibromyalgie hat mich total aus dem Leben gehauen, und das nun schon seit 2 Jahren. Wie sie begann: Nebenwirkungen eines Psychopharmaka. Ein Neurologe hat mir im November letzten Jahres bestätigt, dass Fibromyalgie in seltenen Fällen von diesem Medikament ausgelöst werden kann. Das war nirgendwo zu lesen und ich konnte es nicht wissen. Ich wollte ja nur etwas Gutes tun. Das ist die ganze Tragödie.

Alles Gute!

Ich bin dann mal weg ;)