

---

Subject: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 06 Dec 2022 19:32:44 GMT

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

---

Eine Veränderung eurer Längen unter Finasterid, Dut, oder Minox, Nem, Spiro usw, ist dann ein Erfolg wenn die Haare die sonst eine kürzere Wachstumsdauer hätten, plötzlich länger werden.

Dann hat sich etwas im Gewebe getan.

Es wird besser durchblutet, besser versorgt, die Lipide sind aktiver, etc etc..

Meine Längen waren durch meine Behandlung zeitweise im Gegensatz zum Ausgangsbild deutlich verbessert.

Ich merkte das erst als ich mal 100 mg Spiro weggelassen hatte, und meine damalige Friseurin mir sagte"das sind nicht ihre Laengen"

Irgendwann mal hatte ich auch den Eindruck das mein Stirn Ansatz hoeher gerutscht ist. Fotos mit nass zurueckgekaemmtten Haaren konnten das aber nicht bestaetigen.

Der Ansatz war auf gleicher Höhe.

Erst beim Versuch eine alte Frisur von vor ein paar Jahren nachzubauen, bemerkte ich das die Haare ganz vorne an der Stirn zwar noch in voller Gesundheit da waren, aber ihre Wachstumsphase nach c. A 10 cm beendeten.

Vorher wurden die ganze 30 Cm Liniallaenge lang

Gruss

F

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike.](#) on Tue, 06 Dec 2022 21:33:18 GMT

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

---

Mir geht's nur noch um die Struktur und dicke der schäfte =bessere längen

Wie du sagst, je schöner und Weicher die haut desto günstiger für die Haare.

Momentan orientiere ich mich an 20 jährige Frauen was die haut angeht.. Die Haare ziehen nach einigen Monaten nach.

Seit einigen Optimierungen ist die Haut nicht mehr so trocken. E2 und P4 spielen bei mir eine Schlüsselrolle.

Auch wie du sagst.. Glucocortocoiden knapp halten. Leider brauche ich momentan eine minidosis prednisolon oder Cortisol.. Im ausschleixhverfahren. Der Tinnitus wurde damit dezenter und die hörbehinderung stark minimiert.

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 07 Dec 2022 12:28:00 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 06 December 2022 22:33

Mir geht's nur noch um die Struktur und dicke der schäfte =bessere längen

Wie du sagst, je schöner und Weicher die haut desto günstiger für die Haare.

Momentan orientiere ich mich an 20 jährige Frauen was die haut angeht.. Die Haare ziehen nach einigen Monaten nach.

Seit einigen Optimierungen ist die Haut nicht mehr so trocken. E2 und P4 spielen bei mir eine Schlüsselrolle.

Auch wie du sagst.. Glucocortocoidoide knapp halten. Leider brauche ich momentan eine minidosis prednisolon oder Cortisol.. Im ausschleixhverfahren. Der Tinnitus wurde damit dezenter und die hörbehinderung stark minimiert.

Ich persönlich... Beneide wenn, dann nur Frauen um Ihre Haare.

Und tatsächlich, je jünger sie sind umso besser die Haare

Wobei selbst alte Frauen immer noch 1000 mal bessere Haare haben als 95 Prozent der Maenner.

Das Haar altert.... Das vergessen viele.

Es altert Merklich.

Obwohl sich die Etappen manchmal ziehen.

Wenn ich mal dran denke was Fuer Haare ich in meinen 20 s hatte.

Kann ich gar nicht mehr glauben.

Eigentlich müsste Haaralterung beim Mann, mit einem AGA Schub unterschiedlicher Ausprägung korrelieren

Mein Haar ist zwar gealtert, aber ich glaube die Korrelation mit einer dazugehörigen weiteren Ausprägung der Norwood Musterung ist durch Dut und Spiro ausgeblieben.

Nur laengen und Struktur ist schlechter, was ich auf eine latente Alterung der Subkutis durch eher nicht androgenes Einfluesse zurueckfuehre.

Zusammen mit DHT haette das andere Konsequenzen gehabt.

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike.](#) on Wed, 07 Dec 2022 12:50:06 GMT

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

---

Vlt fehlt dir etwas E2, P4, DHEA, AR (wo Testosteron andocken kann)?

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 07 Dec 2022 13:33:09 GMT

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

---

mike. schrieb am Wed, 07 December 2022 13:50

Vlt fehlt dir etwas E2, P4, DHEA, AR (wo Testosteron andocken kann)?

E2 und DHEA find ich gut.

Letzteres weil es auch GH anhebt... Generell als Vorstufe in meinem Alter.

Langlebige Menschen haben nachweislich hohes DHEA.

Und zu meinen erstaunen mußte ich feststellen das ein DHEA Mangel auch Fibrose begünstigt.

So zum Beispiel bei Ffa, deren Pathogenese der der AGA ähnlich ist.

M. E ist Ffa bei AGA oft untergemischt.

DHEA hält ggf beta auf.

Wird aber auch kontrovers diskutiert.

Es gibt widersprüchliche Studien.

Ggf macht es die Dosis, oder die individuelle Präsenz des AR.

Obwohl es ganz ohne AR auf Fibrose einwirken kann.

Rein immunologisch.

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 07 Dec 2022 13:39:46 GMT

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

---

mike. schrieb am Wed, 07 December 2022 13:50

Vlt fehlt dir etwas E2, P4, DHEA, AR (wo Testosteron andocken kann)?

Kann sein das der AR die Haar dicke beeinflusst.

Seit 50 mg mehr Spiro, ist mein Haar wieder feiner, aber dichter.

Hmmm, man sagt ja Maennerhaar ist kräftiger.

Obwohl ich das gar nicht beobachte.

---

Eher Rauher meine ich.....

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike](#). on Wed, 07 Dec 2022 14:36:34 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Wed, 07 December 2022 14:39mike. schrieb am Wed, 07 December 2022 13:50

Vllt fehlt dir etwas E2, P4, DHEA, AR (wo Testosteron andocken kann)?

Kann sein das der AR die Haar dicke beeinflusst.  
Seit 50 mg mehr Spiro, ist mein Haar wieder feiner, aber dichter.

Hmmm, man sagt ja Maennerhaar ist kräftiger.  
Obwohl ich das gar nicht beobachte.  
Eher Rauher meine ich.....

:thumbup:

Bei mir auch. Mehr cpa = mehr Haare aber feiner

Frauenhaare sind sicherlich in schaftumfang dicker.. Dafür die schuppenschicht geschlossenener = wirkt dann dünner

Dünnes Männerhaar mit offenen schuppenschicht wirkt volumoser, dicker... Täuscht aber nur

Würde sich so ein Mann die Haare lang wachsen lassen und glätten.. Bleibt nicht mehr viel übrig

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike](#). on Wed, 07 Dec 2022 19:24:57 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Wed, 07 December 2022 14:33mike. schrieb am Wed, 07 December 2022 13:50

Vllt fehlt dir etwas E2, P4, DHEA, AR (wo Testosteron andocken kann)?

E2 und DHEA find ich gut.  
Letzteres weil es auch GH anhebt... Generell als Vorstufe in meinem Alter.

Langlebige Menschen haben nachweislich hohes DHEA.  
Und zu meinen erstaunen mußte ich feststellen das ein DHEA Mangel auch Fibrose begünstigt.

So zum Beispiel bei Ffa, deren Pathogenese der der AGA ähnlich ist.  
M. E ist Ffa bei AGA oft untergemischt.  
DHEA hält ggf beta auf.

Wird aber auch kontrovers diskutiert.  
Es gibt widersprüchliche Studien.  
Ggf macht es die Dosis, oder die individuelle Präsenz des AR.

Obwohl es ganz ohne AR auf Fibrose einwirken kann.  
Rein immunologisch.

ich schätze Dein Wissen und Erfahrungen sehr. :thumbup:

ich würde gerne Deine Ejschätzung wissen.  
Um jeden Preis möchte ich jetzt alles richtig machen.

schau mal  
so war ich unter DHEA ubd E2 anno 2018

das war eine gute Zeit und kurz vor einem verbesserungsschub (zu NW0,5) ein paar Monate später

jetzt würde ich sagen, dass Gesicht, Haut und Haarlinie + Struktur/dichte ähnlich sind wie damals  
momentan baue ich da wieder auf.. auf bestehende Erfahrungen

würdest Du sagen, das subkutane Fettgewebe wirkt gut?

wie schätzt Du das ein?

[https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/423302/#msg\\_423302](https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/423302/#msg_423302)  
EDIT: auch noch etwas weiterscrollen... es sind klare Bilder vom Status 2018 gemacht worden

Danke für den interessanten Austausch. Deine Erfahrungen sind eine Bereicherung für dieses Forum :thumbup:

EDIT2  
das war ein pre-E2/Pre-Medikation Status.. da wurde nichts gemacht..außer fin only anno 2017  
[https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/425449/#msg\\_425449](https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/425449/#msg_425449)

EDIT3

das war der beste Status den ich je erreicht hatte (anf 2019)  
e2, DHEA, P4, fin, cpa, minox oral + topisch, haufen nems .. keine Ahnung was alles genommen wurde  
es wurde danach eher etwas schlechter  
<https://www.alopezie.de/fud/index.php/fa/27377/0/>

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 07 Dec 2022 21:17:41 GMT

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

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 07 Dec 2022 22:50:12 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Wed, 07 December 2022 22:17mike. schrieb am Wed, 07 December 2022 20:24Frank1970 schrieb am Wed, 07 December 2022 14:33mike. schrieb am Wed, 07 December 2022 13:50

Vllt fehlt dir etwas E2, P4, DHEA, AR (wo Testosteron andocken kann)?

E2 und DHEA find ich gut.

Letzteres weil es auch GH anhebt... Generell als Vorstufe in meinem Alter.

Langlebige Menschen haben nachweislich hohes DHEA.

Und zu meinen erstaunen mußte ich feststellen das ein DHEA Mangel auch Fibrose begünstigt.

So zum Beispiel bei Ffa, deren Pathogenese der der AGA ähnlich ist.

M. E ist Ffa bei AGA oft untergemischt.

DHEA hält tgf beta auf.

Wird aber auch kontrovers diskutiert.

Es gibt widersprüchliche Studien.

Ggf macht es die Dosis, oder die individuelle Präsenz des AR.

Obwohl es ganz ohne AR auf Fibrose einwirken kann.

Rein immunologisch.

ich schätze Dein Wissen und Erfahrungen sehr. :thumbup:

ich würde gerne Deine Ejnschätzung wissen.

Um jeden Preis möchte ich jetzt alles richtig machen.

schau mal  
so war ich unter DHEA ubd E2 anno 2018

das war eine gute Zeit und kurz vor einem verbesserungsschub (zu NW0,5) ein paar Monate später

jetzt würde ich sagen, dass Gesicht, Haut und Haarlinie + Struktur/dichte ähnlich sind wie damals  
momentan baue ich da wieder auf.. auf bestehende Erfahrungen

würdest Du sagen, das subkutane Fettgewebe wirkt gut?

wie schätzt Du das ein?

[https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/423302/#msg\\_423302](https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/423302/#msg_423302)  
EDIT: auch noch etwas weiterscrollen... es sind klare Bilder vom Status 2018 gemacht worden

Danke für den interessanten Austausch. Deine Erfahrungen sind eine Bereicherung für dieses Forum :thumbup:

EDIT2

das war ein pre-E2/Pre-Medikation Status.. da wurde nichts gemacht..außer fin only anno 2017  
[https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/425449/#msg\\_425449](https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/425449/#msg_425449)

EDIT3

das war der beste Status den ich je erreicht hatte (anf 2019)  
e2, DHEA, P4, fin, cpa, minox oral + topisch, haufen nems .. keine Ahnung was alles genommen wurde  
es wurde danach eher etwas schlechter  
<https://www.alopezie.de/fud/index.php/fa/27377/0/>  
Das erste Bild zeigt eine deutlich bessere Struktur wie die der Praemedikativen Fotos.  
Glatter und mehr stand im Haar.

Die GHE kann ich mit den beiden Bildern aber kaum vergleichen, da völlig unterschiedliche Frisuren.

Bild Praemedikativen NW 1 mit asymmetrischer Haarlinie. Welliges Maennerhaar  
Ein paar Zacken aus der Krone rund um die Haarlinie?Kann das sein? Also das dir irgendwann nach der Pubertät bißchen was am mittelspitz und im ganzen rundum abhanden gekommen ist? Paar mm?

Bild vorher Glatter und eher Frauenhaar Sieht besser, gesünder aus.  
Wie bereits gesagt auch mehr Stand.  
Deutlich besser Haarlinie sieht insofern beurteilbar auch besser strukturiert aus. Kein Norwood 2. Immer noch grad 1, insofern beurteilbar.

Das letzte Bild..... Wahnsinn!

Definitiv Norwood 0,5 oder 0.  
Ein Musterbeispiel.  
Sind die da nicht auch bißchen trocken?  
Und sehr dicht?

Kein typisches Maennerhaar.

Sieht insgesamt nicht arm an subkutanem Fett aus.  
Das wird dir auch nicht Schwinden wenn du am Ball bleibst. Augenscheinlich kein Typ fuer eine starke Lipid Differenzierung. Eher das Gegenteil.  
Darf nur keine IR entstehen.  
Homa index sollte ab und an geprueft werden.

Sorgen musst du dir m. E erst ab c. A 45 machen.  
Aber nur geringe.

Dein Subfett Anteil ist nach meiner schaeztung besser als meiner

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?  
Posted by [mike](#). on Thu, 08 Dec 2022 09:55:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank Frank f. Deine Einschätzung :thumbup: :thumbup:

jetzt weiß ich, die Richtung stimmt :)

den homa index behalte ich dann im auge. :proud:

vorne ist ca 2002-2003 der witwenspitz abhanden gekommen (mit 15-16) - da wächst auch nichts mehr und etwas eingesunken ist die haut an der stelle .. ca1x1 cm Dreieck nach unten

2002-2005 hatte ich phasen der entzündung im stirnbereich mit starker akne.. auch kam in der



zeit der tinnitus.

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Thu, 08 Dec 2022 13:53:08 GMT

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

---

mike. schrieb am Thu, 08 December 2022 10:55Vielen Dank Frank f. Deine Einschätzung  
:thumbup: :thumbup:

jetzt weiß ich, die Richtung stimmt :)

den homa index behalte ich dann im auge. :proud:

vorne ist ca 2002-2003 der witwenspitz abhanden gekommen (mit 15-16) - da wächst auch nichts mehr und etwas eingesunken ist die haut an der stelle .. ca1x1 cm Dreieck nach unten

2002-2005 hatte ich phasen der entzündung im stirnbereich mit starker akne.. auch kam in der zeit der tinnitus.

Ich entdecke Parallelen...

Vor c. A 2 Jahren als ich 17 Jahre auf 100 mg spiro und Dut war, aber eine Low Carb diet und viel Gym machte, entzündete sich ein Wirbel an meiner Stirn.

Der wurde rot, und die Stirn juckte.

Das war ein Shub, der mich ein paar Haare gekostet hat.

Hab dann um nochmal 50 mg spiro ergänzt, und die Einnahmezeiten geändert.

Dann besserte sich das sehr gut

Spiro wirkt schnell,....., muss ich sagen.

Da wo bei dir Haare fehlen, also die paar frontal.

Ist da noch heller Flaum?

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike.](#) on Thu, 08 Dec 2022 14:03:19 GMT

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

---

der flaum ist auf dem niveau der haare, die auch auf der nase oder "schwach behaarten stellen"

ich habe diese haare abgeschrieben. einen echten witwenspitz wird es nie wieder geben. meine schwester hat den noch (aber auch eher schwach..auch die ecken sind bei ihr dünner (aber noch behaart))

vater, brüder usw - NW3 - NW7dupa

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Thu, 08 Dec 2022 14:08:47 GMT

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

---

mike. schrieb am Thu, 08 December 2022 15:03der flaum ist auf dem niveau der haare, die auch auf der nase oder "schwach behaarten stellen"

ich habe diese haare abgeschrieben. einen echten witwenspitz wird es nie wieder geben. meine schwester hat den noch (aber auch eher schwach..auch die ecken sind bei ihr dünner (aber noch behaart))

vater, brüder usw - NW3 - NW7dupa

So ist auch mein Flaum beschaffen

Ich frage mich... Ob bei Fortschreiten der AGA der Flaum nicht zuerst Schwinden. Uesste3

Sind ja immerhin die schwachsten Haare, an empfindlichen Stellen.

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike.](#) on Thu, 08 Dec 2022 14:21:44 GMT

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

---

Zitat:Result(s): The levels of all of the steroids that derived from DHEA metabolism (E1, E2, A, T, DHEAS) and osteocalcin were increased in plasma under DHEA supplementation. The supplementation protocol also increased the levels of GH and IGF-1. However, GHRH-induced GH and IGF-1 responses were not modified by DHEA supplementation.

[https://www.fertstert.org/article/S0015-0282\(01\)01902-1/fulltext](https://www.fertstert.org/article/S0015-0282(01)01902-1/fulltext)

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [Frank1970](#) on Thu, 08 Dec 2022 15:02:02 GMT

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

---

mike. schrieb am Thu, 08 December 2022 15:21 Zitat: Result(s): The levels of all of the steroids that derived from DHEA metabolism (E1, E2, A, T, DHEAS) and osteocalcin were increased in plasma under DHEA supplementation. The supplementation protocol also increased the levels of GH and IGF-1. However, GHRH-induced GH and IGF-1 responses were not modified by DHEA supplementation.

[https://www.fertstert.org/article/S0015-0282\(01\)01902-1/fulltext](https://www.fertstert.org/article/S0015-0282(01)01902-1/fulltext)

Das ist natürlich nicht schlecht!

Besonders fuer mein Alter, natürlich unter 5ar Hemmer.  
Kommt auf den Spiegel an wuerde ich mal sagen.

Ist der anti aging bezogen zu niedrig, kann das rechtzeitig eingenommen, sicher dazu beitragen die Haar Qualität zu verbessern.

Da bin ich mir ziemlich sicher.

Das Androstendion irritiert mich etwas. Bzw halt mich persönlich erstmal vom Einnehmen ab.

Vor Nnr Androgenen hab ich grossen Respekt.

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike](#). on Thu, 08 Dec 2022 15:22:44 GMT

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

---

vor Androstendione habe ich auch großen Respekt.. solange der Pfad zum T geht (dann aromatase), würde es passen ... dazu braucht man ausreichend 3bHSD1 (fett, haut) und 17bHSD (keine ahnung wo das vermehrt vorkommt)

5ar und androstendione ergibt 5aASD, dank 17b HSD wird es DHT x(

es ist immer die 5ar ein problem :uhoh:

fin und dut sind mit exogen 5-10mg (wie ich es jetzt wieder nehme) eventuell optimal

psychisch macht mich die einnahme von DHEA oder auch Testosteron sehr emotional (ich musste öfter spontan zb im Büro weinen, dann wieder lachen)

meine mutter hat hohes Androstendione (~2,5 ng/ml wenn ich das richtig im kopf habe. zu 12 pg/ml E2 (=Mangel)) und NW0,5... dafür aber sehr strohige dünne haare.. dafür viele und max schulterlang (mehr kommt da nicht mehr)

---

---

Subject: Aw: Beachtet ihr auch Erfolge beim Laengenwachstum?

Posted by [mike.](#) on Thu, 08 Dec 2022 15:33:58 GMT

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

---

das kommt aus ende 2019 - post DHEA, P5, E2 usw....

[https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/485541/#msg\\_485541](https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/485541/#msg_485541)

die dosis macht das "gift" oder die wirkung

jetzt gerade sieht es etwas schlechter aus...was die Elastizität der heut betrifft.... ansonsten wäre das wieder fast aktuell (und auch mein ziel...der gesamtzustand war in ordnung).. mal sehen was die nächsten wochen bringen

haartechnisch geht es jetzt gerade etwas bergauf

---