

---

Subject: wer hat hier noch einen hohen östradiolwert=E2?

Posted by [kkoo](#) on Wed, 30 Aug 2006 16:50:49 GMT

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

---

ich, fixt, wer noch? interessant vielleicht: mein HA-schema ist dem von fixt sehr ähnlich (und er hat, wie ich, auch SE...)

---

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???

Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 14:34:30 GMT

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

---

[http://www.hairlosshelp.com/forums/messageview.cfm?catid=10& amp; amp; amp; amp;threadid=61676&FTVAR\\_MSGDBTABLE=](http://www.hairlosshelp.com/forums/messageview.cfm?catid=10& amp; amp; amp; amp;threadid=61676&FTVAR_MSGDBTABLE=)

Can't say for sure, only that I would prefer going the 100% natural route over a supplement, if given the choice.

The key to the Broccoli treatment is that boiling the broccoli in water somehow releases the enzymes that make the treatment effective.

There is a guy on the Finasteride Side Effects yahoo group who's estrogen was tested as 46 before the treatment, then 20 after.

Dunno if DIM would be the same in that regard as its simply one particular substance.

Regardless, DIM has been used to combat estrogen, so you've got nothing to lose by trying it.

[http://www.hairlosshelp.com/forums/messageview.cfm?catid=10& amp;threadid=54089&FTVAR\\_MSGDBTABLE=](http://www.hairlosshelp.com/forums/messageview.cfm?catid=10& amp;threadid=54089&FTVAR_MSGDBTABLE=)

<http://youngagain.info/cgi-bin/product.cgi?id=2500>

DIM 200mg, 120 VG-Soft caps/ broccoli

€23.33

<http://www.vitacost.com/productResults.aspx?Ntk=products& amp; amp; amp; amp;ss=1&x=0&y=0&Ntt=DIM>

GGf. können auch Leinsamen, Brennesselextrakt, Grünteeextrakt die "bösen" Östrogene regulieren!!!

---

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???

Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 15:00:52 GMT

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

---

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 16:34

Regardless, DIM has been used to combat estrogen, so you've got nothing to lose by trying it.

GGf. können auch Leinsamen, Brennesselextrakt, Grünteeextrakt die "bösen" Östrogene regulieren!!!

harte in vivo nachweise hab ich dazu nirgends gefunden. und es ist immer auch die frage, wie E2 gesenkt wird... wenn dann nämlich T steigt, hab ich nichts gekonnt bei meinem ebenfalls zu hohen Testo-Wert...

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???

Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 16:08:59 GMT

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

<http://www.ndss.ca/impotence/article.php?id=60002&group=alt.support.impotence>

An diesem Beispiel siehst Du es kann so oder so kommen (DIM).  
Liegt ggf. auch an der Dosis oder Kombination.  
Aber grundsätzl. sollte es E2 senken.

Mönchspfeffer senkt ja auch nur in sehr hohen Dosen Prolaktin,  
in niedrigen Dosen lässt es Prolaktin steigen!!!

Weshalb haben User bei Beta-S. in hohen Dosen Libido-Probleme  
wie unter Fin und bei niedrigen Dosen wirkt oft  
Libidosteigernd.

Denke einen besseres Mittel um E2 ggf. zu senken wirst  
du die nächsten Jahre nicht bekommen, vor allem ist  
DIM keine Chemie. Das es Testo steigen lässt wäre mir  
neu, wird auch erfolgreich bei Prostatitis eingesetzt.  
Ein Gang zum Laborarzt zwecks Messung  
bleibt Dir allerdings so oder so nicht erspart bei  
nach einer Therapie.

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???

Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 16:26:30 GMT

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

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 18:08

<http://www.ndss.ca/impotence/article.php?id=60002&group=alt.support.impotence>

An diesem Beispiel siehst Du es kann so oder so kommen (DIM).  
Liegt ggf. auch an der Dosis oder Kombination.

Aber grundsätzl. sollte es E2 senken.

Mönchspfeffer senkt ja auch nur in sehr hohen Dosen Prolaktin,  
in niedrigen Dosen lässt es Prolaktin steigen!!!

Weshalb haben User bei Beta-S. in hohen Dosen Libido-Probleme  
wie unter Fin und bei niedrigen Dosen wirkt oft  
Libidosteigernd.

Denke einen besseres Mittel um E2 ggf. zu senken wirst  
du die nächsten Jahre nicht bekommen, vor allem ist  
DIM keine Chemie. Das es Testo steigen lässt wäre mir  
neu, wird auch erfolgreich bei Prostatitis eingesetzt.  
Ein Gang zum Laborarzt zwecks Messung  
bleibt Dir allerdings so oder so nicht erspart bei  
nach einer Therapie.

bei mönchspfeffer: umgekehrt: niedrige Dosen senken prolaktin...

ohne echte nachweise werde ich Di-Indole-Methane nicht probieren - denn wenn es nur als  
aromatase inhibitor funktioniert, dann nützt es mir wohl nur wenig.

---

Subject: ach so rum: 2-hydroxylation  
Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 16:54:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nach den studien scheint indole-3-carbinol 2-hydroxylation zu fördern.das wär ja nicht so  
schlecht. aber manche studien zeigen auch gar keine effekte auf E2...

[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?db=pubmed&  
cmd=Retrieve&dopt=AbstractPlus&list\\_uids=9539190&query\\_hl=38&itool=pubmed\\_docsum](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?db=pubmed&cmd=Retrieve&dopt=AbstractPlus&list_uids=9539190&query_hl=38&itool=pubmed_docsum)

[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?itool=abstract  
plus&db=pubmed&cmd=Retrieve&dopt=abstractplus&list\\_uids=1656396](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?itool=abstractplus&db=pubmed&cmd=Retrieve&dopt=abstractplus&list_uids=1656396)

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???

Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 17:24:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.regrowth.com/hairloss-forums/viewthread.cfm?f=5&mp;t=16533>

nur sehr hohe Dosen an Mönchspfeffer senken Prolaktin,  
niedrige Dosen lassen es stark ansteigen, deshalb  
auch zur Libidosenkung fürs Kloster! FAKT!

DIM <http://www.dimfaq.com/site/articles.htm>

Denke im Web steht genug über DIM,  
es sollte da keine starken Überraschungen  
geben und ein Test wird keinen umbringen.  
Leinsamen senkt im übrigen Androgene und  
unterdrückt Umwandlung in E2.

---

Subject: Absoluter Quatsch  
Posted by [fuselkopf](#) on Tue, 05 Sep 2006 17:35:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das mit agnus castus wurde schon tausende mal diskutiert. bitte bringe hier keine falschen infos  
unters volk!

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???  
Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 17:47:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 19:24  
<http://www.regrowth.com/hairloss-forums/viewthread.cfm?f=5&a mp;a mp;a mp;a mp;t=16533>

nur sehr hohe Dosen an Mönchspfeffer senken Prolaktin,  
niedrige Dosen lassen es stark ansteigen, deshalb  
auch zur Libidosenkung fürs Kloster! FAKT!

naja, der streit ist eigentl.: was ist eine hohe dosis...

in dem thread dort geht es bis 400mg, das ist megaviel, glaub ich.

die präparate, die man so kaufen kann, haben nur 4mg trockenextrakt - und das wird bei  
hyperprolaktinämie verwendet. wahrscheinl. steigert es das prolaktin in mittleren dosen  
(50-100mg), um es bei 400mg wiederum zu senken.

achso: in dieser studie, die dort angeführt wird, steht:  
"extracts from 120 mg, 240 mg and 480 mg of drug per day" - die mg sind nicht die extrakt-dosis,  
sondern die menge agnius castus früchte...

---

---

Subject: Re: Absoluter Quatsch  
Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:03:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Steht doch alles in den Links drin, samt Studie

Wenn du Prolaktin senken möchtest sollten es am besten mehr als 300MG Agnus Castus sein. Dabei ist noch nichtmal ersichtlich ob es in der Studie ein Extrakt oder kein Extrakt war. Jedenfalls bei 120MG wird der Prolaktinpegel erhöht.

In Deutschland ist es sehr schwer an gute Naturwirkstoffe in entsprechender Dosierung zu kommen, einmal bei [www.vitacost.com](http://www.vitacost.com) reingesehen und man glaubt zu träumen.

Vielleicht ist ja eine Microdosierung wiederum Prolaktinsenkend, ggf. mal ein Mönch fragen, wer andere Studien hat bitte reinstellen @Fuselkopf

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???  
Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:18:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

<http://www.vitacost.com/productResults.aspx?Ntk=products& ;amp ;amp ;ss=1&x=0&y=0&Ntt=agnus%20castus>

Ich hab hier von Natures Way 400MG Vitex Agnus Castus pro Kapsel stehen, sowie diesen Geheimtipp/Preisknaller

[http://cgi.ebay.de/Keuschlammsamen-Moenschpfeffer-ganz-1-Kg\\_W0QQitemZ270017550867QQihZ017QQcategoryZ39205QQssPageNameZWD1VQQrdZ1QQcmdZViewItem](http://cgi.ebay.de/Keuschlammsamen-Moenschpfeffer-ganz-1-Kg_W0QQitemZ270017550867QQihZ017QQcategoryZ39205QQssPageNameZWD1VQQrdZ1QQcmdZViewItem)

---

---

Subject: Re: Absoluter Quatsch

Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:19:59 GMT

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

---

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 20:03

Wenn du Prolaktin senken möchtest sollten es am besten mehr als 300MG Agnus Castus sein. Dabei ist noch nichtmal ersichtlich ob es in der Studie ein Extrakt oder kein Extrakt war. Jedenfalls bei 120MG wird der Prolaktinpegel erhöht.

Entscheidend: ob das fruchte sind o. extrakt, sonst steht man u.u.blöd da.

hab das noch gefunden: da istanscheinend von 40mg extrakt die rede (?)

"6.1.2.7.2 Mönchspfeffer (Agnus Castus)

Wirkung

Die Droge wird seit Mitte des letzten Jahrhunderts pharmakologisch erforscht. Sie wirkt schon in einer sonst nur für Arzneistoffe üblichen geringen Dosierung von 40mg/Tag zyklus-regulierend und gegen das prämenstruelle Syndrom (PMS). Die Wirkung wird vor allem auf bityklische Diterpene zurückgeführt, die Dopamin-Rezeptoren vom D2-Sub-Typ stimulieren. Über diese Stimulation wird die Ausschüttung von Prolaktin gehemmt.

Unphysiologisch hohe Prolaktin-Konzentrationen gehen mit Zyklusunregelmäßigkeiten, Brustspannen und dem PMS einher. Die psychisch stabilisierende Wirkung könnte durch einen Einfluss auf Opioid-Rezeptoren und die durch Agnus castus hervorgerufene höhere Ausschüttung von Melatonin zurückzuführen sein. Für eine erfolgreiche Therapie ist eine längere Gabe über mehrere

Monate – auch während der Regelblutung – notwendig. Da in der frühen Menopause ähnliche Symptome auftreten wie beim PMS und auch Blutungsunregelmäßigkeiten auftreten können,

eignet sich der Mönchspfeffer ebenfalls bei Problemen in dieser Übergangszeit. Vorher sollte eine ärztliche Untersuchung klären, ob die Beschwerden andere organische Ursachen haben könnten. Mastodynon® Tropfen eignen sich nicht nur gegen Brustspannen, sondern wirken erfahrungsgemäß gut bei Dauerblutungen in Kombination mit Kräutertees und anderen Selbsthilfemaßnahmen (FFGZ Berlin 2003).

Klinische Studien

Klinische Studien haben die Prolaktin hemmende Wirkung der Droge unter Beweis gestellt. Zur Wirksamkeit bei Blutungsanomalien, Brustschmerzen und PMS haben eine Reihe von placebokontrollierten, randomisierten Studien, darunter auch solche, die den heutigen GCP-Richtlinien (Good Clinical Practice) entsprechen, den Nachweis erbracht (Schellenberg 2001; Dingermann 2003).

Sicherheit

Bei der Anwendung der Tagesdosis von 40mg standardisierten Extrakten wie in Agnolyt® und auch bei Mastodynon® sind keine toxischen Wirkungen zu erwarten. Auch der Langzeitgebrauch wird als risikofrei angesehen (Dingermann 2003). Als Nebenwirkungen treten gelegentlich juckende Hautausschläge und in Einzelfällen psychomotorische Unruhezustände auf. Bei Mastodynon®, das Mönchspfeffer-Urtinktur zusammen mit homöopathischen Mitteln

in Niedrigpotenzen enthält, wurden gelegentlich Übelkeit, Sodbrennen, Magen-Darm-Beschwerden, Schlafstörungen und Kopfschmerzen und leichte Verwirrheitszustände beobachtet"

quelle:

[http://www.frauengesundheit-nrw.de/ges\\_them/wechsel/ExpertiseStolzenberg.pdf#search=%22m%C3%B6nchspfeffer%20prolaktin%20senkung%20trockenextrakt%22](http://www.frauengesundheit-nrw.de/ges_them/wechsel/ExpertiseStolzenberg.pdf#search=%22m%C3%B6nchspfeffer%20prolaktin%20senkung%20trockenextrakt%22)

---

---

Subject: Re: Hat jemand von euch Erfahrungen mit DIM???

Posted by [pilos](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:21:36 GMT

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

---

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 20:18

<http://www.vitacost.com/productResults.aspx?Ntk=products& ;amp ;amp ;amp ;ss=1&x=0&y=0&Ntt=agnus%20castus>

Ich hab hier von Natures Way 400MG Vitex Agnus Castus pro Kapsel stehen,

sowie diesen Geheimtipp/Preisknaller

[http://cgi.ebay.de/Keuschlammsamen-Moenchspfeffer-ganz-1-Kg\\_W0QQitemZ270017550867QQihZ017QQcategoryZ39205QQssPageNameZWD1VQQrdZ1QQcmdZViewItem](http://cgi.ebay.de/Keuschlammsamen-Moenchspfeffer-ganz-1-Kg_W0QQitemZ270017550867QQihZ017QQcategoryZ39205QQssPageNameZWD1VQQrdZ1QQcmdZViewItem)

greife zu...und du bekommst keinen mehr hoch.....viel zu extrem hoch dosiert....

---

---

Subject: Re: Agnus Castus oder auch Mönchspfeffer

Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:29:40 GMT

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

---

Jetzt fang du auch noch an, meinst ich fress das ganze Kilo auf einmal???

Ich habe 2x400MG getestet und vom Gefühl her kann ich bestätigen das es Prolaktin wahrscheinlich senkt ohne jetzt nen Libidodruck wie bei Testoüberschuss zu haben, wie andere User auf [www.regrowth.com](http://www.regrowth.com) übrigens auch.

Das es in niedrigen Dosen Libido hemmt kann ich ebenfalls bestätigen.

---

---

Subject: Re: Agnus Castus oder auch Mönchspfeffer  
Posted by [pilos](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:33:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mal sehen wie lange die wirkung anhält....den bei agnus gibt es schnell eine rezeptoren sättigung....

---

---

Subject: Re: Agnus Castus oder auch Mönchspfeffer  
Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:34:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

keine Angst, ich nehms nur nachm Sex

---

---

Subject: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [kboo](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:41:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

das missverständnis (meiner meinung nach): fibius spricht eher von mengen der agnus-früchte, nicht von extrakt, deswegen wohl kommen da so hohe dosen raus... (???)

---

---

Subject: Re: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 18:59:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es ist so, ich beziehe mich ausschliesslich auf diese Studie

[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&a mp;a mp;a mp;a mp;db=pubmed&dopt=%20Abstract&list\\_uids=9021345& query\\_hl=10&itool=pubmed\\_docsum](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&a mp;a mp;a mp;a mp;db=pubmed&dopt=%20Abstract&list_uids=9021345& query_hl=10&itool=pubmed_docsum)

Dabei bin ich mir noch nichtmal sicher ob es sich bei den Dosen 120MG-480MG nicht doch um Extrakte handelt, für mich nicht klar ersichtlich!!!

Das Mönchspfeffer irgendwann auch mal Prolaktin erhöht ist klar, sonst würde es nicht diesen Namen tragen.

---



Überraschend war aber das es eben auch Prolaktin senken kann in einer bestimmten Dosierung. Wenn es in dieser Studie um Extrakt geht muss die Dosierung der 1zu1 Version ja bei das ganze mal z.B. 10 gelegen haben. (z.B. 1200-4800MG). Vielleicht sind ja Dosen um 120MG 1zu1 wiederum Prolaktinsenkend, wer weiss.

Geht es in dieser Studie um die 1zu1 Version sollte die Sache eigentlich klar sein.

Ich kann ja mal ne Mail nach  
Department for Clinical Pharmacology, Frankfurt University Clinic, Neumarkt, Germany schreiben!?!?

---

Subject: Re: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [pilos](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:06:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich werde mal morgen nachschauen...was die unter " a special Agnus castus extract"...verstehen....

---

Subject: eigentlich ziemlich witzlos  
Posted by [fuselkopf](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:07:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

die ganze diskussion! lies dir den beipackzettel durch und die indikation von mönchspfeffer und du weißt was, wo gegen wirkt.

---

Subject: Re: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:07:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pilos, du bist ein Gott

---

Subject: Re: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:08:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 20:59  
Dabei bin ich mir noch nichtmal sicher ob es sich bei  
den Dosen 120MG-480MG nicht doch um Extrakte handelt,  
für mich nicht klar ersichtlich!!!

in der studie steh: "a special Agnus castus extract (BP1095E1)--extracts from 120 mg, 240 mg  
and 480 mg of drug per day"

das bedeutet,die massenangaben sind nicht der extrakt, sondern die droge... welches  
extraktionsverfahren sie benutzt haben, steht da leider nicht (vielleicht aber in der langfassung...)

---

---

Subject: Re: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:13:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Extrakte von 120-480MG pro Medikament???

---

---

Subject: Re: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:17:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 21:13Extrakte von 120-480MG pro Medikament???

was meinst du mit "pro medikament"?

---

---

Subject: Re: agnus: pilos fusel fibius  
Posted by [fiebius](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:20:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

versuche es gerade zu deuten bzw. übersetzen,  
aber Pilos wollte ja netterweise nachsehen,  
ansonsten schreib ich die halt einfach mal an.

---

---

Subject: Re: agnus: nagut  
Posted by [kkoo](#) on Tue, 05 Sep 2006 19:36:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 21:20versuche es gerade zu deuten bzw. übersetzen,  
aber Pilos wollte ja netterweise nachsehen,  
ansonsten schreib ich die halt einfach mal an.

die massenangaben sind die droge=agnus-castus-früchte... bin mir sicher. - aber gut, warten wir, was pilos rausfindet

---

---

Subject: Re: agnus: nagut  
Posted by [pilos](#) on Wed, 06 Sep 2006 08:04:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kkoo schrieb am Die, 05 September 2006 21:36fiebius schrieb am Die, 05 September 2006 21:20versuche es gerade zu deuten bzw. übersetzen,  
aber Pilos wollte ja netterweise nachsehen,  
ansonsten schreib ich die halt einfach mal an.

die massenangaben sind die droge=agnus-castus-früchte... bin mir sicher. - aber gut, warten wir, was pilos rausfindet

also wie die, den extrakt genau gemacht haben, steht nicht drin...auf alle fälle war die extraktdosis entsprechend 120/240/480 mg früchte....

bei der studie war auch Bionorica GmbH beteiligt. die produzieren ein apo-präparat...

Agnucaston® Filmtabletten

Zus.: 1 Filmtbl. enth.: Trockenextrakt aus Keuschlammfrüchten (8,3-12,5:1) 4 mg  
-Auszugsmittel: Ethanol 70% (V/V)....das entsprechen 33,2-50,0 mg Früchte.

somit wird der extrakt bestimmt mit 70% Ethanol gemacht worden.

---