
Subject: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [VL1982](#) on Mon, 20 Nov 2006 23:07:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich habe seit einiger Zeit angefangen Propecia einzunehmen und meinen Haarausfall zu stoppen. Soweit ich weiß bewirkt ja dieses Mittel auch etwas mit dem Hormon Testosteron.

Ich habe nun seit einiger Zeit mit Krafttraining angefangen. Es gibt ja einige Dinge im Internet zu kaufen, die einem dabei helfen schneller zu erfolgen zu kommen.

Dabei bin ich auf ein Mittel gestoßen bei dem folgendes in der Beschreibung stand:

L-Glutamin steigert Wachstumshormon um 400% und Testosteron um 200% innerhalb von 2 Stunden nach dem Training !

Wenn ich nun so ein Mittel nehmen würde, mache ich mir dann alles kaputt wegen Propecia oder verschlimmere ich meinen Haarausfall noch? Oder hat dies keine Auswirkungen??

Ich danke für eure Antworten.

Grüße

VL1982

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [Amarok](#) on Tue, 21 Nov 2006 11:49:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ob Glutamin das Testosteron wirklich so hoch reißt weiß ich nicht. Allerdings gibt es viele Bodybuilder, die sich Testo-Kuren geben und mit 5aR-Hemmern gegensteuern. Sollte eigentlich kein Problem sein.

Die DHT-Hemmung selbst bewirkt ja schon einen leichten Testo-Anstieg.

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [Haariges](#) on Tue, 21 Nov 2006 14:05:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich trainiere selbst recht viel und nehme Propecia.

1. Es ist falsch zu glauben das Finasteris negativ auf den Hormonhaushalt wirkt. Das ist ein oft wiederholtes falsches Argument. Die Sache ist etwas komplizierter. Richtig ist das es Testpersonen mit geringerer Libido gibt aber diese sind nicht signifikant, soll heißen sehr wenige so wie bei anderen Tests. Seit 10 Jahren nehme ich Finasterid und meine Libido ist immer noch

hervorragend

2. Ich kann nur dringend empfehlen keine Aufbaustoffe und sonstige Eweißprodukte beim Training oder danach einzunehmen. Du machst damit deinen Körper nicht nur kaputt, sondern du gehst das Risiko von bleibenden Schäden ein. Guter Muskelaufbau und ein gute gebauter Körper ist mit dem richtigen Trainingsprogramm sehr gut zu erreichen.

Abgesehen das die meisten Mittel eh verboten sind (wenn auch trotzdem gehandelt) wissen die wenigsten wie wahnsinnig gefährlich diese sind.

Bloss die Finger davon lassen !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

P.S. keine kann dir aussagen über die Wechselwirkungen mit Fin oder Minox geben !

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron

Posted by [pilos](#) on Tue, 21 Nov 2006 14:40:13 GMT

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

Haariges schrieb am Die, 21 November 2006 15:05

2. Ich kann nur dringend empfehlen keine Aufbaustoffe und sonstige Eweißprodukte beim Training oder danach einzunehmen. Du machst damit deinen Körper nicht nur kaputt, sondern du gehst das Risiko von bleibenden Schäden ein. Guter Muskelaufbau und ein gute gebauter Körper ist mit dem richtigen Trainingsprogramm sehr gut zu erreichen.

wer hat dir das beigebracht....nach dem training lechzen die muskeln regelrecht nach eiweiss.... und der catabolismus ist am maximum....

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron

Posted by [Haariges](#) on Tue, 21 Nov 2006 15:13:42 GMT

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

Pflanzliches Eiweiß ist hochwertig und gut für die Muskeln. Eiweißpräparate wie sie auch von den Studios aber vor allem unter der Theke angeboten werden sind Gift für den Körper. Auch wenn die meisten die so etwas einnehmen es nicht gerne hören wollen.

Meistens sind leider auch noch andere Produkte in den Präperaten die zu nicht wieder reparierenden Langzeitschäden führen.

Lies einfach mal in seriösen Studien und Untersuchungen nach und glaub am wenigsten den Leuten welche dies Zeug verkaufen. Leider gibt es immer noch den Irrglauben man würde damit seinem Körper etwas gutes tun und dann auch noch ganz nebenbei prima aussehen.

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [VL1982](#) on Tue, 21 Nov 2006 16:05:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielleicht habe ich mich nicht deutlich ausgedrückt.

Meine Frage ist: ist es schädlich für meine Haare bzw. wird mein Haarausfall noch verschlimmert, wenn ich Präparate nehme die u. a. den Testosteronhaushalt steigern?? Also das ein erhöhter Testosteronhaushalt die Alopezie noch verschlimmern? Schließlich bewirkt doch Propecia eine Senkung oder nicht??

Hoffe ich konnte mich nun klarer ausdrücken.

Grüße

VL1982

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [Haariges](#) on Tue, 21 Nov 2006 16:12:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich denke ich habe die Frage bereits eingangs verstanden.

Meine Antwort: Es gibt keine Studien zu Wechselwirkungen von Finasterid mit anderen Zusatzstoffen oder Medikamenten. Folglich ist jede Aussage von mir oder einem anderen Teilnehmer entweder unseriös oder nicht auf deinen Fall anwendbar.

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [tristan](#) on Tue, 21 Nov 2006 16:27:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haariges schrieb am Die, 21 November 2006 16:13 Pflanzliches Eiweiß ist hochwertig und gut für die Muskeln. Eiweißpräparate wie sie auch von den Studios aber vor allem unter der Theke angeboten werden sind Gift für den Körper. Auch wenn die meisten die so etwas einnehmen es nicht gerne hören wollen.

Meistens sind leider auch noch andere Produkte in den Präparaten die zu nicht wieder reparierenden Langzeitschäden führen.

Lies einfach mal in seriösen Studien und Untersuchungen nach und glaub am wenigsten den Leuten welche dies Zeug verkaufen. Leider gibt es immer noch den Irrglauben man würde damit seinem Körper etwas gutes tun und dann auch noch ganz nebenbei prima aussehen.

die bioverfügbarkeit von pflanzlichem eiweiß ist aber viel geringer was besonders nach dem training schlecht ist.

schnell verfügbares whey protein isolat (pur, ohne süßstoffe etc)

ist das beste eiweiß nach einem workout. unabhängig davon hat man einige anti-aging eigenschaften entdeckt bzgl. whey protein. wobei du recht hast dass der großteil der supplements käse ist. auf whey und auch kreatin trifft das aber nicht zu (je nach hersteller)

Ig

p.s.: zu glutamin habe ich mal was gelesen dass es auf dauer die körpereigenen antiox. enzyme runterregelt, deshalb würde ich es nicht nehmen. das mit dem testo habe ich auch früher gelesen, aber nie eine referenz oder studie dazu gefunden die das bestätigen würde.

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [Haariges](#) on Tue, 21 Nov 2006 16:33:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Leute Leute, wie lasst ihr euch nur auf den Arm nehmen.

Die Verfügbarkeit eines Stoffes ist doch garnicht der Punkt. Der Punkt ist das es jede Menge Todesfälle gibt durch diese Giftes die in Studios verkauft werden und inzwischen auch nachgewiesene Langzeitschäden.

Wenn ihr euch weiter Vergiften wollte na dann viel Spass, meinetwegen auch mit einer hohen Verfügbarkeit

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [Amarok](#) on Tue, 21 Nov 2006 16:46:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Propecia senkt kein Testosteron, sondern Dihydrotestosteron. Dadurch steigt das Testo sogar leicht an.

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [tristan](#) on Tue, 21 Nov 2006 17:03:00 GMT

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

Haariges schrieb am Die, 21 November 2006 17:33 Leute Leute, wie lasst ihr euch nur auf den Arm nehmen.

Die Verfügbarkeit eines Stoffes ist doch garnicht der Punkt. Der Punkt ist das es jede Menge Todesfälle gibt durch diese Giftes die in Studios verkauft werden und inzwischen auch nachgewiesene Langzeitschäden.

Wenn ihr euch weiter Vergiften wollte na dann viel Spass, meinetwegen auch mit einer hohen Verfügbarkeit

du verallgemeinerst hier, "diese Giftes die in Studios verkauft werden..."

ich sage selbst dass 98% Müll ist. nicht aber whey oder kreatin.
das hat mit auf den arm nehmen lassen nichts zu tun sondern mit lesen. kreatin ist wahrscheinlich das am meisten erforschte supplement überhaupt.

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [fred102](#) on Tue, 21 Nov 2006 17:11:15 GMT

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

Und was soll jemand machen, der ne Milchallergie hat? Dummerweise ist man bei ner Milchallergie ja meistens ausgerechnet gegen den Molke-Anteil allergisch (Wey= Molke). Habe früher vile Milch getrunken und wurde plötzlich allergisch dagegen

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [tristan](#) on Tue, 21 Nov 2006 17:30:58 GMT

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

fred102 schrieb am Die, 21 November 2006 18:11 Und was soll jemand machen, der ne Milchallergie hat? Dummerweise ist man bei ner Milchallergie ja meistens ausgerechnet gegen den Molke-Anteil allergisch (Wey= Molke). Habe früher vile Milch getrunken und wurde plötzlich allergisch dagegen

hmm, dann würde ich auf Ei Protein zurückgreifen. Ist auch sehr hochwertig, aber nicht so schnell. aber solange du nicht ernsthaft krafttraining machst glaube ich ist es eh egal.. aber whey hat ein paar interessante eigenschaften..

Svensson M, Sabharwal H, Hakansson A, Mossberg AK, Lipniunas P, Leffler H, Svanborg C, Linse S. Molecular characterization of alpha-lactalbumin folding variants that induce apoptosis in tumor cells. Journal of Biological Chemistry 1999; 274 (10):6388-6396.

Svensson M, Håkansson A, Mossberg AK, Linse S, Svanborg C. Conversion of alpha-lactalbumin to a protein inducing apoptosis. PNAS Vol. 97, Issue 8, 4221-4226, April 11,

2000.

Markus CR, Olivier B, Panhuysen GEM, Gugten J van der, Alles MS, Tuiten A, Westenberg HGM, Fekkes D, Koppeschaar, HF & Haan EEHF de (2000) The bovine protein alpha-lactalbumin increases the plasma ratio of tryptophan to the other large neutral amino acids, and in vulnerable subjects raises brain serotonin activity, reduces cortisol concentration, and improves mood under stress. American Journal of Clinical Nutrition 71 (6):1536-1544.

Togawa J et al. Lactoferrin reduces colitis in rats via modulation of the immune system and correction of cytokine imbalance. Am J Physiol Gastrointest Liver Physiol. 2002 Jul;283(1):G187-95.

Schwertmann et al. S-fimbriae from Escherichia coli bind to soluble glycoproteins from human milk. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 1999 Mar;28(3):257-63.

Lin YP et al. Avian-to-human transmission of H9N2 subtype influenza A viruses: Relationship between H9N2 and H5N1 human isolates. PNAS. 2000 Aug; 15; Vol. 97; No. 17; 9654-9658.

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [VL1982](#) on Tue, 21 Nov 2006 17:50:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alos wäre es nicht schlimm für meinen Haarausfall einen erhöhten bzw einen höheren Testosteronwert zu haben??

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [zagq](#) on Tue, 21 Nov 2006 19:57:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tristan, welches Whey Protein bevorzugst du denn ? Ich bin auf der Suche nach einem welches keinen Süsstoff und keine Farbstoffe enthält und möglichst wenig Kohlenhydrate hat.

tristan schrieb am Die, 21 November 2006 18:30 fred102 schrieb am Die, 21 November 2006 18:11 Und was soll jemand machen, der ne Milchallergie hat? Dummerweise ist man bei ner Milchallergie ja meistens ausgerechnet gegen den Molke-Anteil allergisch (Wey= Molke). Habe früher vile Milch getrunken und wurde plötzlich allergisch dagegen

hmm, dann würde ich auf Ei Protein zurückgreifen. Ist auch sehr hochwertig, aber nicht so schnell. aber solange du nicht ernsthaft krafttraining machst glaube ich ist es eh egal.. aber whey hat ein paar interessante eigenschaften..

Svensson M, Sabharwal H, Hakansson A, Mossberg AK, Lipniunas P, Leffler H, Svanborg C, Linse S. Molecular characterization of alpha-lactalbumin folding variants that induce apoptosis in tumor cells. Journal of Biological Chemistry 1999; 274 (10):6388-6396.

Svensson M, Håkansson A, Mossberg AK, Linse S, Svanborg C. Conversion of alpha-lactalbumin to a protein inducing apoptosis. PNAS Vol. 97, Issue 8, 4221-4226, April 11, 2000.

Markus CR, Olivier B, Panhuysen GEM, Gugten J van der, Alles MS, Tuiten A, Westenberg HGM, Fekkes D, Koppeschaar, HF & Haan EEHF de (2000) The bovine protein alpha-lactalbumin increases the plasma ratio of tryptophan to the other large neutral amino acids, and in vulnerable subjects raises brain serotonin activity, reduces cortisol concentration, and improves mood under stress. American Journal of Clinical Nutrition 71 (6):1536-1544.

Togawa J et al. Lactoferrin reduces colitis in rats via modulation of the immune system and correction of cytokine imbalance. Am J Physiol Gastrointest Liver Physiol. 2002 Jul;283(1):G187-95.

Schwertmann et al. S-fimbriae from Escherichia coli bind to soluble glycoproteins from human milk. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 1999 Mar;28(3):257-63.

Lin YP et al. Avian-to-human transmission of H9N2 subtype influenza A viruses: Relationship between H9N2 and H5N1 human isolates. PNAS. 2000 Aug; 15; Vol. 97; No. 17; 9654-9658.

Subject: @ haariges
Posted by [bullet23](#) on Tue, 21 Nov 2006 20:55:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also es ist schon echt witzig was du so von dir gibst. ich sage nicht das du ganz falsch liegst aber das du ein medikament der im hormonhaushalt eingreift, so darstellst als wenn es vollig ungefährlich ist und dabei ein einfaches eiweiß präperat so darstellst, als wenn man gleich sterben würde, wenn man es einnehmen würde, ist schon echt witzig.

und zur frage wegen glutamin. kannst du ohne probleme einnehmen. hat überhaupt kein negativen einfluss auf deine haare. andere hauen sich da schon krassere sachen rein als glutamin

Subject: Re: @ haariges
Posted by [Haariges](#) on Tue, 21 Nov 2006 21:20:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

immer gut den Beipackzettel und die Analysen lesen und ein bisschen mehr tun als die anderen. So einfach geht das und dann weisst auch Du das Fin die Ausschüttung von Testosteron nicht verändert.

Wie gesagt leider lesen und informieren sich die Leute nicht genau und jene welche dies tun informieren dann die anderen falsch. So entsteht ein Mythos oder auch eine rollierende Falschinformation... dabei ist es eigentlich ganz einfach dazu braucht man kein Chemiker zu sein. Der etse Hautarzt von dem ich mir Fin verschreiben lies hat mir dazu schon vor 10 Jahren die richtigen Dinge gesagt. Aber ich will niemanden belehren es soll jeder glauben was er will ... vor allem wenn er nicht an Fakten glaubt. Das erinnert mich irgendwie an den Busch der fällt seine Entscheidungen auch nicht auf Faktenbasis. Jetzt hat er den Salat im Irak und auch sonst.

All die anderen Messages zu dem Thema habe ich nicht gelesen und dies ist auch mein abschliessender Kommentar. Ich habe zwar viel Zeit aber nur deswegen weil ich mich auf die Dinge konzentriere die wichtig sind. Dies Thema ist für mich nicht wichtig u.a. auch deswegen weil ich alles nur kein Problem mit meinem Hormonhaushalt habe. Zum Glück!

Bitte erspart mir antworten.

Viel Glück noch und gut wuchs an alle

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [bullet23](#) on Tue, 21 Nov 2006 22:25:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mich würde was anderes interessieren. bei dir steht das du jetzt minox 15% nimmst. wie lange nimmst du das schon und trägst du das 2 mal auf?

merkst du dadurch mehr als das 5%ige?

Subject: Re: Wichtige Frage zum Hormon Testosteron
Posted by [tristan](#) on Tue, 21 Nov 2006 23:00:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

von ultimate nutrition. prostar whey natural.
dazu hatte ich mal nen test gelesen auf consumerlabs und es war clean. waren auch noch andere gut, aber erinnere mich nicht mehr..

Subject: Re: @ haariges
Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 21 Nov 2006 23:04:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haariges, bitte, du hattest doch behauptet, "Fin greift nicht in den Hormonstatus ein", und jetzt

kommst du wieder mit deinen nutzlosen Sprüchen. Bitte verschon uns alle endlich.

Subject: Re: @ haariges

Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 21 Nov 2006 23:08:26 GMT

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

Zitat:immer gut den Beipackzettel und die Analysen lesen und ein bisschen mehr tun als die anderen. So einfach geht das und dann weisst auch Du das Fin die Ausschüttung von Testosteron nicht verändert.

trotzdem reichert sich mehr testosteron an, scharf nachdenken!
