
Subject: Gyno oder Fett?

Posted by [tOrti](#) on Mon, 15 Jan 2007 21:19:32 GMT

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

wie unterscheidet man überschüssiges speckvon einer gyno?

das frag ich mich gerade....bzw schon seit einigen tagen, mir ist aufgeallen das einer kleiner teilum die brustwarze etwas hervorsteht, besonders wenn ich gekrümmt sitze. fin nehm ich jetzt seit ca. 3 monaten. sonstige NW hab ich keine. allerdings esse ich in letzter Zeit auch unnomral viel, neige zwar eigtl nich dazu dick zu sein aber bei dem was ich esse bleibt etwas ansatz am bauch nicht aus. brust muskeln trainier ich abundzu, immoment unregelmäßig aber essen wird immer mehr. fragt sich nur ob sich ne gyno ankündigt oder ob das fett ist..ich kann mich nicht mehr so reht erinnern aber ich meine ich hatte da selbe problem schonmal vor fin als ich auch zu dick war...aber wie gesagt, die erinnerungen sind etwas verschwommen....

mfg

Subject: Re: Gyno oder Fett?

Posted by [Boy2Man](#) on Mon, 15 Jan 2007 21:31:57 GMT

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

Man unterscheidet Lipomastie und Gynäkomastie. Letzteres resultiert bei einer Wahrscheinlichkeit i.H.v. 0,01 = p von Propecia.

Gynäkomastie ist eine gutartige ANSCHWELLUNG DER BRUSTDRÜSE.

Das bedeutet, drück auf Deine Warze und wenn Du eine größere, härtere Drüse bemerkst, dann könnte es das sein.

Ersteres ist immer sehr schwer zu beurteilen, da auch bei normaler Gewichtszunahme die "Tittchen" mitwachsen.

Ich würde eine KF-Messung machen, und schauen, dass Du < 14% liegst. Wenn das Problem dann immernoch besteht, dann kannst Du Dir evtl. Gedanken machen.

VG

Subject: Re: Gyno oder Fett?

Posted by [tOrti](#) on Mon, 15 Jan 2007 21:46:23 GMT

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

danke für die antwort! wie genau sollte sich ne drüse denn anfassen?? omg,ich lern meinen körper kennen...wie peinlich, die ganze sache ist einfach nur ätzend...aber was solls..

Subject: Re: Gyno oder Fett?

Posted by [Boy2Man](#) on Mon, 15 Jan 2007 21:51:28 GMT

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

Na, einfach in das "braune" drücken - natürlich nicht so, dass Du was kaputt machst .

Bessere Wortwahl wäre "abtasten" -ähnlich wie bei einer Frau .

Subject: Re: Gyno oder Fett?

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Mon, 15 Jan 2007 23:10:01 GMT

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

boy2man hat ganz Recht... nicht auf die Brustwarzen drücken, sondern die Brust von der Seite her mit zwei Fingern abtasten. Eine Fettschicht hast du auf jeden Fall in dem Bereich. Also ein wenig weich ist das immer. Nun kommt es drauf an: Fühlst du etwas Härteres unter dieser weichen Schicht? Oder kannst du das ohne Probleme zusammendrücken?

Das mit dem Körperfett ist eine gute Idee... Allerdings neigen Menschen dazu, Fett in bestimmten Regionen vermehrt anzusetzen, in anderen dagegen weniger... Frag eine Frau, die kann dir davon abendfüllend berichten.

Wenn du am Ende nicht sicher bist, lass das von deinem Hausarzt abtasten... Und: Nein, das muss dir nicht peinlich sein. Das ist ein Problem, das dein Hausarzt wie jedes andere auch ernst nehmen wird und dich entsprechend berät.

Grüße vom
FrankfurtER

Subject: Re: Gyno oder Fett?

Posted by [MarcWen](#) on Tue, 16 Jan 2007 07:00:10 GMT

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

FrankfurtER-1974 schrieb am Die, 16 Januar 2007 00:10boy2man hat ganz Recht... nicht auf die Brustwarzen drücken, sondern die Brust von der Seite her mit zwei Fingern abtasten. Eine Fettschicht hast du auf jeden Fall in dem Bereich. Also ein wenig weich ist das immer. Nun kommt es drauf an: Fühlst du etwas Härteres unter dieser weichen Schicht? Oder kannst du das ohne Probleme zusammendrücken?

Das mit dem Körperfett ist eine gute Idee... Allerdings neigen Menschen dazu, Fett in bestimmten Regionen vermehrt anzusetzen, in anderen dagegen weniger... Frag eine Frau, die kann dir davon abendfüllend berichten.

Wenn du am Ende nicht sicher bist, lass das von deinem Hausarzt abtasten... Und: Nein, das muss dir nicht peinlich sein. Das ist ein Problem, das dein Hausarzt wie jedes andere auch ernst nehmen wird und dich entsprechend berät.

Grüße vom
FrankfurtER

man man man ich sitze im Büro und taste meine Brüste ab... ohje...
Hoffentlich sieht mich keiner, sonst zählt das sicher unter sexueller Belästigung

@ Frankfurter

Also so ganz kann ich Deiner Beschreibung nicht folgen... also ein wenig weich ist die erste Schicht schon... darunter aber hart... mmh und nun?

Dachte immer das kommt vom Krafttraining... mehrere Jahre aktiv... bin mir eigentlich fast sicher, dass das auch vor Fin so war... aber etwas verunsichert bin ich schon

Subject: Re: Gyno oder Fett?

Posted by [Mink](#) on Tue, 16 Jan 2007 08:14:00 GMT

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

Bei mir ist es so, dass ich frueher ca. 8 jahre Krafttraining gemacht habe. Durch eine schwere Schulterverletzung kann ich keine Uebungen mehr machen mit Belastungen ueber Kopf, also auch kein Bankdruecken und damit kein Brusttraining. Eine Konsequenz ist, dass die einstmals trainierte Brust erschlafft und es schon etwas Titti-maessig aussieht.

Dazu kommt Fin und auch mehr Fettansatz im Alter durch Umstellung des Koerpers (bin Mitte 40).

Also es gibt so viele moegliche Ursachen, dass eine Beurteilung ganz schwer ist. Auch ist es moeglich, dass mehrere Faktoren gleichzeitig mit reinspielen.

Trage mich mit dem Gedanken, mal Tamoxifen zu probieren aber bis jetzt hab ich mich da noch nicht dran getraut.

Gruss
mink

Subject: Re: Gyno oder Fett?

Posted by [MarcWen](#) on Tue, 16 Jan 2007 08:42:02 GMT

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

Ja bei mir wohl ähnlich... bin während dem Studium 5-6 Jahre regelmäßig zum Krafttraining...

Sind zwar nun auch noch 2-3 mal die Woche im Studio, aber eher Ausdauer und Fett verbrennen... kein reines Krafttraining mehr... hab das zurückgeschraubt, da ich eine Behinderung am Ellenbogengelenk habe.

Werde wohl in nächster Zeit mal kritisch im Spiegel schauen... Brust ist ja ok... aber die sollen ja

nicht beim laufen wackeln und spitz zulaufen... das muß Mann nicht unterm TShirt zeigen
