
Subject: DHT und Milch

Posted by [Figaro03](#) on Thu, 21 Jun 2007 17:20:55 GMT

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

Ich habe nichts nachgeprüft.

Fand einfach nur mal interessant zum Posten.

Es geht um Akne und Milchkonsum.

Aber trifft wohl dann auch den HA.

Zitat:

Avoid androgenic hormones such as DHEA, testosterone, and androstenedione. Acne is definitely aggravated by androgens and certain hormones. Pregnenolone may also cause acne.

.....

....

Reduce intake of milk products, including ice cream and cheese. There is a high amount of hormones produced in the milk of cows, particularly in the milk of pregnant cows, which makes up the bulk of marketed milk and dairy products. Milk from pregnant cows contains progesterone, 5-alpha reduced steroids, and other steroid hormones. These hormones, when consumed, can break down into dihydrotestosterone (DHT), the final molecule that turns on oil-making cells. Studies show there is an association between milk consumption and acne, and it didn't matter whether the milk was whole, low fat, or skim. For those who eliminate or significantly reduce milk products from their diet, calcium supplements could be helpful. Consider soy milk as a partial alternative. Buy unsweetened soy milk and sweeten it with stevia. Milk also contains high levels of iodine which may be an additional reason to avoid excessive dairy consumption.

<http://www.raysahelian.com/acne.html>

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [humboldt](#) on Thu, 21 Jun 2007 17:45:59 GMT

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

Das verstehe ich nicht! Für mich ist das ein völliger Widerspruch! Diese durch die Milch bzw. Molkereiprodukte konsumierten Hormone schlüsseln sich angeblich auf in DHT, (ZITAT) "the final molecule that turns on oil-making cells".

Schlussfolgerung laut dieser These wäre: viel DHT, viel fettige Haut, viele Hautunreinheiten bzw. Akne!

Genau das Gegenteil ist aber doch z.B. bei Finasterid-Konsumenten der Fall: Durch den NIEDRIGEN DHT-Level bekommen viele fettige Haut, Akne und Hautunreinheiten!

Kann mir das jemand mal bitte erklären?

Außerdem: Milch ist bei einer ausgewogenen Ernährung ein wichtiger Baustein! Darauf einfach zu verzichten, halte ich nicht für sinnvoll.

Hier wird der "Tipp" gegeben, auf Soja-Milch auszuweichen! Wenn ich den folgenden Artikel

lesen, vergeht es mir, Soja-Produkte zu konsumieren!!!
Dann bleibe ich lieber bei meiner Milch...

"US Forscher glauben dass in naher Zukunft die Zahl der Demenz und Alzheimerkranken drastisch ansteigt. Dies ist auch auf den zunehmenden Verzehr von Sojaprodukten zurückzuführen.

Besonders in Asien wird die Zahl der Alzheimerbetroffenen um das 4fache steigen.

- Sojas Fähigkeit, Enzyme und Aminosäuren zu stören, kann direkte Folgen fürs Gehirn haben. Soja-Phytoestrogene (Isoflavone: Genistein, Daidzein) hemmen die Synthese von Thyroid-Hormonen bei Konzentrationen, die bei Menschen gemessen wurden, die Soja essen. Das heißt, Soja-Isoflavone wirken anti-thyroid.

- Isoflavone können zu Gehirnalterung führen, weil sie mentale Funktionen schwächen.

- - bei empfindlichen Personen können sogar kleinere Mengen Soja mentale Verwirrung stiften, ein Zeichen für gestörte Schilddrüsenfunktion. (siehe Soy, The Darkside...)

- Japan-Amerikaner, die viel Tofu in der Lebensmitte gegessen hatten, haben ein 2.4 faches Risiko, an Alzheimer zu erkranken.

- Männer, die zweimal/ Woche Tofu aßen, hatten mehr Denkstörungen als solche, die selten oder nie Tofu aßen.

- hohe Spiegel von Soja-Phytoestrogenen, Phytinsäure und neurotoxischen Substanzen vereinigen sich in Soja zu einem wahren Hexengebräu, das das Gehirn schädigen kann während der Entwicklung und durchs ganze Leben.

- der sehr hohe Anteil an Phytinsäure (Phytaten) in Soja kann Nebenwirkungen auf die Gehirnfunktion haben. Phytinsäure blockiert die Aufnahme essentieller Mineralien im Verdauungstrakt: Kalzium, Magnesium, Eisen und besonders Zink

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Amarok](#) on Thu, 21 Jun 2007 18:08:08 GMT

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

Das liegt in erster Linie schon am DHT.

Die Duta-Schlucker z.B. haben fast immer reine Haut.

Warum das bei Fin manchmal andersrum ist, weiß ich auch nicht. Evtl. weil durch die 5aR2-Hemmung mehr über 5aR1 läuft und daher die betroffenen Talgdrüsen stärker arbeiten.

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [kkoo](#) on Thu, 21 Jun 2007 18:38:00 GMT

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

Figaro03 schrieb am Don, 21 Juni 2007 19:20Ich habe nichts nachgeprüft.

Fand einfach nur mal interessant zum Posten.

Es geht um Akne und Milchkonsum.

Aber trifft wohl dann auch den HA.

Zitat:

Avoid androgenic hormones such as DHEA, testosterone, and androstenedione. Acne is definitely aggravated by androgens and certain hormones. Pregnenolone may also cause acne.

.....

....

Reduce intake of milk products, including ice cream and cheese. There is a high amount of hormones produced in the milk of cows, particularly in the milk of pregnant cows, which makes up the bulk of marketed milk and dairy products. Milk from pregnant cows contains progesterone, 5-alpha reduced steroids, and other steroid hormones. These hormones, when consumed, can break down into dihydrotestosterone (DHT), the final molecule that turns on oil-making cells. Studies show there is an association between milk consumption and acne, and it didn't matter whether the milk was whole, low fat, or skim. For those who eliminate or significantly reduce milk products from their diet, calcium supplements could be helpful. Consider soy milk as a partial alternative. Buy unsweetened soy milk and sweeten it with stevia. Milk also contains high levels of iodine which may be an additional reason to avoid excessive dairy consumption.

<http://www.raysahelian.com/acne.html>

ich glaub das ist quatsch, heute trinkt in den westlichen ländern kaum jemand milch von schwangeren kühen. außerdem muss man dann schon ummengen davon konsumieren, dass das auch hormonell wirksam wird...

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Foxi](#) on Thu, 21 Jun 2007 18:49:41 GMT

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

Kühe stellt man trocken wenn sie trächtig sind
weis aber nicht ab wann genau

Foxi

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [pilos](#) on Thu, 21 Jun 2007 19:14:15 GMT

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

das ist völliger quatsch...zumindest mit diesen sätze hat sich raysahelian
desqualifiziert...progesterone ist ein 5-AR-Hemmer...

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Figaro03](#) on Thu, 21 Jun 2007 20:56:57 GMT

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

Naja,
welche Hormone hin oder her...
mit der Milch und der Akne hat er zumindest REcht...

Zitat:

It may not be the chocolate and pizza that threatens many teenage girls' complexion. Milk may be the more likely culprit in teenage acne. For several decades, the question of an association between diet and acne has remained unanswered. Despite strong folkloric information, the medical community has concluded in the absence of compelling evidence that there is no association. To determine whether milk or other dairy products is associated with acne outbreaks, Adebamowo from Harvard University and his team analyzed survey responses from 47,335 women involved in the ongoing national Nurses Health Study II. The women were asked about their diet in high school, particularly the frequency with which they consumed dairy foods and whether they usually drank whole milk, powdered milk, low-fat milk or skim/nonfat milk. They were also asked whether they had ever been diagnosed with "severe teenage acne." Although most (61 percent) of the women drank whole milk as teenagers, 20 percent drank low-fat milk, 7 percent drank skim milk and 2 percent drank powdered milk. Those who reported drinking more than three servings of any type of milk each day were 22 percent more likely to report having had severe acne than those who drank only one or fewer servings per week, the researchers report in the Journal of the American Academy of Dermatology. Women who consumed two or more daily servings of skim milk, in particular, were 44 percent more likely to say that a physician had diagnosed them with severe acne during their teen years than those who drank one or fewer servings per week. While whole milk and low-fat milk were not found to be as greatly associated with teenage acne, other dairy products, such as instant breakfast drinks, sherbet, cream cheese and cottage cheese were associated with acne. Women who ate one or more servings of such products per day as teenagers were up to 63 percent more likely to say they had severe acne during their teen years, the report indicates. Contrary to what some might think, chocolate candy and soda were not associated with teenage acne. Those who regularly consumed French fries and pizza also did not appear to be more likely to report having had teenage acne. Since skim milk was more greatly associated with a history of teenage acne than whole milk, the acne was probably not due to the milk's fat content, the researchers speculate. They hypothesize that the association may instead be caused by the hormones in milk. SOURCE: Journal of the American Academy of Dermatology, February 2005.

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=15692464&ordinalpos=8&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum

sowie:

[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=S
howDetailView&TermToSearch=17083856&ordinalpos=3&
;itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=S
howDetailView&TermToSearch=17083856&ordinalpos=3&
;itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum)

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Thu, 28 Jun 2007 22:43:28 GMT

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

jo wenn rHGH drinne is und wir davon ausgehen dass das ähnlich wirkt wie HGH/igf1 dann kann es ja auch akne fördernd sein

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [NW5a](#) on Sun, 16 Sep 2007 19:50:07 GMT

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

Welches Säugetier auf dieser Erde trinkt denn Milch, ausser der dumme Mensch ? Nur weil Oma schon gesagt hat, dass du Milch trinken sollst, heißt es nicht das es wichtig ist. Trink Wasser ! Milch wird "sauer" verstoffwechselt, macht Allergien usw. ! Ich trinke keine Milch und meine Kinder ganz sicher nicht !

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Hammerhaar](#) on Mon, 17 Sep 2007 12:59:58 GMT

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

NW5a schrieb am Son, 16 September 2007 21:50 Welches Säugetier auf dieser Erde trinkt denn Milch?

Ähm...

Welches Säugetier auf dieser Erde trinkt denn Wein? Welches Säugetier trinkt Bier? Welches Säugetier isst Brot und welches Wiener Schnitzel?

Du kannst erkennen, dass ich mich diesem Argument nicht anschließen kann.

Außerdem trinken alle Säugetier Milch, denn sonst wären sie keine Säugetiere.

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Unkreativer](#) on Mon, 17 Sep 2007 13:02:51 GMT

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

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [stef84](#) on Mon, 17 Sep 2007 14:14:03 GMT

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

NW5a schrieb am Son, 16 September 2007 21:50 Welches Säugetier auf dieser Erde trinkt denn Milch, ausser der dumme Mensch ? Nur weil Oma schon gesagt hat, dass du Milch trinken sollst, heißt es nicht das es wichtig ist. Trinkt Wasser ! Milch wird "sauer" verstoffwechselt, macht Allergien usw. ! Ich trinke keine Milch und meine Kinder ganz sicher nicht !

So ein Bullshit!

Deine armen Kinder!

Ein Säugetier saugt an der Brust der Mutter was? Genau, Milch!!!

Milch ist für einen Heranwachsenden unersetzlich!

Und auch für einen Erwachsenen ist es sehr gut! Das Calcium kann man anders fast nicht reinholen! Kann auch Osteoporose vorbeugen!

Wenn Kinder keine Milch trinken, werden sie sich z.B. auch andauernd ihre Knochen brechen- da Calciummangel!

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Unkreativer](#) on Mon, 17 Sep 2007 14:28:51 GMT

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

Sehe ich auch so. U.a. Calcium ist gerade bis ca. 20-25 Jahre sehr wichtig. Später als Erwachsener ist die Calciumaufnahme lange nicht so effektiv. Kindern keine Milch so geben, würde ich auch für einen Fehler halten... (aufgrund einer Studie bzgl. Androgenrezeptoren?!)

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [NW5a](#) on Mon, 17 Sep 2007 14:40:16 GMT

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

Tja, die Praxis zeigt leider etwas anderes. Milch trinken die Kinder wie lange ? Was trinken Säugetiere nach der Entwöhnung von der Mutter ? Hört doch einfach weiter auf eure Oma, aber in meiner Praxis sieht es anders aus und der Erfolg gibt mir Recht.

Wieviel Calcium kommt denn mit der Milch rein und wieviel Calcium wird durch die Verstoffwechslung der Milch verbraucht ???

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Hammerhaar](#) on Mon, 17 Sep 2007 16:17:42 GMT

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

NW5a schrieb am Mon, 17 September 2007 16:40 Was trinken Säugetiere nach der Entwöhnung von der Mutter ?

Ich will die Frage, ob Milch gut oder schlecht ist, gar nicht beurteilen. Ich glaube nur, dass dein Argument verfehlt ist, weil aus der Tatsache, dass Säugetiere nicht mehr an der Mutterbrust hängen, nicht geschlossen werden kann, dass Milch für erwachsene Organismen schädlich ist.

Es gibt viele andere Gründe, warum Tiere keine Muttermilch mehr trinken:

1. Sie können Milch nicht in großen Mengen produzieren und konsumieren wie der Milchbauer, sondern sie müssten ein Leben lang an der Mutterbrust hängen.
2. Die Mutterbrust ist aber nicht dauernd frei, sondern muss den nächsten Jungen zur Verfügung stehen.
3. Die Abhängigkeit von der Mutterbrust würde die Bewegungsfreiheit eines ausgewachsenen Säugetieren in nicht zu tolerierender Weise einschränken.

etc...

Ich glaube daher, dass dieses "biologistische" Argument nicht korrekt ist.

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Mon, 17 Sep 2007 16:30:28 GMT

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

die Frage ist aber auch ob die Natur es vorgesehen hat dass Menschen die Milch trinken die eigentlich für junge Kälber gedacht ist

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [stef84](#) on Mon, 17 Sep 2007 16:35:58 GMT

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

Haar-in-der-Suppe schrieb am Mon, 17 September 2007 18:30 die Frage ist aber auch ob die Natur es vorgesehen hat dass Menschen die Milch trinken die eigentlich für junge Kälber gedacht ist

Die Milch aus der Brust des weiblichen Menschen ist wohl kaum für Kälber gedacht. Oder hast du schon mal eine Frau gesehen, die ein Kalb gestillt hat?

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Tue, 18 Sep 2007 13:45:29 GMT

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

stef84 schrieb am Mon, 17 September 2007 18:35 Haar-in-der-Suppe schrieb am Mon, 17 September 2007 18:30 die Frage ist aber auch ob die Natur es vorgesehen hat dass Menschen die Milch trinken die eigentlich für junge Kälber gedacht ist

Die Milch aus der Brust des weiblichen Menschen ist wohl kaum für Kälber gedacht. Oder hast du schon mal eine Frau gesehen, die ein Kalb gestillt hat?

Du verstehst wohl nicht ganz.

Die Milch die wir im Supermarkt kaufen mein ich, nicht die Milch einer Frau.

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [stef84](#) on Tue, 18 Sep 2007 14:33:26 GMT

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

Haar-in-der-Suppe schrieb am Die, 18 September 2007 15:45stef84 schrieb am Mon, 17 September 2007 18:35Haar-in-der-Suppe schrieb am Mon, 17 September 2007 18:30die Frage ist aber auch ob die Natur es vorgesehen hat dass Menschen die Milch trinken die eigentlich für junge Kälber gedacht ist

Die Milch aus der Brust des weiblichen Menschen ist wohl kaum für Kälber gedacht. Oder hast du schon mal eine Frau gesehen, die ein Kalb gestillt hat?

Du verstehst wohl nicht ganz.

Die Milch die wir im Supermarkt kaufen mein ich, nicht die Milch einer Frau.

Kuhmilch, Ziegenmilch oder Menschenmilch. Das gibt sich nicht viel!

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Tue, 18 Sep 2007 17:38:05 GMT

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

naja, wenn du das meinst

ach übrigens...schonmal probiert wie Menschenmilch schmeckt im Vergleich zu Kuhmilch?

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [NW5a](#) on Wed, 19 Sep 2007 11:11:48 GMT

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

Also ich rede von KUH MILCH !

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [stef84](#) on Wed, 19 Sep 2007 13:28:12 GMT

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

Haar-in-der-Suppe schrieb am Die, 18 September 2007 19:38naja, wenn du das meinst
ach übrigens...schonmal probiert wie Menschenmilch schmeckt im Vergleich zu Kuhmilch?

Hab ich!

Kann mich aber nicht mehr genau daran erinnern! Zu der Zeit hatte ich noch ne Windel an!

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [dirrho](#) on Wed, 19 Sep 2007 14:14:29 GMT

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

war da nicht irgendwas mit igf und milch? also ich kann nw5 nur recht geben... frag mich ja überhaupt wann der erste mensch unter ne kuh gekrochen ist um an ihrem euter zu saugen... trinke seit einem monat keine milch mehr und mir gehts wunderbärchen!!! auf die haare bezogen! heutzutage ist aber so gut wie in jedem produkt milch! hab da mal so einen vortrag von nem ami gesehen... da wird das auch behandelt. bei youtube, igfblabla etc. kA... diskutiert weiter... wollt euch nicht aufhalten!

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Wed, 19 Sep 2007 19:32:11 GMT

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

hast den link noch?

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [dirrho](#) on Thu, 20 Sep 2007 16:24:04 GMT

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

Haar-in-der-Suppe schrieb am Mit, 19 September 2007 21:32hast den link noch?

jo, hier ist das gute ding... extra für das haar in der suppe rausgesucht. bezieht sich aber kaum auf HA glaub ich (will mir das jetzt nicht noch mal alles angucken). guck einfach mal selbst... ist auf jeden fall interessant!

<http://youtube.com/watch?v=mHYFOJBU434>

Subject: Re: DHT und Milch

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Thu, 20 Sep 2007 18:00:52 GMT

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

dankeschön!

is ja interessant... sojamilch produziert noch mehr IGF-1 im körper

Subject: Milch und Kalziumbedarf und Knochen
Posted by [fiebius](#) on Sat, 22 Sep 2007 10:31:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.milch-den-kuehen.de/index2.html>

<http://www.milchlos.de/>

Hier stehen einige kritische Anregungen was Milch betrifft!

Dass ohne Milch die Knochen brechen weil wir den Kalziumbedarf nicht decken können, irgendwie glaube ich daran nicht.

Ohne Milch einen Tagesbedarf von 800-1000MG Kalzium zu erlangen ist sicherlich unmöglich, es sei denn mit Mineralreichem Wasser oder Tabletten, aber wenn es so schwierig ist weshalb ist dann

der Tagesbedarf so hoch? Waren Milch, Mineralstarkes Wasser in der Ernährung vor tausenden von Jahren ein so starker Bestandteil?

Hier spielen auch andere Mineralien/Spurenelemente eine wichtige Rolle was Knochenstabilität angeht, auch Magnesium, wichtiger finde ich den VitaminD Level hoch zu halten, besonders im Winter.

Subject: Re: Milch und Kalziumbedarf und Knochen
Posted by [NW5a](#) on Sat, 22 Sep 2007 13:39:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die Links !
