

---

Subject: Gewöhnungseffekt / 3on 1off

Posted by [Amarok](#) on Tue, 30 Oct 2007 23:01:43 GMT

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

---

Ich nehme jetzt ein Jahr Fin und überlege auf 3on/1off zu wechseln. Was mir ein wenig zu denken gibt ist jedoch, dass ich von Fin anfangs so starke Nebenwirkungen hatte, dass ich es von 0,5 bis 1,25mg eingeschlichen habe. Nun bin ich praktisch nebenwirkungsfrei, bei dennoch guter Wirkung.

1) Meint ihr, es ist in meinem Fall sinnvoll auf 3on/1off zu gehen, kommen evtl. die Nebenwirkungen zurück?

2) Was ist von diesem "positiven" Gewöhnungseffekt zu halten? Kann man schlussfolgern, dass er, wenn er so schnell im positiven Sinne eingetreten ist, auch im negativen eintreten wird?

Dankö!

---

---

Subject: Re: Gewöhnungseffekt / 3on 1off

Posted by [flex78](#) on Wed, 31 Oct 2007 08:15:46 GMT

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

---

Ich persönlich denke auch darüber nach, wie man am besten dem Gewöhnungseffekt - wenn es ihn den gibt - verhindert. Bei mir wirkt fin seit 2 jahren gut. ich mache in unregelmäßigen (alle 2-3 mon) abständen ne woche pause. Dass 3 on - 1 off die optimale Lösung ist bezweifel ich jedoch. Vielleicht ist ja auch ein monat im jahr pause, die sinnvollste lösung? Leider gibt es keine wissenschaftliche Erkenntnisse die einem hier weiterhelfen und auf Erfahrungsberichte kann man sich ja leider auch nicht stützen. Es gibt hier viele die fin über jahre durchgehend nehmen, ohne dass die Wirkung nachlässt. Andere wiederum schwören auf 3 on - 1 off.

Ich persönlich werde glaube ich die fin dosis leicht erhöhen, wenn ich ein Wirkungsnachlass feststelle. Aber ich bin derzeit auch hin und hergerissen ob ich nicht zu irgendeinem on - off zyklus übergehen soll- nur welcher zyklus ist der beste???

---

---

Subject: Re: Gewöhnungseffekt / 3on 1off

Posted by [liami](#) on Thu, 01 Nov 2007 11:21:25 GMT

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

---

Ich wüsste mal gerne, wann der DHT Wert,nach absetzen, genauso ist wie vor der Einnahme von Fin.

---

---

Subject: Re: Gewöhnungseffekt / 3on 1off

Posted by [chris437](#) on Thu, 01 Nov 2007 13:47:36 GMT

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

---

liami schrieb am Don, 01 November 2007 12:21Ich wüsste mal gerne, wann der DHT Wert,nach absetzen, genauso ist wie vor der Einnahme von Fin.

---

das kannst du 1000fach im forum (und altem forum nachlesen)

---