Subject: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 09:00:02 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

ich bin 27 und hatte bereits eine HT mit 23 Jahren (3500-4000 Grafts). ich war mit 21 bereits ein Norwood 4/5.. Ich habe meine Strategie darauf aufgebaut dass mir die "Haare später egal sein werden". Jetzt, wo ich erwachsener bin, realisiere ich, was das für eine bescheuerte Idee war. Mich hat eine relativ bekannte türkische Klinik als Patient akzeptiert in solch jungen Jahren. Nehme auch Finasterid seitdem ich 21 bin. Der Haarausfall war für mich sehr belastend. Die beste Lösung wäre Finasterid ab 18 oder ein Haarsystem gewesen. Ich bereue alles so sehr. Ich habe zwar eine akzeptable Haarlinie, aber die Tonsur ist eben sehr offen. Ich möchte keine weitere HT machen,

Ich habe unglaubliche Angst, für den Rest meines Lebens entstellt zu sein sobald der Haarausfall noch weiter vorschreitet. Die FUE Narben sind leider sehr deutlich zu sehen.

Mir fällt keine andere Lösung ein: SMP sieht wohl häufig in echt scheiße aus und ein Haarteil scheint mit unglaublichem Aufwand und Kosten verbudnen zu sein (und die Leute haben häufig "Angst", erkannt zu werden).

Das ist eine Lektion für junge Menschen. Tut es nicht. Ich habe seitdem ich realisiert habe was mir wahrscheinlich im Leben noch bevorsteht starke Depressionen und Schlafprobleme. Ich finde keinen Ausweg.

Ich weiß nicht, was ich noch sagen soll. Ich habe sogar meine Freundin verloren, einfach weil ich psychisch so am Ende (und sehr reizbar) war. Ich hätte mir einfach eine Glatze rasieren sollen, und Schluss. Menschen mit Glatze finden auch Partnerinnen.Es sind nur Haare. Jetzt bin ich total am Arsch und lebenslang entstellt. Puh.

Ich weiß nicht wie ich je eine Partnerin finden soll oder ein normales Leben haben kann, wenn ich so entstellt sein werde.

File Attachments

1) 440387726_760753629177404_1977757174635117523_n.jpg, downloaded 215 times

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 09:02:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hier noch mehr bilder.

PS: Meine "Strategie" ist aktuell einfach nur Fin zu nehmen und diese kahle Stelle fürs erste zu akzeptieren. SMP wird wohl blau oder sieht insgesamt komisch aus und ein Haarsystem scheint die meisten Menschen psychisch eher zu belasten, als dass es hilft. Hm. Ich weiß nicht weiter.

Und natürlich hab ich auch wieder unendlich Pech gehabt mit der Sichtbarkeit der FUE Narben... Ich hab echt mit Ach und Krach meine Uni beendet und probiert meinen Kopf über Wasser zu halten die letzten gut 2 Jahre, aber das ist permanent in meinem Kopf und muss jzt irgendwie angegangen werden.

Hier noch mein Beitrag von hair restoration network:
https://www.hairrestorationnetwork.com/topic/72542-how-would-you-proceed-from-here/#comment-770256

File Attachments

1) moi.jpg, downloaded 212 times
2) dave.jpg, downloaded 199 times
3) scars2.jpg, downloaded 206 times

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by JohnnyR on Wed, 08 May 2024 10:17:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Nach meiner Sicht ist es nicht so schlimm wie du hier machst.
Du siehst absolut akzeptabel aus, lediglich die Tonsur ist offen.
Dein aktueller Status sieht auch wie ein "natürliches Haarausfallmuster" aus.

Den von dir beschriebenen Stress musst du dir nicht machen.
Die Depressionen und Schlafprobleme können auf den Stress zurückzuführen sein, aber treten auch hin und wieder als Nebenwirkung von Finasteride auf.
Ich denke ein Besuch bei einem Arzt wäre nicht verkehrt.

Wenn ich du wäre würde ich eine zweite HT für die Tonsur machen und evtl eine SMP im Donorbereich in Erwägung ziehen.
Lass dich diesbezüglich mal bei renommierten Ärzten wie Feriduni, Bisanga, Heitmann etc. beraten. Dort kannst du auch die oben erwähnten Depressionen und Schlafstörungen und eine eventuelle Verbindung mit Finasteride ansprechen.

Kopf Hoch! Da habe ich auf YouTube schon DEUTLICH schlimmere Fälle gesehen.

Gruss!

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by JohnnyR on Wed, 08 May 2024 10:27:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

https://www.youtube.com/watch?v=Exp2xRQ43O0

wenn du der hier wärst, dann könntest du weinen.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 10:34:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey.

Ja, das mit dem Fin würde Sinn machen. Allerdings habe ich es jahrelang normal genommen und war happy und hatte keine Probleme. Als ich das erste Mal ne Freundin hatte, gab es bestimmte Schwierigkeiten.. Hab das Medikament dann 3 Monate abgesetzt und es ging mir garnicht gut weil ich dachte dass der Haarausfall jetzt schnell voranschreitet.. aber wenigstens hat es sexuell geklappt.
Danach wieder aufgesetzt und es hat alles auch 2 Jahre mit Fin geklappt! Währenddessen habe ich aber so viele Threads gelesen dass eine Ht in dem Alter ne dumme Idee ist und man aussehen wird wie ein Freak, total entstellt sein wird, etc, dass ich tierische Zukunftsangst & Depressionen entwickelt hab und total versunken bin.

Ja und dann hat sich iwann meine Freundin von mir getrennt.. hatte totale Zukunftsängste und mir Druck gemacht später viel Geld zu verdienen damit ich mit BHT, SMP, Haarsysteme oder was auch immer leisten kann. Es ist eigentlich alles absurd.

Seitdem habe ich Schlafprobleme weil ich sie total geliebt habe aber mir so viel Druck gemacht habe, dass ich Dauerstress hatte (zB auch mit Masterarbeit),

---

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by JohnnyR on Wed, 08 May 2024 10:39:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Also alternativ zu den Tabletten, kannst du auch topisches Finasterid als Gel benutzen. Davon soll man weniger Nebenwirkungen bekommen. Des Weiteren gibt es heutzutage auch noch orales Minoxidil.
Ich nehme beides und habe absolut keine Probleme.

Schon mal darüber nachgedacht ein Erstgespräch mit einem Psychologen zu vereinbaren?
Ich bin kein Experte aber da scheint viel los zu sein bei dir.

Alles gute!

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 10:40:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey,

ja hab ich schon! Da war echt viel los. Es war halt vor allem diese Angst, in der Zukunft "entstellt" zu sein. Gerade geht es einigermaßen, ich bereue nur die Trennung.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by Twin on Wed, 08 May 2024 12:55:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

mach dich nicht so abhängig von ihr. Die nächste kommt bestimmt, dann ist die alte ganz schnell vergessen.

Du hast evtl. Glück um Unglück. Ich glaube auch, dass man das hinkriegt, dafür brauchts aber eine ordentliche Klinik und eine ausreichende Geldtasche. Geh das an, so kann das nicht bleiben.
Nach dem Besuch bei einem Top Doc sind deine psychischen Themen erledigt.

lg Twin

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by Hade on Wed, 08 May 2024 13:40:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Moin,

nach dem Eingangspost habe ich mit deutlich schlimmeren Bildern gerechnet.
Ja, eine HT in solch jungen Jahren war keine gute Idee und ja, die FUE Narben sieht man bei 0mm.
Auf dem Bild "moi", wo die Haare auch recht kurz sind, aber z.B. gar nicht mehr so sehr.
Desweiteres sieht dein Donor echt gut aus und ich wüsste nicht, weshalb man die Tonsur nicht auch noch in Angriff nehmen könnte. Klar, kostet Geld, aber donor-technisch wäre das sicherlich machbar.
Entstellt bist du auf keinen Fall, also Kopf hoch.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by rgv250blau on Wed, 08 May 2024 14:15:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich sah im deinem Alter schlechter aus und habe es gerichtet bekommen und das ohne fin.

1. FIN absetzen um mal eine ordentliche Bestandsaufnahme machen zu können was eigentlich Phase ist.

2. Donor checken lassen was noch in der safe zone zu entnehmen ist.

3. Mittelkopf und Tonsur ausmessen denn den Bildern nach ist nicht nur die Tonsur betroffen sondern auch der Mittelkopf undicht.

Die FUE Narben finde ich schon sehr krass, wo warst du denn?

Würde trotzdem im donor ne SMP machen, aber bei einem Profi!

Lässt sich aber alles richten!

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 15:08:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hey zu 1): Ich glaube nicht dass ich Fin Nebenwirkungen habe/hatte. Ich glaube es war "performance anxiety", vllt hatte ich fin auch im hinterkopf. als es dann geklappt hat habe ich fin wieder genommen und es war kein problem! hatte auch die glücklichsten zeiten meines lebens auf fin. war einfach diese krasse angst, dass die ht langfristig schiefgeht, dann hatte ich stress mit auflandsaufenthalt, masterarbeit, fernbeziehung, ner depressiven mutter, und jetzt der trennung. es war viel los. vielleicht mache ich mir zu viel druck mit so sachen wie uni/job. bin da in klausurenphasen schon recht angespannt

2) treffe mich bald mit dr muresanu in berlin

3) sieht schlimmer aus als es ist, aber ja mid scalp ist eher dünn bepflanzt..

HLC

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by rgv250blau on Wed, 08 May 2024 15:18:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

dave123 schrieb am Mi, 08 Mai 2024 17:08hey zu 1): Ich glaube nicht dass ich Fin Nebenwirkungen habe/hatte. Ich glaube es war "performance anxiety", vllt hatte ich fin auch im hinterkopf. als es dann geklappt hat habe ich fin wieder genommen und es war kein problem!

hatte auch die glücklichsten zeiten meines lebens auf fin. war einfach diese krasse angst, dass die ht langfristig schiefgeht, dann hatte ich stress mit auflandsaufenthalt, masterarbeit, fernbeziehung, ner depressiven mutter, und jetzt der trennung. es war viel los. vielleicht mache ich mir zu viel druck mit so sachen wie uni/job. bin da in klausurenphasen schon recht angespannt

2) treffe mich bald mit dr muresanu in berlin

3) sieht schlimmer aus als es ist, aber ja mid scalp ist eher dünn bepflanzt..

HLC

HLC ist eine renommierte Klinik, daher hast du auch kein Overharvesting und der Donor sollte noch genügend Reserven haben. Bzgl. der Narben neigst du dann wohl dazu daher kann man da nichts machen.

Wenn ich Muresanu höre denke ich automatisch an FUT, das solltest du aber auf keinen Fall machen, das wäre für dich der Supergau auch psychisch gesehen.

Such dir einen renommierten FUE Experten der wirklich nur das macht.

Zb. Heitmann, Feriduni oder Bicer

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 15:21:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja psychisch wäre für mich FUT glaube ich too much. Wobei ich auch auf dezentere FUE Narben gehofft habe :d Hast du smp im donor? Überlege das als ersten Schritt zu machen. Btw bezüglich mid scalp:
https://www.hairrestorationnetwork.com/topic/72542-how-would-you-proceed-from-here/#comment-770287

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by Tom10 on Wed, 08 May 2024 15:32:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich habe 2 unmittelbare Tipps für dich:

- Versuch es mal mit einem kürzeren Haarschnitt. Dann fällt deine Tonsur weniger ins

Gewicht.

- Bitte halte dich fern vom HRN Forum. Das geht gar nicht was
da alles abläuft

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by rgv250blau on Wed, 08 May 2024 15:34:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

dave123 schrieb am Mi, 08 Mai 2024 17:21Ja psychisch wäre für mich FUT glaube ich too much. Wobei ich auch auf dezentere FUE Narben gehofft habe :d Hast du smp im donor? Überlege das als ersten Schritt zu machen. Btw bezüglich mid scalp: https://www.hairrestorationnetwork.com/topic/72542-how-would-you-proceed-from-here/#comment-770287
Nee hab keine smp, benötige es auch nicht da ich keine dots habe.

Die smp solltest du aber nicht vor der HT machen, weil man schlechter die grafts erkennt und weil du es nach der HT gleich nochmal machen kannst.

Der midscalp sieht im Video besser aus als auf dem Bild, deine Haarqualität ist auch gut und die Farbe ist vorteilhaft.

Also ganz ehrlich finde ich deine Situation nicht wirklich schlimm, mach nochmal 3000 in tonsur und Oberkopf und
du bist happy :)

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 15:37:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich überlege auch vllt erstmal für ein paar Jahre auf ein System umzusteigen und gleichzeitig fin zu nehmen.. damit ich dann iwie mitte 30 vllt gucken kann wie groß die krone geworden ist

---

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by rgv250blau on Wed, 08 May 2024 15:46:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

dave123 schrieb am Mi, 08 Mai 2024 17:37ich überlege auch vllt erstmal für ein paar Jahre auf ein System umzusteigen und gleichzeitig fin zu nehmen.. damit ich dann iwie mitte 30 vllt gucken kann wie groß die krone geworden ist
Warten ist in deinem Alter immer gut , wenn du damit klar kommst (Haarsystem).

Für mich wäre das auf keinen Fall was ,allein der Aufwand und Kleber auf dem Kopf der dann noch die Kopfhaut und die grafts in deiner Front angreift. Die laufenden Kosten sind auch nicht ohne und am schlimmsten ist dass es Fake ist und das wenn es einer bemerkt möchte ich mir garnicht ausmalen. Eine Frau findet sowas glaube auch total abturnend dann lieber Glatze mit Würde,das kommt besser an.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 15:52:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ist es "sicher" dass meine grafts dadurch zerstört werden?

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by rgv250blau on Wed, 08 May 2024 15:57:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

dave123 schrieb am Mi, 08 Mai 2024 17:52ist es "sicher" dass meine grafts dadurch zerstört werden?
Sicher ist nur der Tod :lol:

Gesund ist sowas bestimmt nicht aber was willst du ner Frau sagen wenn du den Lappen vom Kopf rollst?

Immer die Angst es merkt einer und irgendwann gibt's immer mal blöde Situationen wo es auffällt.

Lass es so und mach wie tom geschrieben hat nen BuzzCut .

Oder mach die Tonsur einfach zu. Und wenn es weitergeht musst du halt dran bleiben.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Wed, 08 May 2024 16:03:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Um ehrlich zu sein.. würde es mich nicht jucken. Ich hab auch das Gefühl, dass die meisten Frauen in 2024 und in meiner Generation solchen Sachen relativ offen ggüber stehen, weil mentale Gesundheit ein viel zentraleres Thema für diese Generation ist. Was mich eher abschreckt sind die Kosten. Ich habe aktuell quasi gar kein Einkommen.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens

Posted by Degen on Wed, 08 May 2024 18:14:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich finde den aktuellen Status nicht schlecht, du hast vorne richtig viel Volumen und auch die richtige Haarfarbe, dass es nicht so auffällt. Eventuell mal kürzere Haare versuchen, ansonsten würde ich erstmal gar nichts machen und ein paar Jahren nochmal neu bewerten.

Ich kann mich übrigens nur anschließen, du solltest professionelle Hilfe in Betracht ziehen. Das ist mit Sicherheit schwierig, sich dazu zu überwinden, aber es kann wirklich helfen.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by Hade on Thu, 09 May 2024 08:33:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

dave123 schrieb am Mi, 08 Mai 2024 17:21Ja psychisch wäre für mich FUT glaube ich too much. Wobei ich auch auf dezentere FUE Narben gehofft habe :d Hast du smp im donor? Überlege das als ersten Schritt zu machen. Btw bezüglich mid scalp: https://www.hairrestorationnetwork.com/topic/72542-how-would-you-proceed-from-here/#comment-770287
Hab mir eben das Video angesehen - ich finde das Ergebnis ehrlich gesagt sogar richtig gut. Warst du vorher komplett kahl im vorderen Drittel?
Bei FUE only ist es übrigens normal, dass man ab einer gewissen Baustelle (~NW4 aufwärts) in Etappen vorgehen muss und man zwischen den HTs etwas "unfertig" aussieht.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by DerForennutzer on Sat, 11 May 2024 09:08:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hol dir bitte sofort psychologische Hilfe! Du hast deine Freundin nicht wegen der Haare verloren, sondern wegen deiner psychischen Probleme. Du hast eine kleine Tonsur. Entweder lässt du dir die auffüllen von einem guten Arzt oder akzeptierst es. Die Narben am Hinterkopf sind mocht so schlimm. Wenn du eine Glatze trägst, ins solarium gehst, unter der Sonne bist, werden die optisch verschwinden. Aber mein Rat ist, dass du professionelle psychologische Hilfe brsuchst!

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Sat, 11 May 2024 09:17:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ja 100 pro, ich weiß, 100% wegen der psychischen probleme. Sie hätte mich nie wegen Haaren verlassen, nicht mal wegen Narben oderso. Die psychischen Probleme sind nicht durch die aktuelle optische Situation enstanden, wie ich also aktuell aussehe, sondern wie ich in der Zukunft aussehen werde, wenn der Haarausfall fortschreitet. Weil ich die HT zu jung gemacht habe, wovor immer gewarnt wird. Hatte große Angst irgendwann wie ein "Freak" auszusehen

und dann nicht zu wissen, was ich tun soll. Es gibt kein Zurück mehr. Das hat mir alles mega Angst gemacht. Wusste nicht, was ich tun soll.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by DerForennutzer on Sat, 11 May 2024 09:21:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Raff dich junge! Die weißen Punkte werden durch Sonnenlicht weitgehend weggehen. Du hast noch fast volles Haar. Die kleine Tonsur kannst du mit 300 grafts auffüllen wenn es die wichtig ist. Kann dir eine klinik empfehlen die mit dhi arbeitet und extrem sauber arbeitet. Aber deine psychischen Probleme werden sich dadurch nicht lösen. E gibt leute mit schweren Brandbarben, die ihr leben meisten. Niemand interessiert sich für ein paar punkte auf dem hinterkopf. Sei keine memme!

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Sat, 11 May 2024 09:25:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja hast schon recht. Ich mache aktuell sicher keine weitere HT. Wie gesagt, ich habe mich gefragt, wie soll das in 10 Jahren aussehen? In 20? Ich bin nur 27.

Wie auch immer man, das war n riesen Fehler. Wünschte ich hätte mir rechtzeitig Hilfe gesucht, dann wär sie jetzt noch da, sie war wirklich ein unglaublich guter Mensch, der mich sehr geliebt hat. Ich hab die Zukunftsangst einfach nicht in den Griff bekommen.

Du hast schon recht, gibt Leute, die wirklich entstellt sind, und eine glückliche Familie haben.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by DerForennutzer on Sat, 11 May 2024 09:27:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mit einem guten psychologen wirst du das aufarbeiten können und Wege finden wie du glücklicher und zufriedener wirst. Im schlimmsten Fall hast du halt eine Glatze. Mache Sport, verfolge Ziele im Leben. Das finden Frauen attraktiv.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by dave123 on Sat, 11 May 2024 09:32:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey, ja hab ich davor gemacht und mache ich auch immernoch! Hab meinen Master jetzt fertig. Und gehe wieder regelmäßig ins Studio.
Ich weiß es gibt viele Frauen, aber das hat schon super gepasst.. meine Psyche hats kaputt

gemacht.
Re Glatze: Man hat ja keine "normale" Glatze, sondern eine mit Narben, das hat mir zu schaffen gemacht.

Subject: Aw: Der größte Fehler meines Lebens
Posted by DerForennutzer on Sat, 11 May 2024 09:52:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Siehst du. Dann ist deine Psyche die Baustelle, nicht deine Haare. Für deine Haare und die weißen Punkte gibt es auch Lösungen.