

---

Subject: Tipp wegen Einnahme

Posted by [Thatlittlehope](#) on Wed, 09 May 2012 16:40:27 GMT

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

---

Ich bin im Moment etwas unentschlossen, was ich noch einnehmen soll.

Also seit Ende November 2011 nehme ich Zink, seit Januar 2012 nehme ich die Pille und seit Ende Februar 2012 nehme ich Vitamin D mit den Vigantolekten.

Seit Februar 2012 hat sich mein HA jeden Tag etwas mehr reduziert. Während ich immer so um die 300-600 Haare verloren habe (es kam auch mal mehr vor), hat sich das jetzt an Duschtagen auf ca. 100 (+30 oder -30) und an Nichtduschtagen schätze ich höchstens 50. Neuwuchs sehe ich auch hier und da. Ich bin schon sehr zufrieden, aber leider reicht das noch nicht. Ich möchte den HA noch etwas mehr reduzieren und etwas mehr Neuwuchs. Ich habe mich jetzt im I-net informiert, was mir noch helfen könnte. Haarwässerchen möchte ich nicht. Dann habe ich von Biotin, Priorin und Pantovigar gelesen und ich würde gern letzteres ausprobieren.

Von Cimicifuga und Mönchspfeffer hab ich auch gelesen, fände ich auch ganz gut.

Und dann lese ich auch viel von Androcur und Finasterid, wobei ich vor diesen zwei Produkten die größte Angst habe, soll aber die beste Wirkung haben.

Oder soll ich nichts Neues mehr nehmen und warten, bis Vitamin D substituiert ist. Ich nehme jetzt zwar 2,5 Monaten Vitamin D, aber jeden Tag nur eine Tablette von den Vigantolekten 1000 I.E, was ja zu wenig ist und seit 2 Wochen hab ich es auf 2 Stück täglich erhöht und seit diesen Monat nehme ich 3 Stück pro Tag und bei meinem nächsten Termin Anfang Juni werde ich den Endokrinologen um Dekristol 20.000 I.E. bitten. Ich weiß jetzt nicht, ob ich dann lieber darauf warten soll und nichts Neues mehr nehmen soll.

Mich nerven ja schon diese 3 Einnahmen pro Tag und das Geld geht auch so dahin.

Deswegen wende ich mich an euch, es machen ja alle unterschiedliche Erfahrungen und vllt kann mir jemand nen Tipp geben, denn im Moment bin ich noch sehr unentschlossen.

---