

---

Subject: UPDATE: 1 Jahr mit Regaine

Posted by [Ponyfranse](#) on Thu, 16 Jan 2014 10:07:46 GMT

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

---

Hi meine Lieben,

ich wollte mich auch mal wieder bei Euch melden

Hier nochmal meine "Geschichte" in der Kurzfassung:

Ich bin 30 Jahre alt & hab seit über 10 Jahren eher mäßigen Haarausfall

Mein Problem; schlechter Neuwuchs! --> Lichter Oberkopf!

Denke, ich leide definitiv unter AGA - die komplette mütterliche Seite ist betroffen (Mutter, Oma, Schwester usw.) - Meine Mutter trägt mittlerweile ein Haarteil! Ich hab in jüngeren Jahren diverse hormonelle Verhütungsmittel wegen nicht-vertragens "probiert" - ich ahnte ja damals nicht, was ich meinem Körper mit jedem Wechsel antue...

Nach allen möglichen Wässerchen, Vitaminen und Tabletten hab ich mich dann entschlossen, ab dem 01.01.2013 mit Regaine anzufangen; wirklich was zu verlieren hatte/hab ich nicht.

Mein Cocktail:

Regaine 2%, Eil Cranell, Panthenol, Stierox Lösung -1ml - 1x täglich abends

Shedding hatte ich bei dieser Dosierung so gut wie nicht; wenn doch, dann nur minimal mit höchstens 120 Haare pro Tag! Ich hatte ne Menge Neuwuchs, aber dichter wurd da nix... Haare sind auch weiterhin ausgefallen!

Ab September 2013 bin dann mutiger geworden & hab Regaine -wie auch vorgeschrieben- 2x täglich benutzt - allerdings hab ich das nur eine Woche ausgehalten, weil mir die "klatschigen Haare" -morgens- auf den Keks gingen...

Stattdessen nehme ich jetzt die "doppelte Menge" Regaine 1x täglich abends...

Statt 1ml nehme ich jetzt mindestens 1.5ml meist sogar 2ml... was soll der Geiz

Oktober dann Shedding!

Ich weiß nicht wie viele Haare; aber es waren ne Menge!

Ich föhne meine Haare über der Badewanne & kann so gut abschätzen, was imir das flöten geht! Kurze und lange Haare in Massen - das hielt sicherlich 5-6 Wochen an. Mir fällt auf, dass durch das Shedding vermehrt Haare im vorderen Kopfbereich flöten gegangen sind... Ich hab ca. 2 Zentimeter hinter meinem Haaransatz - seitlich - eine neue "Zacke" - diese typische Ludwig Tannenbaum-Muster-Zacke Hoffe inständig, dass diese wieder zuwächst!!! Bisher sieht es eher nicht danach aus!

Dann ab Dezember wahnsinnigen Neuwuchs auf dem ganzen Kopf! Freunde & Kollegen sprechen mich an, was da auf meinem Kopf los ist! Haarausfall trotzdem nicht gestoppt - allerdings fallen zu 90% nur noch lange Haare aus... Alles in einem normalen Maß - definitiv weit unter 100 Haaren mit waschen, föhnen & kämmen!

Durch die neuen Haare hab ich jetzt natürlich einen richtig guten "Stand" in meiner Frisur - es ist halt wirklich son ne Art "Gerüst"- Gefällt mir gut... Die meisten Haare sind fein, einige Andere aber auch dick & drahtig; die sehen für mich richtig "künstlich" aus... Es ist allgemein definitiv dichter geworden, wenn auch minimal... Die "Tannenbaum-Zacke" ist leider immer noch da - die stört mich fast am Meisten

Im Großen & Ganzen bin ich ehrlich gesagt recht zufrieden  
Von allen Mitteln, die ich bisher probiert hab, ist Regaine das Beste!  
Kann ich jedem empfehlen! Ich merke, dass sich die Erhöhung der Dosierung leider auch auf meine Kopfhaut auswirkt... Es ist alles ein bisschen "gereizter" - Hab jetzt in meiner neuen, angebrochenen Flasche das Panthenol erhöht! Momentan gehts ganz gut! Ich hab ansonsten keinerlei Nebenwirkungen... Keine Haare, wo sie nicht hingehören o.ä. - vielleicht ein bisschen längere Wimpern, was ich jetzt eher positiv statt negativ werten möchte!

Ich bin die ganze Zeit am überlegen, ob ich nicht vielleicht auf das 3% Regaine (eigener Mix) umsteigen soll... An das 5%ige trau' ich mich vorerst noch nicht ran

Was meint ihr?