

---

Subject: Dokumentation - Regaine in der Langzeitanwendung

Posted by [Jowday](#) on Fri, 17 Aug 2018 08:54:50 GMT

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

---

Hallo, ich bin die Neue. :)

Bei mir (Baujahr '80) wurde schon vor sehr langer Zeit AGA diagnostiziert, und da es damals noch gar kein Regaine für Frauen gab, bin ich also mit der niederschmetternden Aussage des Arztes ("da kann man nichts machen und die Haare wachsen auch nicht mehr nach") nach Hause gegangen und habe versucht, das Thema so gut es geht aus den Gedanken zu verbannen.

Was ganz gut funktioniert, wenn man nicht allzu oft in den Spiegel schaut und jeder Kamera aus dem Weg springt, weil insbesondere Fotos ja nur allzu deutlich die lichten Stellen am Oberkopf an den Tag bringen.

So ging das ein paar Jahre - immer wieder mal konnte irgendein Frisör mir irgendein teures Haarwasser oder Shampoo andrehen, was aber natürlich nie geholfen hat, und im Nachhinein möchte ich auch gar nicht wissen, was ich mir da alles so auf den Kopf geschmiert habe.

Der Haarverlust hielt sich glücklicherweise in Grenzen, und das reichte mir schon. Ich hatte mich damit abgefunden, dass mir keine schönen Haare gegeben sind und ich sowieso nichts dagegen machen könnte, außer mit dem Seitenscheitel so gut es geht die lichten Stellen zu kaschieren.

Dann gab es auf einmal Regaine für Frauen, ich probierte es aus und glaubte, ein wenig Neuwuchs auf meinem Kopf zu sehen (vom Shedding blieb ich verschont). Auch Familienmitglieder und Freunde bestätigten mir, dass sich der Zustand zwar nicht gigantisch, aber doch sichtbar verbessert hätte.

Also nehme ich jetzt seit ca. zehn Jahren Minoxidil 2%, ich wende es immer nur Abends an (1 ml).

Wobei das gelogen ist, denn vor zwei Jahren hatte ich es in einem Anflug von Größenwahnsinn abgesetzt. Davor hatte ich es nur noch sehr nachlässig angewendet und schon mal an zwei oder drei Tagen in der Woche weggelassen; da es keinen vermehrten Haarausfall zur Folge hatte, dachte ich tatsächlich, ich könnte es doch einfach ganz sein lassen.

Natürlich setzte dann etwa vier bis sechs Wochen später das schönste Shedding ein, und nach etwa einem Monat gab ich auf und setzte die Behandlung mit Regaine fort. Ich experimentierte auch ein wenig mit dem Schaum und der 5%-igen Lösung für Männer, bin jetzt aber wieder bei der einigermaßen bewährten oben beschriebenen Anwendung gelandet.

Warum ich mich ausgerechnet jetzt hier anmelde? Zur Zeit verliere ich wieder eine Unmenge an Haare, und ich muss mich wohl wieder etwas ernsthafter mit der ganzen Thematik AGA auseinandersetzen, weil ich gerade ziemlich große Angst habe, dass sich mein sowieso schon lichter Oberkopf noch mehr lichtet.

Mir geht es zum einen darum, meinen Haarstatus zu dokumentieren (ich ärgere mich heute

noch darüber, dass ich vor zehn Jahren keine Bilder gemacht habe), Informationen zu sammeln und für mich dann (hoffentlich!) die optimale Behandlung zu finden.

Zum anderen wäre es natürlich toll, sich mit anderen betroffenen Menschen auszutauschen, gerade auch was die Langzeitanwendung von Minoxidil betrifft.

Wahrscheinlich war es eine ziemliche Kurzschlussreaktion, aber ich habe mir gestern in der Apotheke eine Flasche Eil-Cranell gekauft, um die schädliche Wirkung von DHT zu reduzieren.

Das wäre jetzt meine erste Frage in die Runde: Gibt es hier jemand, der Regaine und Eil-Cranell erfolgreich zusammen bzw. nebeneinander anwendet? Und vor allem: wie? Ich las irgendwo, dass man erst Eil-Cranell auf die Kopfhaut auftragen sollte und eine halbe Stunde später dann Regaine. Ich hätte es aus dem Bauch heraus umgekehrt gemacht...

Noch steht die Flasche ungenutzt im Bad, ich werde dann heute Abend meinen Oberkopf fotografieren und meinen Zopfumfang messen.

Freue mich über Antworten! :nod:

---