

---

Subject: Wie ist eure Meinung...  
Posted by [Julianne74](#) on Fri, 09 Mar 2007 09:22:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

zu folgendem Lösungsansatz? [www.zentrum-der-gesundheit.de](http://www.zentrum-der-gesundheit.de) und dort unter Haarausfall.

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...  
Posted by [Karina](#) on Fri, 09 Mar 2007 12:07:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Julianne,

das hört sich ja alles gut und schön und auch logisch an - nur eine Sache wundert mich: Die extrem hohen Preise der Kurprodukte! Das erweckt für mich eher den Anschein nach Geldmacherei. Wäre ja nicht das erste Mal - mit psychischen Leidensdruck ist leicht Geld zu machen und das weiß die Welt mittlerweile und zieht ihren Profit daraus.

Ein anderes Beispiel dafür außer diesem hier wären diese ganzen Haarintegrationsgeschichten wie Bellargo & Co. Fast jede hier erwägt es, zweifelt dann wieder, nachdem sie sich der Kosten dafür bewusst wird, und tut es am Ende dann doch...

Tut mir leid, dass ich dir kein positiveres Feedback geben kann, aber vergiss nicht, die Welt meint es nicht gut mit uns HA-Patienten, sondern jagt nur unserem Geld hinterher! Also immer alles hinterfragen, bevor man in die Gutgläubigkeitsfalle rennt!

LG Karina

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...  
Posted by [Julianne74](#) on Fri, 09 Mar 2007 12:36:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja, das mit dem Preis ist nicht grade schön, und ich bin sicher nicht die einzige, die schon Unsummen hingeblickert hat:-( Letztendlich hat bisher noch nichts so wirklich geholfen... Wobei ich das mit dem Säure-Basen-Wert schon öfter gelesen habe. Nur hört man halt immer nur vereinzelte Erfolgsberichte... Obs wirklich was bringt? Keine Ahnung...

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...  
Posted by [Karina](#) on Fri, 09 Mar 2007 12:42:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja, das ist halt der Punkt. Man hört desöfteren dasselbe, findet aber nur wenige Erfolgsberichte. Ich genieße das alles mit Vorsicht, da ich mich einfach ungern verarschen lasse ! Hinsichtlich Anwendung von Regaine und Diane-35 gibt es genug Erfolgsberichte und das ist auch erschwinglich. Daher probiere ich erst das aus und falls es nix bringt, dann sehe ich halt

weiter...

Was hast du denn schon alles ausprobiert?

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Julianne74](#) on Fri, 09 Mar 2007 12:48:22 GMT

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

---

Auch schon diverse Mittelchen aus der Apotheke und seit langem nehme ich Neo-Eunomin, eine Pille, die anti-androgen wirkt. Die Haare fallen nicht massig aus, sie werden aber ständig dünner und weniger, am Oberkopf und den Seiten ist es schon stark ausgedünnt und sie sind auch ziemlich stumpf. Ich nehme Toppik zum Verdecken, hilft wenigstens etwas. Seit etwa einem Jahr nehme ich zusätzlich Mineralien (Schindeles), habe aber keine Wirkung bemerkt. Bin auch immer ziemlich blass und müde, Schilddrüse ist wohl ok, Eisenspiegel recht weit unten (bin Vegetarier). Daher nehme ich seit kurzem zusätzlich Eisenprodukte. Haarausfall hat bei mir bereits so mit 20 angefangen. Anfangs ziemlich viele Haare, jetzt weniger aber dafür schleichend. Echt traurig:-)

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Julianne74](#) on Fri, 09 Mar 2007 12:50:35 GMT

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

---

Ach ja, Regaine habe ich zwar zu Hause, hab mich aber nicht getraut es zu probieren. Habe gehört es kommt oft zu ziemlich heftigem Shedding, und meistens hilft es nur vorübergehend...

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Karina](#) on Fri, 09 Mar 2007 13:10:29 GMT

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

---

Frag nicht nach Sonnenschein ! Ich bin gerade mitten in dieser Shedding-Phase und verliere so in etwa 300 Haare pro Tag, aber größtenteils ganz kurze, fisselige und kaum pigmentierte. Daher empfinde ich das nicht so sehr als Verlust, sondern vielmehr als ein "Aufräumen meines Kopfes". Am Anfang habe ich mich auch nicht getraut Regaine zu nehmen, aber bisher bereue ich nichts.

OBERKOPF? SEITEN? Das kommt mir irgendwie bekannt vor! So ist es bei mir auch. Wenn ich mir von hinten in die Haare fasse, spüre ich deutlich mehr als seitlich und von vorne bzw. von oben. Vor meiner Regaine-Zeit habe ich auch nur wenige verloren, aber dafür immer mehr an Fülle und Dichte. Richtig schöne Haare hatte ich aber noch nie - eben seit jeher meine "Problemzone".

Wann das bei mir angefangen hat, kann ich gar nicht so genau sagen. Wurde halt darauf aufmerksam gemacht, dass ich NOCH dünnere Haare bekommen hätte. Wie sind deine

Haare sonst so? An sich viel, dick, oder auch wenig und fein?

Ich werde auf jedem Fall mal so einen Speichel- und Urintest mit PH-Indikatorstäbchen machen. Einfach nur, um zu wissen, wie es um meinen Säure-Basenhaushalt bestellt ist und um abschätzen zu können, ob eine Übersäuerung meines Körpers überhaupt vorhanden ist.

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Julianne74](#) on Fri, 09 Mar 2007 14:55:20 GMT

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

Mir ist es auch lang nicht aufgefallen. Früher hatte ich schöne lange dichte Haare. Das viele Ausfallen hat mir vorher nicht allzu große Sorgen gemacht, der Friseur meinte zu bestimmten Jahreszeiten macht das fast jeder durch... aber irgendwann sagte mir jemand, du kriegst oben ne Glatze. Suuuper:-)

Inzwischen sind es leider nur noch dünne und wenige Haare. Dazwischen sind immer wieder hauchdünne, unpigmentierte. Ähnlich wie bei dir eben...

Eigentlich finde ich diese ganze Säure-Basen-Geschichte ganz interessant, ich war mal bei ner Kinesiologin, die hat mir auch gesagt es hänge damit zusammen. Daraufhin hab ich dann Mineralien nehmen müssen und was pflanzliches für die Nieren. Normalen Ärzten jedenfalls traue ich nimmer so... und machen können die ja auch nichts. Berichte doch mal was für Fortschritte du mit Regaine machst?

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Karina](#) on Fri, 09 Mar 2007 15:03:19 GMT

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

Ja, ich halte dich auf dem Laufenden wg. Regaine. Ich hatte noch vergessen, dir zu sagen, WIESO ich mich dann doch für Regaine entschieden habe, obwohl ich anfangs strikt dagegen war. Ich habe ein Trichogramm gemacht und dabei kam raus, dass ich weniger als 30 % Anagenhaare habe. Wenn ich den Rest sowieso verlieren werde, dann kann mir auch das Shedding egal sein, dachte ich mir nur. Mit Regaine habe ich dann aber immerhin eine reelle Chance, dass meine Haare langfristig besser werden. Kurzfristig ist bei HA ja sowieso nichts drin.

Ob man Regaine als Kampfwanne gegen den HA antesten sollte, hängt also meiner Ansicht nach immer vom Einzelfall ab.

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Julianne74](#) on Fri, 09 Mar 2007 15:10:04 GMT

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

Na dann drück ich dir mal fest die Daumen dass das klappt. Bei manchen solls ja langfristig

besser geworden sein, andere sind nach nem Jahr wieder am gleichen Punkt. Aber wenn du Shedding hast soll das ja ein gutes Zeichen für die Wirksamkeit sein.  
Na ich hoffe nur dass die Forschung da irgendwann mal noch was wirklich wirksamens findet. Obwohl da viele kein Interesse dran haben. Denn mit uns armen Fuselköpfen kann man ja schön die große Kohle machen

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...  
Posted by [Karina](#) on Fri, 09 Mar 2007 15:17:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja, genauso wie du sehe ich das mit dem Shedding auch - es soll ja angeblich kein schlechtes Zeichen sein!

Ich baue insgeheim auch darauf, dass es irgendwann einmal ein bequemeres, aber ebenso erschwingliches HA-Therapeutikum wie Regaine gibt. Sich 2x pro Tag etwas auf den Kopf schmieren zu müssen, ist schon nervig genug und dazu kommen dann noch diese ganzen Einschränkungen (4 Std. Feuchtigkeit und Nässe vermeiden, zeitl. Mindest-Abstand zwischen 2 Anwendungen etc.). Aber darauf werden wir wohl warten können, bis wir schwarz werden...

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...  
Posted by [Tina76](#) on Fri, 09 Mar 2007 15:29:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich finde den Lösungsansatz mit dem Säuren-Basen-Haushalt gar nicht so verkehrt. In diesem Basica Pulver von der Apotheke oder neuerdings gibts das in dem dm sind doch jede Menge Mineralstoffe drin.

Weiter unten ist ein "Erfolgsbericht" ich glaube Lena heisst die Dame die hat auch ein Haarcoccktail mit Basica Pulver und noch versch. anderes gehabt und wohl weniger HA. Ist natürlich auch immer unterschiedlich, bei uns Frauen sind eben die Haarausfallgründe verschieden, bei einem erhöhten Androgenspiegel hilft die Pille bestimmt auch nicht schlecht. Regaine hat ja bei vielen auch einiges bewirkt. (auch wenss von einigen verteufelt wird) Aber ich denke es wirkt eben bei jedem anders.

In dem Sinne  
Liebe Grüsse

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...  
Posted by [Karina](#) on Fri, 09 Mar 2007 15:32:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja, Tina, so ähnlich wie du sehe ich das auch! Meine Aussage mit Geldmacherei war nur auf die Preise dort auf der Homepage bezogen! Wenn man sowas günstig in der Drogerie oder Apotheke bekommt, würde ich das natürlich auch mal austesten, sofern ich wirklich eine Übersäuerung habe!

---

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Tina76](#) on Fri, 09 Mar 2007 16:39:35 GMT

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

---

Ich probiere den Haarcocktail im Moment grad mal aus. Schaden tut das Pulver ja nicht, habe es früher schon hin und wieder mal genommen, auch ohne Test zwecks Übersäuerung. Übrigens viel Glück noch mit Regaine. Respekt dass du damit angefangen hast, hilft dir bestimmt.

LG

---

Subject: Re: Wie ist eure Meinung...

Posted by [Julianne74](#) on Fri, 09 Mar 2007 18:12:10 GMT

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

---

Ich finde den Ansatz auch nicht schlecht, ich tendiere eigentlich auch mehr zur Naturheilkunde als zum allgemeinen Arzt... weil ich da einfach schon oft enttäuscht wurde. Ich hab ziemlich viel über das Thema Säure-Basen im Internet gelesen, auch ein Buch von Amazon drüber gelesen. Man muss wohl sehr viel machen, angefangen von viiiieeel Wasser trinken, auch Kräutertee (am besten Basentee) zum Säuren lösen und ausschwemmen. Dann tägliche längere Fußbäder mit einem Basenbad, evtl. auch richtige Bäder, Fußwickel etc. zum Ausleiten über die Haut Desweiteren umstellen auf vorwiegend basische Ernährung, außerdem Mineralstoffe zu sich nehmen (die richtige Dosierung ist wohl sehr wichtig), viel Bewegung an frischer Luft. Haare waschen mit Basenshampoo, die Kopfhaut gut bürsten, evtl massieren, und dann noch ne mineralstoffreiche Tinktur auf die Kopfhaut. Das sind wohl die Dinge die man alle machen KANN. Ich hoffe, ich hab das alles richtig verstanden. Allerdings ist das wahnsinnig viel Arbeit, und obs letztendlich was bringt und sich der Zeit- und Geldeinsatz lohnt? Ich weiß es nicht. Wenn jemand Erfahrung hat?

---