

---

Subject: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [unwichtig](#) on Thu, 19 Apr 2012 08:02:33 GMT

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

---

Meine Frage steht eigentlich in der Überschrift. Ich bin fertig mit den Nerven. Wie gern ich mir doch das Leben nehmen würde, damit der ganze Spuk endlich mal aufhört

Wie ist es, wenn ich jetzt anfangen, 5% zu nehmen? Wäre mein Haarausfall schlimmer?

Ich nehme seit fast einem Jahr Priorin, und Minoxidil.

Am Anfang hatte die Kacke geholfen, aber dann, irgendwie hatte ich keine Zeit oder ich habe es vergessen, nahm ich die Dinger nicht mehr so regelmäßig und nun sind alle meine Haare weg. Meine Kopfhaut juckt, es brennt, die Haare fallen nur so aus. Mein Mülleimer auf der Arbeit ist jetzt schon voll mit meinen Haaren, es wachsen keine neuen.

Ich habe seit ein paar Tagen wieder angefangen, alles regelmäßig zu nehmen, aber es hilft ja nichts. Und die 2 % für Frauen sind mir zu wenig. Kann ich als Frau auch die 5 % nehmen?

Danke euch für die Antworten.

Die verzweifelte

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [flame](#) on Thu, 19 Apr 2012 09:27:35 GMT

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

---

Liebe malance,

ich hatte Dich hier schon vermisst - und dabei gehofft, es möge daran liegen, dass es Deinen Haaren nun super geht....

Ach, lass' Dich erst mal feste drücken!

Keine Haare der Welt sind es wert, dass man sich deswegen das Leben nimmt, ehrlich!!

Ich habe auch wieder total viel Verzweiflung hinter mir... Jetzt trage ich die Haare halt kurz und verwende nach Bedarf Toppik dazu, was bleibt auch sonst....

Wenn es noch schlimmer wird, trage ich Tücher - die Schmach gebe ich mir nämlich nicht mit, dass ich mich in der Öffentlichkeit zeige, wenn die Kopfhaut ggf. total durchschaut.

Wegen dem Minoxidil: ehrlich, nach allem was ich hier so dazu gelesen habe, würde ich mich nicht trauen, das zu nehmen. Was, wenn alles noch schlimmer wird, von sonstigen Nebenwirkungen mal abgesehen?

Forste da mal die entsprechenden Beiträge im Forum ganz sorgfältig durch....

Du hattest doch mal so tolle Erfolge mit Schwarzkümmelöl... hast Du damit wieder aufgehört, oder hat es nicht mehr geholfen?

Ist das jetzt bei Dir auch wieder dieser "typische" Frühjahr/Sommer-Haarausfall?

Sei ganz lieb begrüßt,  
flame

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [unwichtig](#) on Thu, 19 Apr 2012 09:52:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo flame,

der Haarausfall hatte aufgehört, aber ich weiß nicht, woran es lag. Ich habe einfach keine Ahnung und ich bin so verzweifelt. Ich hatte die Pille mal genommen, mal nicht, ich hatte es einfach vergessen, ich war gestresst, viel gearbeitet, wenig Schlaf, wenig Erholung und somit hatte ich einfach alles sehr unregelmässig genommen. Und nun sind alle Haare weg. Ich habe mir jetzt einen Termin in der Klinik in der Psychiatrie gemcht, weil ich einfach nicht weiter komme. Ich weiss nicht mehr was zu tun ist. Am liebsten würde ich mir echt das Leben nehmen, weil damit nicht nur der Haarausfall, sondern auch alle anderen Sorgen weg wären.

Das Schwarzkümmelöl hatte ich damals ein paar Wochen genommen und dann nicht mehr. Ich dachte das würde reichen

Wie geht es dir? Wie sehen deine Haare aus?

Was meinst du? Sollte ich mir ne Glatze machen und eine Persücke kaufen? Anders geht es jetzt nicht mehr

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [flame](#) on Thu, 19 Apr 2012 10:11:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Liebe malance,

Du hattest doch letztes Jahr mal tolle Fotos von Deinen Haaren gepostet, und auch da warst Du schon verzweifelt...

Sicher, dass es wirklich so schlimm ist, wie Du es empfindest?

Mit "alle Haare weg", was meinst Du damit? Glatze?

Mensch, wenn Dir das Schwarzkümmelöl geholfen hat, hättest es doch weiter genommen, ggf. in reduzierter Dosierung....

Du kannst ja damit wieder anfangen!!

Und vorerst trage die Haare halt einfach auch kürzer, verwende ggf. noch Toppik dazu. Oder kommt das gar nicht in Frage?

Ob Perücke/Haarteil oder nicht, kann man pauschal nicht sagen. Manche kommen sehr gut damit zurecht, manche gar nicht.

Die Pille sporadisch mal nehmen und mal nicht würde ich auf gar keinen Fall machen, denn das ist ja Hormonchaos pur für den Körper.

Seit wann hat der Haarausfall denn wieder begonnen?

Bei mir sind die Haare der reinste Graus - aber weiterleben mag ich trotzdem, weil das Leben nicht nur aus Haaren besteht. Die mir liebsten Menschen mögen mich so oder so, unabhängig von den Haaren. Und andere haben evtl. wieder andere Probleme, an denen sie leiden - und wir mögen sie "trotzdem".....

Vielleicht lernen wir durch das Haarproblem, dass wir die Oberflächlichkeit durchbrechen, welche von der modernen Gesellschaft mit ihrem Schönheits- und Konsumwahn diktiert wird.

Verplempern wir unser Leben nicht mit Verzweiflung.... leicht gesagt, ich weiß - denn die Gefühle entstehen oft einfach, lassen sich nicht einfach "steuern", mir geht es nicht anders, und dennoch versuche ich immer wieder, mich aufzurappeln.

Ganz liebe Grüße,  
flame

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [unwichtig](#) on Thu, 19 Apr 2012 10:41:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja, ich weiß auch nicht, warum ich dieses Chaos verursacht habe. Ich habe die Scheiße einfach vergessen  
wegen dem Öl hat mir eine Kosmetikerin geraten, das nicht länger als 60 Minuten auf die Kopfhaut zu lassen, weil es die Poren öffnet und dadurch die Haare noch mehr ausfallen würden. Ich bin so ratlos. Ich bin gerade auf der Arbeit und ich habe nach meinem letzten Beitrag einen Nervenzusammenbruch bekommen. Du weißt gar nicht, wie peinlich mir das ist  
Es wird alles nur schlimmer und schlimmer.

Ich mag nicht mehr arbeiten, ich mag mich nicht mehr bewerben, ich mag nicht mehr studieren, ich habe keine Kraft mehr. Ich will nur weg, aber wohin und wer soll meinen Lebensunterhalt bezahlen?

Die Probleme wachsen mir über den Kopf, noch dazu habe ich mich bei meinem Ex blamiert.  
Ich will raus aus dieser Hölle

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [mike](#) on Thu, 19 Apr 2012 11:10:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Malance,

Haare sind zwar wichtig, und auch ich nehme jetzt viel zu viel

aber die Gesundheit/das Leben ist am allerwichtigsten, wenn die Haare weg sind, lebt man weiter .. und wg. Haaren nimmt man sich nicht das Leben !!

Wenn Du bislang keinen Erfolg hattest könntest auch Du eine "Ehrenrunde" drehen

mit Arzt !

Androcur 12,5mg + 1,25-2,5mg Fin + ein paar NEMs + ev. E2 (NUR BEI BEDARF) Minoxidil 2 oder 5% .. ich bevorzuge 2% .. die Wirkung ist hier super und verklebt die Haare nicht!

meine Haare werden leicht besser und der tgl. Wechsel ist wieder bei ca. 100-150, manchmal 40, dann wieder 300 .. verschieden, Scheitel ist zum Glück nicht mehr so breit... wenn ich sie offen trage sind die Haare halt leider ausgedünnt ... werde vllt. wieder kürzer tragen...

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [flame](#) on Thu, 19 Apr 2012 12:27:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ach, Sch.... auf den Ex. Wenn es ein Ex ist, ist es sowieso total egal, was er denkt.... Werde da ruhig ein wenig radikaler im Denken, mache Dir nicht soviel Gedanken um Dein Bild nach Außen.

Wegen dem Nervenzusammenbruch auf der Arbeit: hast Du denn evtl. eine liebe Kollegin, der Du Dich anvertrauen kannst?

Vorerst würde ich zum Arzt gehen und Dich in diesem akuten Zustand krank schreiben lassen. Du hörst Dich sehr ausgebrannt kann, könntest vermutlich eine Auszeit mal gut gebrauchen.

Es sollte nicht peinlich sein, wenn man es eben einmal nicht schafft, im Gegensatz zur fast vollständigen sonstigen Zeit, seine Rolle zu spielen. Man spielt sowieso viel zu viele Rollen. Genau drum setzen wir uns ja so unter Druck mit den Haaren - weil wir meinen, sie für unsere Lebensrollen zu "brauchen".

Ich bin momentan mal wieder dabei, das Haarproblem zu relativieren: mache mir große Sorgen um einen lieben Menschen - im Vergleich dazu rücken diese Sch.... Haare echt in den Hintergrund.

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [unwichtig](#) on Thu, 19 Apr 2012 12:36:48 GMT

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

---

flame schrieb am Thu, 19 April 2012 14:27Ach, Sch.... auf den Ex. Wenn es ein Ex ist, ist es sowieso total egal, was er denkt.... Werde da ruhig ein wenig radikaler im Denken, mache Dir nicht soviel Gedanken um Dein Bild nach Außen.

Wegen dem Nervenzusammenbruch auf der Arbeit: hast Du denn evtl. eine liebe Kollegin, der Du Dich anvertrauen kannst?

Vorerst würde ich zum Arzt gehen und Dich in diesem akuten Zustand krank schreiben lassen. Du hörst Dich sehr ausgebrannt kann, könntest vermutlich eine Auszeit mal gut gebrauchen.

Es sollte nicht peinlich sein, wenn man es eben einmal nicht schafft, im Gegensatz zur fast vollständigen sonstigen Zeit, seine Rolle zu spielen. Man spielt sowieso viel zu viele Rollen. Genau drum setzen wir uns ja so unter Druck mit den Haaren - weil wir meinen, sie für unsere Lebensrollen zu "brauchen".

Ich bin momentan mal wieder dabei, das Haarproblem zu relativieren: mache mir große Sorgen um einen lieben Menschen - im Vergleich dazu rücken diese Sch.... Haare echt in den Hintergrund.

Alle meine kolleginnen sind sehr lieb, aber ich habe zu viele Sackgassen, als das Gespräch irgendwie helfen könnte.

Ich bin momentan im Master eingeschrieben, ich arbeite auf Stundenbasis und kann mich nicht krankschreiben, d. h. ich bekomme die Stunden nicht bezahlt. Ich bekomme keinen Bafög, ich habe keinen Raum zuhause in dem ich mich zurückziehen kann... ich habe nichts. Ich überlege schon, mich exmatrikulieren zu lassen, mich arbeitslos zu melden und irgendwo hinzugehen, wo ich nichts machen muss. JA, ich bin SEHR ausgebrannt und ich kann nichts mehr schaffen, ich funktioniere ohnehin schon viel zu lange, aber jetzt geht es nicht mehr weiter. Ich bin am Ende.

Meine Haare sind viel dünner, viel weniger als auf dem Bild vom letzten Jahr. nimm zwei Drittel da raus, dann hast du meinen momentanen Zustand. Mein Kopf pocht...

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [Mavie](#) on Thu, 19 Apr 2012 13:55:41 GMT

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

---

Liebe Malance,

lass Dich drücken!!!

Es tut mir sehr leid zu lesen, was Du gerade durchmachst... Ich glaube, ich weiß ziemlich genau, wie Du Dich fühlst. Ich war auch an diesem Punkt, inkl. Selbstmordgedanken. Ich bin damals zum Arzt gegangen und habe Antidepressiva verschrieben bekommen, die mir wirklich geholfen haben. Sie haben mir die Kraft gegeben mich dem Leben zu stellen, mir auch anderweitig therapeutische Hilfe zu holen und wieder Zuversicht zu schöpfen.

Ich hoffe, dass Du Dir Hilfe suchst. Ich wünsche Dir sehr, dass es Dir bald bald besser geht.  
Glaub mir, es ist möglich!

Und die "Entstressung" kann sich nur positiv auf Deinen Schopf auswirken.

Alles Liebe  
Mavie

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [unwichtig](#) on Thu, 19 Apr 2012 14:34:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mavie schrieb am Thu, 19 April 2012 15:55 Liebe Malance,

lass Dich drücken!!!

Es tut mir sehr leid zu lesen, was Du gerade durchmachst... Ich glaube, ich weiß ziemlich genau, wie Du Dich fühlst. Ich war auch an diesem Punkt, inkl. Selbstmordgedanken. Ich bin damals zum Arzt gegangen und habe Antidepressiva verschrieben bekommen, die mir wirklich geholfen haben. Sie haben mir die Kraft gegeben mich dem Leben zu stellen, mir auch anderweitig therapeutische Hilfe zu holen und wieder Zuversicht zu schöpfen.

Ich hoffe, dass Du Dir Hilfe suchst. Ich wünsche Dir sehr, dass es Dir bald bald besser geht.  
Glaub mir, es ist möglich!

Und die "Entstressung" kann sich nur positiv auf Deinen Schopf auswirken.

Alles Liebe  
Mavie

Danke dir Mavie.

Antidepressiva wollte mir mein Hausarzt auch mal geben und Schlaftabletten. Aber ich will nicht akzeptieren, dass ich mich von meinen Haaren für immer verabschieden muss. Wenn das so ist, dann können die mir auch gleich die Todesspritze geben. Ich will nicht ohne Haare leben!

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [mike](#) on Thu, 19 Apr 2012 16:56:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

passt perfekt zum Thema 5% Minoxidil:

[http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/mv/msg/2071/20\\_019/#msg\\_20019](http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/mv/msg/2071/20_019/#msg_20019)

Ergänzung:

@Mamaus nimmt noch 15mg Androcur tgl. + E2 transdermal (mit Arzt!)

dann kann auch Minoxidil wirken ..

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [Mavie](#) on Thu, 19 Apr 2012 22:09:36 GMT

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

---

Liebe malance,

Antidepressiva zu nehmen bedeutet ja überhaupt nicht Dich von Deinen Haaren zu verabschieden oder gottergeben ein Schicksal als Frau mit dünnem oder schütterem Haar anzunehmen. Im Gegenteil - es soll Dir Kraft geben. Und die kannst Du dann nutzen, wofür auch immer Du willst.

Todesspritze, hm?

Niemand kann Dir vorschreiben, woran Du Deinen Lebenswillen hängst. Wenn Du ein Leben mit Zweithaar oder einfach mit wenig eigenem Haar für unlebenswert erachtest, dann sei dem so. Wenn Du aus tiefstem Herzen sagen kannst: JA - wenn mein Kopf nicht ausschließlich von meinem eigenen Haar geziert wird, dann verzichte ich darauf jemals wieder die Liebe meiner Familie spüren, Bäume, Meer und Berge zu sehen, jemals wieder Kinderlachen zu hören, Schokokuchen zu schmecken, die Berührung eines Mannes zu fühlen, der mich liebt, händchenhaltend durch eine laue Sommernacht zu spazieren, vielleicht einmal mit meinen eigenen Kindern über eine Wiese zu toben, lauthals mit meinen Freundinnen zu lachen oder je wieder einen leuchtenden Vollmond zu bestaunen.

...wenn Du das alles davon abhängig machen möchtest, was auf Deinem Kopf passiert, dann halte ich Dich nicht davon ab.

Ich hoffe aber, dass Du Dir eine Chance gibst. Sprich nochmal mit Deinem Hausarzt! Du musst nicht so leiden, glaub mir.

Alles Gute,  
Mavie

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [flame](#) on Thu, 19 Apr 2012 22:29:18 GMT

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

---

@Mavie

Du hast natürlich völlig recht damit, dass Haarausfall keineswegs einen "echten" Grund darstellen sollte, um nicht mehr leben zu wollen - bzw. mich schränkt er zwar massiv ein, stellt aber nicht meinen Lebenswillen als solchen in Frage.

Die von Dir aufgezählten Genüsse des Lebens sind aber mit Haarausfall leider nicht mehr so ohne weiteres drin.

Ich gebe zu, dass ich früher relativ attraktiv war, mich inzwischen aber kein Mann auch nur mehr mit dem Arsch anschaut. Obwohl ich z.B. immer noch die tolle Figur von früher habe.... Tja, an was das wohl liegen mag.....

Das Thema Beziehung habe ich somit definitiv abgehakt (bzw. abhaken müssen) - denn es gibt nun mal gewisse Naturgesetze, denen zufolge (in einem Großteil der Fälle) eine Frau mit kaum Haaren erotisch nicht attraktiv (da nicht gesund) wirkt.

Alles andere kann ich erfreulicherweise zumindest rein theoretisch noch genießen (wenngleich ich z.B. aufgrund Depressionen kaum noch arbeiten kann, mir demzufolge keine tollen Urlaube leisten kann, in der Öffentlichkeit sowieso total gehemmt bin und daher nicht unbefangene die Natur und was auch immer genießen kann) - bin z.B. eine der Glücklichen, die ihr Kind noch vor dem Haarausfall-Horror bekommen hat (und alleine für das Kind lohnt sich das Weiterleben).

Liebe Grüße,  
flame

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [mike](#) on Thu, 19 Apr 2012 23:28:03 GMT

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

---

Zitat:

Danke dir Mavie.

Antidepressiva wollte mir mein Hausarzt auch mal geben und Schlaftabletten. Aber ich will nicht akzeptieren, dass ich mich von meinen Haaren für immer verabschieden muss. Wenn das so ist, dann können die mir auch gleich die Todesspritze geben. Ich will nicht ohne Haare leben!

Malance !!!

Der, der am weitesten ua. wg. seinen Haaren geht bin ICH (geht um mehr als Haare)

Mann der sich gerade kastriert !

Estrogene nimmt und wie es aussieht ... B oder gar C - Cup Busen bekommt ... Haut weich und fein (feiner als meine Freundin )

Beine (Oberschenkel) sind schon absolut weiblich usw .... Bart verflaumt, Körperhaarausfall, Muskeln auf kindliches Niveau zurück, psychisch eine Umstellung mitmacht (will aber nicht )

Im Herbst/Winter verlor ich bis zu 1000 Haare tgl. (Tonsurlichtung)  
ich war fix und fertig. So tief war ich noch nie ....

dann griff ich am 17. Dez. 2011 zu Androcur, Aromatasehemmer, Fin, haufen NEMs .. seit Ende Feb. Estradiol und seit Ende Jan. Minox 5/2% meist 2% ....

HA bei ca. 100-150 tgl. nach dem waschen .. meist gehen dystrophierte Haare aus ..Wiederwuchs im Bereich der GHE (sehr) gut .. Dichte am Oberkopf und Hinterkopf zunehmend . und Nacken füllt sich auch wieder etwas ...

Ich will und (werde) das Haarproblem 2012 lösen!

Tonsur wieder absolut dicht...

Dreh Du auch die Ehrenrunde (mit Arzt) .. Du wirst Dich besser fühlen und nach ein paar Monaten dürfte sich die Sache beruhigen (wenn AGA) .. wenn nicht AGA, dann greifen halt Deine NEMs ...

Eines kann ich sicher sagen, den Haaren ist es egal ob viel E2, wenig E2 usw ... die brauchen keine Sexualhormone.. als ich zw. 17. Dez. und Ende Feb. T, DHT, E2 im Keller hatte wuchs am allermeisten ... als ich E2 dazunahm, kamen leicht fettige Haare zurück usw... und der Wuchs wurde subjektiv betrachtet langsamer... E2 als Bremse (laß eine in vitro Beobachtung darüber..)

aber der Körper braucht E2 ! Wichtigster als T, DHT .... ein bisschen T bleibt zum Glück trotz Androcur zurück .. (wichtig für Psyche usw) .. ich habe jetzt auch wieder 1x tgl Androcur statt 2x .... heute fühle ich mich psychisch wieder stark..

nimm die Sache in die Hand ... nur DU kannst es tun..

LG  
Mike

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [Mavie](#) on Fri, 20 Apr 2012 08:42:07 GMT

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

Hallo flame,

glaub mir, ich kann das alles soo gut nachvollziehen. Ich war zwei Monate nach Diagnose meines Haarausfalls wochenlang krankgeschrieben. Ich wusste einfach nicht mehr weiter, hatte nur noch Angst, keine Kraft für irgendetwas, war völlig fertig.

Ich habe davon geträumt wegzuziehen, irgendwohin in die Einöde, wo ich wenig Kontakt zu Menschen haben muss, ich habe überlegt zu kündigen, ich habe begonnen Euro-Lotto zu spielen mit dem Traum vom großen Gewinn, der mir den totalen Rückzug vom Leben bzw. dauerhaft die teuersten und besten Haareratzlösungen ermöglichen sollte.

Aus dieser Phase habe ich mich u.a. mit Hilfe von Antidepressiva ganz gut rausgearbeitet.

Das gefühlte Dahinschwinden meiner Attraktivität (ich hab mir im Gegensatz zu Dir gleich 7kg raufgefuttert vor Frust) hat mich aber auch weiterhin in Hinblick auf Männer in eine totale Abwehrhaltung versetzt. Das Thema Beziehung hatte ich für mich genauso abgehakt wie Du. NIE WIEDER, dachte ich. Wer soll mich noch wollen? Und vor allem wollte ich gar nicht mehr gewollt werden, so wie ich aussehe.

Und dann ist trotzdem ein Mann in mein Leben geschneit. Im unerwartesten Moment. Mitten in dieses Chaos, in diesen Selbsthass. Er nimmt mich so an wie ich bin. Findet auch den Anblick meines Schopfes überhaupt nicht schlimm, während ich mir morgens vorm Spiegel auch heute wieder gedacht habe: .

In diesen Momenten vor dem Spiegel habe ich das Gefühl, ich BIN nur noch "lichter Vorderkopf". Ich BIN nur noch durchscheinende Kopfhaut, ausgedünnte Längen. Ich bestehe nur noch aus demnächst schütterem Haar. All meine Energie, mein ganzes Sein konzentriert sich nur darauf. Übles Gefühl. Dann wird die Haarausdünnung plötzlich ganz groß, immer größer und alles beherrschend.

Ich sehe es aber inzwischen als meine Pflicht mir (und meinen Lieben) gegenüber an, diese Momente nicht zu Tagen und schon gar nicht zu Wochen oder gar Jahren werden zu lassen.

Man kann unter Haarausfall leiden, sehr sogar. Aber ob er zu einem Lebensdrama wird, das einem den Rest des Lebens vergällt und viele Möglichkeiten (Job, Liebe, Freizeit) nimmt - das obliegt wirklich der Verantwortung jedes einzelnen. Man kann es dazu werden lassen. Oder auch nicht.

Ich habe mich für "oder auch nicht" entschieden. Und zu 95% gelingt es mir auch das umzusetzen, unter anderem mit ärztlicher und psychotherapeutischer Begleitung am Anfang.

Denn wie mans dreht und wendet: Der Schopf wird vom Leiden garantiert nicht dichter. Sonst hätten wir hier alle Haare wie Rübezahl.

Übrigens, liebe flame: Ich hab natürlich Deine Geschichte auch sehr intensiv mitverfolgt. Ich kann mir nicht vorstellen, dass Du AGA hast. Es begann bei Dir ja so abrupt und mit horrenden Ausfallzahlen.

Das ist meines Wissens nach ziemlich untypisch. Für mich klingt Dein Ausfall nach einem

vorübergehenden Telogeneffluvium. Ich glaube, bei Dir kann alles ins Lot kommen. Wenn es Dir besser geht, vielleicht wenn Du "losgelassen" hast. ?

Ich wünsche es Dir sehr. Und bin mir sicher, dass Du immer noch ne ziemlich heiße Schnitte bist.

Liebe Grüße  
Mavie

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [flame](#) on Fri, 20 Apr 2012 11:58:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Liebe Mavie,

bin direkt gerührt von Deinem Beitrag, vielen lieben Dank dafür!

Ja, vom großen Gewinn träume ich auch \*gg\*

Zitat:Und vor allem wollte ich gar nicht mehr gewollt werden, so wie ich aussehe. Ja, genau: das kommt noch hinzu! Passt also bei mir super zur Tatsache, dass mich eh keiner mehr anschaut \*g\*

Und es freut mich riesig für Dich, dass ein lieber Mann zu Dir gefunden hat und Du nun eine glückliche Beziehung führst!!

Zitat:In diesen Momenten vor dem Spiegel habe ich das Gefühl, ich BIN nur noch "lichter Vorderkopf". Ich BIN nur noch durchscheinende Kopfhaut, ausgedünnte Längen. Ich bestehe nur noch aus demnächst schütterem Haar. All meine Energie, mein ganzes Sein konzentriert sich nur darauf. Übles Gefühl. Dann wird die Haarausdünnung plötzlich ganz groß, immer größer und alles beherrschend. Ja, leider. Du beschreibst damit sehr gut, wie sich vermutlich viele von uns täglich fühlen. Es ist so schade, dass man es schlecht steuern kann, die Energien etwas gesünder fließen zu lassen, sie nicht alle in den Haarausfall zu "investieren".

Finde es toll, wie Du es geschafft hast, die Schwerpunkte richtig zu setzen, Dich vom Haarausfall nicht auffressen zu lassen.

Sag' mal, hast Du durch die neu gewonnene Gelassenheit nicht letztlich eine Besserung des Haarausfalls erfahren bzw. vertrittst Du die Theorie, dass ein hoher Anteil psychisch bedingt ist?

Zitat:Denn wie mans dreht und wendet: Der Schopf wird vom Leiden garantiert nicht dichter. Sonst hätten wir hier alle Haare wie Rübezähl. Allerdings! Und somit ist das Leiden komplett umsonst, vergeudete Lebenszeit. Logisch. Und dennoch verselbständigen sich die Gefühle immer wieder....

Zitat:Für mich klingt Dein Ausfall nach einem vorübergehenden Telogeneffluvium. Ich glaube, bei Dir kann alles ins Lot kommen. Wenn es Dir besser geht, vielleicht wenn Du "losgelassen"

hast. ?Danke Dir, da hast Du wirklich wundervolle Worte gefunden!!! Leider traue ich mich oft nicht an das Wort "vorübergehend" zu glauben, weil es nun schon fast 3 Jahre so geht..... Aber ich arbeite fest an meiner Entwicklung. Und ich führe gerade das zuende, worauf mich der Haarausfall überhaupt gestoßen hat (Trennung vom Ex, und nun die bevorstehende Scheidung, vor der ich ewig totale Schiss hatte).

Zitat:Ich wünsche es Dir sehr. Und bin mir sicher, dass Du immer noch ne ziemlich heiße Schnitte bist. Danke Dir für diese Einschätzung. Nun, rein optisch gesehen bin ich leider keine heiße Schnitte, von der grundsätzlichen Mentalität her vielleicht eher (dumm nur, wenn man sein wahres Ich nicht so richtig ausleben kann).

Ganz lieben Dank nochmal!  
flame

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [nelli](#) on Fri, 20 Apr 2012 19:13:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Mavie,

wollte mich flame nur anschliessen: du hast das ganz toll ausgedrückt und sprichst auch mir aus dem Herzen. Auch wenn ich längst noch nicht so weit bin wie du was den Umgang mit den Haaren betrifft, hast du es genau auf den Punkt gebracht.

und flame: wie du selbst, denke ich auch, dass es bei dir psychisch bedingt ist und du da die Hoffnung nicht aufgeben solltest. Meine Zweithaarfriseurin hat mir erzählt, dass sie eine Kundin hatte, die 8 Jahre lang Haarteil trug und die Haare dann langsam wieder nachwachsen und sie heute kein Haarteil mehr braucht. Ein Grund für die Besserung wurde nie gefunden. Es war auch kein kreisrunder HA, den sie hatte, sondern auch diffus. Meine Friseurin meinte, sie hätte schon die verrücktesten Dinge in Sachen Haarausfall erlebt und ist der Meinung, dass immer noch alles möglich ist.

Ich kann mich auch noch erinnern, als vor vielen vielen Jahren in der Klatschpresse zu lesen und zu sehen war, dass Caroline von Monaca alle Haare ausgefallen waren nach dem Unfalltod ihres Ehemannes. Eine Schockreaktion der Haare sozusagen. Die wuchsen alle wieder nach. Ich will damit nur sagen, dass ich -wie das Beispiel zeigt - sicher bin, dass Haare sehr viel mit der Psyche zu tun haben können.

In meinem Fall glaube ich leider eher an AGA oder irgendwie hormonell bedingten Haarausfall bzw. nicht-nachwachsen. Allerdings hatte meine Hausärztin schon mal den Verdacht geäußert, dass sie es schon etwas auffällig findet, wie offensichtlich fixiert ich in meinem Leben auf Haare war und vielleicht gäbe es da doch einen Zusammenhang. Ich habe mir das auch durch den Kopf gehen lassen. Haare waren für mich schon immer sehr sehr wichtig. Ich kann mich erinnern als ich ein Teenager war, dass ich manchmal solche Gedanken hatte wie: Wie absolut schrecklich wäre es Krebs zu bekommen, denn dann würde ich ja durch die Chemo alle Haare verlieren. Mit 17 bekam ich dann die Diagnose: Gehirntumor. In einer komplizierten Operation konnte ich dann sozusagen "gerettet" werden und es war alles gutartig und die Sache war vorbei. Allerdings mussten mir alle Haare abrasiert werden vor der OP und das war für

mich eine Vollkatastrophe. Also wieder diese Fixierung auf die Haare. Danach wuchsen sie toller denn je und ich hatte viele Jahre lang die schönsten Haare, lange Naturlocken ... ein echter Hingucker und ich muss einfach sagen, dass die Männer darauf standen. Meine Haare waren ganz entscheidend für meine Attraktivität und immer das Erste, für was ich Komplimente erhielt. Irgendwie war ich wieder sehr fixiert darauf, sehr darauf bedacht, dass sie ja immer schön lang waren, ich war sicher sehr eitel was das betraf. Tja und mit ca. 30 ging langsam alles bergab und es hat mich zu einem anderen Menschen gemacht. Eigentlich wissen wir doch alle, dass wir so viel mehr als nur Haare sind, aber es bestimmt doch sehr stark mein Selbstwertgefühl, einfach mein Körpergefühl, mein Selbstbild... wie du schon sagtest: auch ich fühle mich ständig so, als ob ich mich im falschen Körper befinde. Das bin doch nicht ich. Ich komme mir vor, als ob ich zwei Leben gelebt hätte: eines mit Haaren und eines ohne. Ich habe das grosse Glück, dass ich eine Familie habe und wie du ja auch schon geschrieben hast: wenn man Kinder hat, dann würde man alleine schon deshalb nie daran denken wegen den Haaren alles hinzuschmeissen, aber es gelingt mir trotzdem nicht von innen heraus glücklich zu sein. Ich bin glücklich über meine Familie usw., aber ich bin nicht aus mir heraus glücklich. Früher hatte ich oft sehr einsame Momente und es lief nicht immer alles rund im Leben, aber ich war mit mir selbst immer so im Reinen, ich fand mich gut, irgendwie hatte ich so eine innere Stärke. Jetzt ist es eigentlich umgekehrt: ich habe sehr viele Gründe glücklich zu sein, aber ich bin mit mir selbst nicht mehr im Reinen.

Ach, ich merke gerade, dass das alles nicht mehr zum eigentlichen Thema Minox passt, aber ich kam gerade so ins Schreiben...

Alles Liebe  
Nelli  
Alles Liebe  
Nelli

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?  
Posted by [nilufar](#) on Fri, 20 Apr 2012 21:43:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo malance,

wollte dir nur schnell antworten, da ich mich in deinen beiträgen wiedererkenne,.. vor ca 2 jahren!

erstmal: je mehr du dich stresst und runterziehst, umso mehr haare verlierst.. so schwer das auch ist, versuch das abzulegen!

und zu minox 5%.. ich trage das auch 1x täglich auf und mir hilft es! Allerdings musst du s REGELMAESSIG auftragen !!!

lg

---

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [Mavie](#) on Thu, 26 Apr 2012 10:47:15 GMT

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

---

Vorweg: Auch in meinem Beitrag gehts gar nicht mehr um Minox - sorry!

@flame und nelli

Danke für Euren lieben Worte! Ich schaue nur sporadisch ins Forum, daher antworte ich manchmal recht spät.

Flame, Du hast gefragt, ob meine Gelassenheit zu einer Besserung meines Haarausfalls beigetragen hat. Ich kann das leider noch nicht beurteilen. Ich war in den letzten 5 Monaten sehr lange krank (schwere Influenza mit Herzmuskel- und Rippenfellentzündung inkl. Rückfall einige Wochen später) - in Folge sind mir stellenweise fast 500 Haare am Tag ausgefallen, und das bei ohnehin sehr dünnem Haar... Mein Status hat sich dadurch verschlechtert.

Ich glaube absolut, dass psychische Belastungen Haarausfall auslösen und verstärken können. Stresshormone -> Insulin -> Androgene... da greift so vieles ineinander. Beim Thema Haarausfall kann das gerade für uns Frauen, glaube ich, schnell eine Art Teufelskreis werden. Für mich klingt es aber, als wärest Du auf einem guten Weg, flame! Ich wünsch Dir, dass Du jetzt mal eine Lösung findest, mit der Du Dich wohlfühlst. Dann kannst Du Dich innerlich vielleicht mal ein wenig zurücklehnen und Dir und Deinem Schopf Zeit geben. Ich glaube, dass sich dann alles nach und nach wieder einrenken wird.

Ich habe die Diane nun abgesetzt. Das ist der Grund, warum ich bis auf weiteres mit Finasterid nicht anfangen werde, obwohl die Tabletten schon zuhause liegen. Wir würden uns über eine Schwangerschaft freuen (in meinem biblischen Alter von 37 sind die Chancen zwar nicht mehr groß, aber man kanns ja mal versuchen ) - da gehe ich natürlich keinerlei Risiko ein.

Die Diane hat mir übrigens nicht geholfen, der Haarstatus hat sich in meinem Fall eher verschlechtert - wie von zwei Gynäkologen prognostiziert. Auch Minoxidil und Eil cranell habe ich abgesetzt.

Ich habe in zwei Wochen Termin bei meinem Endokrinologen, da wird ein sehr umfassender Blutbefund von vor dem Pillenabsetzen besprochen. Möglicherweise bekomme ich dann Dexamethason zur Drosselung meiner Nebennierenhormone (bei mir sind Androstendion und DHEA-S immer erhöht), das würde ich noch ganz gern versuchen. Auch in Sachen Kinderwunsch könnte das förderlich sein, mal sehen.

Also, wie Ihr seht: Ich habe die Therapie noch nicht aufgegeben. Aber bei mir läuft das jetzt eher "nebenher", ich verwende nur noch wenig Energie drauf.

Alles Liebe,  
Mavie

---

Subject: Aw: Minoxidol 5% für Frauen!?

Posted by [ha\\_mk](#) on Fri, 27 Apr 2012 12:23:13 GMT

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

---

Hallo,

um auf Deine ursprüngliche Frage zurückzukommen: Ich habe irgendwo gelesen, dass Minoxidil 5% bei Frauen im Durchschnitt nicht wirksamer ist als das zweiprozentige. Leider weiss nicht nicht mehr genau, wo das war. Falls ich den Link wiederfinde, stelle ich ihn noch mal 'rein. So eine Aussage hilft leider auch nicht so richtig viel weiter - im Grunde kannst Du aber wohl bei dem zweiprozentigen bleiben, ist ja auch um einiges günstiger. Du hast in einem anderen Beitrag geschrieben, dass Du es schon eine Zeitlang benutzt hast, wie lange genau, weiss ich jetzt gerade nicht. Falls es nach ca. 6-9 Monaten regelmässiger Anwendung bisher nichts gebracht hat, kannst Du es wohl auch absetzen.

Wünsche Dir viel Kraft weiterhin!

---