
Subject: Erfolg :)

Posted by [lostsheep](#) on Sat, 15 Sep 2012 15:08:34 GMT

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

Liebe Forums-Mitglieder,

nach meinen ganzen verzweifelten Einträgen, hier mal der aktuelle Stand der Dinge:

Meine Haare füllen sich, sie wachsen nach und auch die anderen wachsen wieder in die Länge.

Ich glaube, dass ich nicht mehr das Haar bekomme, dass ich einst hatte aber ich habe Hoffnung, dass es sich auf "dünnere, nicht mehr so volles Haar" beschränkt. Ich sah wirklich extrem schlimm aus, ich sah meinen kompletten Scheitel sich lichten und wenn ich die Haare nach hinten kämmte, konnte ich vorne durch die wenigen Haare auf die Kopfhaut bis zur Mitte durchsehen...

Ich hatte nie Haarausfall, nur den Natürlichen, doch meine Haare wuchsen einfach nicht mehr (nach). Die Kopfhaut lichtete sich, diffus. Ich hatte und habe bis heute keine Diagnose, ich bin von Arzt zu Arzt, habe endlos im Internet recherchiert und Depressionen gehabt...

Ich kann nur sagen: seid euer eigener Arzt und vertraut eurem Bauchgefühl.

Ich war so hoffnungslos zwischenzeitlich, doch jetzt flammt meine Hoffnung auf. Ich habe an so vielen Stellen etwas gemacht und scheinbar kommt die Wirkung auch aus der Summe des Ganzen (das sagt mein Bauchgefühl).

Die kleinen Haare, die nachwachsen, füllen das restliche Haar. Mein Scheitel wird schmaler... vor allem wenn ich sie frisch gewaschen habe, die Haare, fällt es gar nicht auf.

Ich sehe viele kleine hell beige Haare, aber ich weiß, dass diese auch wieder kräftiger und farbig werden. Denn mit anderen Haaren war es genau so. Jedes Haar ist halt in seinem Status der Regeneration.

Damit kann ich nur Mut machen; habt Geduld. Ich weiß, wie schwierig das ist aber ich sehe, es zahlt sich aus.

Was ich letztendlich getan habe:

Eine Weile habe ich Zink eingenommen

Eisen nehme ich bis heute zusätzlich

Ganz regelmäßig (täglich) nehme ich die Alge Spirulina (in Tablettenform) zu mir

Regaine seit Monaten!

Abwechslungsreiche vegane Ernährung

Viel Obst und Gemüse, oft gemixt in Soja-, Reis-, Dinkel- oder Hafermilch - manchmal mit extra Sojaweißpulver

Pille (Maxim)

Ich habe mich richtig mit Vitaminen zugebombt. Täglich!!!

Sport, Bewegung, Frische Luft... Ablenkung...

Dazu habe ich folgendes Buch gelesen und bin den Anleitungen nachgegangen, bis heute:

http://www.buecher.de/shop/gesundheit--medizin/herrliches-ha-arwachstum-durch-autosuggestion/koall-steffen/products_produ_cts/detail/prod_id/22288416/

Seit zwei Monaten nehme ich Finasterid, ich denke aber, dass das nichts damit zu tun hat. Ich werde die Tabletten noch aufbrauchen, dann aber absetzen - das wollte ich so oder so eines Tages tun... auf Dauer ist mir das zu riskant.

Allerdings hat ein Arzt aus den Niederlanden mir gesagt, dass das das Beste ist, was ich gegen genetischen Haarverlust machen kann. Er gab mir auch die Dosisangabe von 1,25 mg.

Bestellt habe ich mir Fin in England, in einer Online Apotheke, alles super.

Hier in Deutschland sind die Ärzte leider noch nicht so weit.

Ich war neulich noch beim Endokrinologen und meine Werte waren top. Außer: ein Vitamin D Mangel. Das lag sicherlich an meiner Kellerwohnung, aus der ich zum Glück nun auch raus bin. Also habe ich mir vegane Vitamin D Tabletten im Internet bestellt...

Alles in allem: ich kann nur jedem raten, sich ausführlich mit dem Thema zu beschäftigen und an allen Ecken und Kanten dagegen anzugehen, ich glaube: Die Summe macht es!

Ein Krankheitsbild ist oft auch das unglückliche Zusammenspiel verschiedener Problematiken!!!

Ich wünsche uns allen viele Haare,
Lostsheep

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [bionda](#) on Sat, 15 Sep 2012 15:40:40 GMT

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

Hi lostsheep,

ich habe mich manchmal schon gefragt, ob du, nachdem du jetzt schon 4 Monate (?) Regaine nimmst, nicht doch bald mal was positives zu berichten haben könntest. Und jetzt ist sie da, deine Erfolgsmeldung. Wie schön! Zusammen mit all dem anderen, was du unternommen hast, bist du offensichtlich auf dem richtigen Weg (wobei ich ja vermute, dass es überwiegend an Regaine liegt).

Herzlichen Glückwunsch dazu von mir,

Bionda

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 15 Sep 2012 19:07:09 GMT

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

Liebe Lostsheep,
vielen Dank fuer Deine Erfolgsmeldung!

Ich freue mich RIESIG fuer Dich und wuensche mir, dass wir alle irgendwann mal diese Hoffnung spueren duerfen, von der Du schreibst.
Bin sehr gespannt, wie es weiter geht bei Dir.
Fuehl dich lieb gedrueckt und genieesse das neue Lebrnsgefuehl.
Ich goenne es Dir (und jedem hier) von ganzem Herzen.
LG
Mucki

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [sunflower3](#) on Sat, 15 Sep 2012 23:18:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich tippe eher auf Fin...

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [bionda](#) on Sun, 16 Sep 2012 19:59:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

...vielleicht ist es auch die Kombination Regaine - Fin.

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [Wallemähne](#) on Mon, 17 Sep 2012 05:47:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo lostsheep,

also ich tippe bei Dir auch eher mal auf Minox, statt auf Fin. Minox nimmst Du ja jetzt schon so lange und konsequent. Ob unter Fin Neuwuchs zu verzeichnen ist... ich weiß nicht so recht. Ich habe jedenfalls keinen nennenswerten und nehme Fin ja ziemlich hochdosiert und das nun schon seit drei Monaten. Die Haare, die an den GHE's nachwachsen, sind schon länger da und haben nichts mit Fin zu tun. Ich halte Fin auch für kein "Haarwuchsmittel", sondern nur für eine Möglichkeit, den DHT-bedingten (zu hohes DHT, überempfindlich gegen DHT, selbst, wenn man es nicht erhöht hat) HA zu stoppen. Bestenfalls erholen sich die noch aktiven Follikel wieder und produzieren wieder kräftigere Haare.

Drücke Dir weiterhin die Daumen und danke für den Buchtipp. Glaubst Du wirklich, dass man mit Autosuggestion AGA stoppen kann? Schön wäre es ja... und der Glaube versetzt bekanntlich Berge.

Inwieweit die NEM'S anschlagen und für den Neuwuchs verantwortlich sind, naja, da bin ich mir nicht so sicher. Ich habe früher jahrelang Spirulina geschluckt und hatte zu dieser Zeit auch schon schlimmen HA und kaum Neuwuchs. Aber schaden kann es zumindest schon mal nicht, so lange man die fettlöslichen Vitamine nicht zu hoch dosiert.

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [lostsheep](#) on Mon, 17 Sep 2012 10:43:54 GMT

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

Huhu zusammen,

ich denke auch, dass Regaine vor allem den Erfolg verzeichnet. Ich nehme es auch wirklich regelmäßig.

Allerdings denke ich, dass andere Faktoren, die ich so unternehme, auch ihre Auswirkung haben, dass es ohne sie nicht so gut laufen würde. Es ist ein Zusammenspiel, das sagt mir mein Gefühl ganz klar. Ich fühle mich auch wacher seitdem, ich leide/litt ja an einer chronischen Müdigkeit. Auf einmal bin ich fitter als meine Freunde um mich herum, die ich alle sprachlos damit mache.

Ich brauche Fin noch auf und schaue, was in dieser Zeit und nach dem Absetzen passiert. Ich denke auch, ich nehme es noch nicht lange genug, dass DAS der Erfolg sein könnte.

Andererseits habe ich sehr wohl schon häufiger gelesen, dass Finasterid sehr wohl Neuwuchs verursachen kann, ab einer Einnahme von drei, vier Monaten bis zu einem halben Jahr oder länger! Ich habe da auch schon Fotos/Videos mit Erfolge gesehen.

Also, ich möchte es jetzt nicht schlecht, noch gut machen. "Ausprobieren" ist die Antwort!

Ja, ich glaube, das Buch hat auch seinen Beitrag geleistet. Ich glaube an psychische Zusammenspiele. Es kann die Situation zumindest begünstigen. Und ehrlich gesagt, tut es auch gut, an jeder Ecke und Kante etwas unternehmen zu können und nicht unversucht zusehen zu müssen.

Meine Hausärztin meint auch, dass der Verzicht auf Milch zu meiner Verbesserung geführt habe kann. Denn, Milch macht krank. Nur eine Info. Schaue jeder, was er draus mache... ich fühle mich als Veganerin pudelwohl. Wen es interessiert, einfach googeln, es gibt reichlich Infos im Netz.

Vor allem; mit meinen Haaren kann ich wieder leben...

Weiterhin: Viele Haare euch allen!!!

Lostsheep

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [Himmelblau](#) on Tue, 18 Sep 2012 05:42:36 GMT

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

Hi lostsheep,

ich freue mich sehr für Dich, dass es bergauf geht! Schön, dass Du auch Deiner Ernährungsweise treu geblieben bist. Wenn man sowas aus Überzeugung macht, und keine nachgewiesenen Mängel davon hat, sollte man sich auch nicht von Leuten drängeln lassen,

die behaupten, der Verzicht auf Fleisch und Co. müsse schuld sein. Dafür haben auch zuviele Fleischesser Haarprobleme, als dass das der alleinige Schlüssel sein könnte.
Ich denke selbst gerade drüber nach, einen neuen Versuch mit Regaine zu starten. Es hat bei mir auch mal ganz gut gewirkt, allerdings nur etwa ein halbes bis dreiviertel Jahr, dann bekam ich wieder Haarausfall und nahm es noch ca. zwei Jahre ohne Erfolg weiter. Der Haarausfall wurde beim Absetzen aber auch zumindest nicht schlimmer.
Ich halte Dir die Daumen, dass es bei Dir so gut weiterläuft! Ich denke auch, dass an der Sache mit der Autosuggestion was dran sein kann, sonst würden ja Placebos in der Medizin nichts bewirken, das tun sie aber durchaus.
Liebste Grüße
Himmelblau

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [lostsheep](#) on Tue, 18 Sep 2012 16:56:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja Himmelblau, ich kann dich nur bestärken, es mit Regaine zu versuchen.
Du hast auch Haarausfall? Das habe ich ja nicht.
Vielleicht war das nur eine Phase mit dem Haarausfall.
Regaine kurbelt ja den Haarwuchs an.
Der ist ja mit und ohne Haarausfall gut.

Mir hat auch schon eine Ärztin gesagt, dass man Regaine mindestens ein Jahr dann auch nehmen sollte. Oft ist erst dann eine Wirkung zu sehen.

Und, dein Haarausfall unter der Einnahme von Regaine kann auch "einfach nur" das Shedding gewesen sein. Das ist ein gutes Zeichen, dass es wirkt und bald besser wird.

Ich drücke dir die Daumen.
Ich merke grad, wie schön es ist, diese Normalität zurück zu bekommen.

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [Singa](#) on Wed, 19 Sep 2012 13:27:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe lostsheep,
es freut mich riesig für dich, dass die Haare wieder wachsen! Was für ein Gefühl, stimmts.
Endlich wieder andere Dinge denken als Haare. Das Leben kann doch noch schön sein.

Ich weiß ja auch nicht, was mit uns los ist, dass wir uns dermaßen auf unsere Haare konzentrieren. Es geht doch längst nicht allen Betroffenen so ...

Also, genieße deine zurück gewonnene "Freiheit" und dein Leben.

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [Wallemähne](#) on Thu, 20 Sep 2012 06:40:21 GMT

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

lostsheep schrieb am Tue, 18 September 2012 18:56 Ich merke grad, wie schön es ist, diese Normalität zurück zu bekommen.

Guten Morgen lostsheep,

auch ich freue mich für Dich. Wie schön, wenn jemand auch was Positives und von Erfolg berichten kann .

Ich wünsche Dir jetzt mal so 'ne richtig geile Matte auf den Kopf .

Dass es Dir besser geht, merke ich aber vor allem auch daran, dass Du nicht mehr so oft online bist und auch die Nächte wieder zum Schlafen, statt zum Schreiben nutzt. Wie schön für Dich und ein Hurra auf die Normalität. Wenn es bei mir um den Kopf herum besser ist, fühle ich mich immer wie befreit und das Leben ist so unendlich viel leichter.

Deinen Tipp mit dem Buch über die Autosuggestion finde ich sehr interessant. Bin heute im Hugendubel. Wenn die das gerade da haben sollten, will ich da unbedingt mal reinschauen und evt. kaufen. Denn auch in die Ruhe komme ist ganz wichtig, gerade für mich zur Zeit. Momentan habe ich große Schwierigkeiten, abzuschalten.

Merkt ja wohl auch das ganze Forum gerade, ich geistere hier zu Zeiten herum - ey, da sollte Frau eigentlich ihrem Schönheitsschlaf fröhnen .

Was Deine Ernährung anbelangt, da habe ich Dich schon immer bewundert, wie straight und diszipliniert Du das lebst (mir würde Fleisch total fehlen) und dass Du jemand bist, der wirklich darauf achtet, gesund und regelmäßig zu essen. Halte ich auch ganz wichtig für die Haare. Ich kann bei Kummer leider immer gar nix mehr essen, zwingt mich dann aber so gerade noch zum Studentenfutter und wengstens diese Eiweißshakes aus dem Fitness. Genug Eiweiß und Eisen bekommst Du ja, oder?. Das hattest Du vor einer Weile mal gepostet.

Außerdem trinke ich schon seit Jahren Sojamilch. Normale Milch mag ich nicht und vertrage ich auch nicht. Kuhmilch finde ich total eklig. Meine Tochter mag die auch nicht, isst aber Got sei Dank noch Joghurt (Milch) und liebt Steaks. Da bekommt sie ihr Eiweiß her. "Immer der Schmuhs mit der Kuh", habe ich mir gedacht, als Du auch erst neulich geschrieben hast, dass normale Milch lange nicht so gesund für den menschlichen Organismus ist, wie oft fälschlicherweise angenommen wird. Babys vertragen die noch, die haben noch das Enzym, aber bereits ab Kindsalter an beginnt der menschl. Organismus, das abzubauen. Kuhmilch muss man nicht trinken, kann man aber, wenn man sie verträgt. Punkt.

Wünsch Dir 'nen schönen Tag und unbedingt weitere positive Meldungen posten bitte :

Alles Gute + LG
Walle

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [Träni](#) on Sat, 22 Sep 2012 19:57:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist schön zu hören!
Also gibt es doch Hoffnung und es beschränkt sich nicht alles auf "finde dich damit ab!"

Ich wünsche dir und deinen Haaren weiterhin alles Gute

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [lilli86](#) on Sat, 22 Sep 2012 21:49:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Erstmal : Ich freue mich für dich! Schön mal was positives zu lesen!
Hast du das Fin ohne Rezept bekommen?
Wir war das mit dem Minodoxil Shedding bei dir? Ich hätte das ja längst schon probiert, wenn ich nicht so Angst davor hätte

Subject: Aw: Erfolg :)
Posted by [lostsheep](#) on Tue, 25 Sep 2012 08:32:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lilli,

Fin habe ich mir online in England bestellt. Ohne Rezept, ja. - Kann ich nur jedem raten, es selbst auszuprobieren. Frühzeitig!

Ich werde bei Gelegenheit zu meiner Krankenkasse gehen, denn meine Ärztin hat mir ein Schreiben mitgegeben, dass Fin bei mir wirkt und ob nicht alleine auf Grund dessen, mir das Rezept offiziell ausgestellt und vielleicht nicht sogar die Kosten übernommen werden können. Ich rechne mit keiner positiven Rückmeldung, möchte es aber thematisieren. Davon abgesehen, ist mein Erfolg, nach so kurzer Einnahme, sicherlich nicht Fin zu verdanken. Mein Gefühl sagt mir, dass langsam aber sicher Regaine anschlägt und das, was ich sonst so mache. Ich denke, das ist ein Zusammenspiel. Aber die Deutschen sollten man verstehen, was die Niederländer längst schon wissen, wie schrieb mir ein Arzt aus den Niederlanden: Fin ist das Beste was ich machen können.

Das Shedding war gar nicht so schlimm, ich habe es kaum bis gar nicht bemerkt. Wahrscheinlich weil ich meine Haare meistens im stehen in der Dusche wasche. Einmal hatte ich mir die Haare kopfüber in die Wanne gewaschen und dabei habe ich mitbekommen, dass mir eine richtige Strähne entglitt. Aber auf dem Kopf war das alles gar nicht auffällig. Alles so schlimm und gut wie zuvor. Das geht auch vorbei und das ist auch nur ein Zeichen, dass Regaine wirkt. Danach kommen ja neue Haare.

Man sagt, nach drei Monaten sieht man einen Erfolg. Mittlerweile habe ich anderes gehört, dass es bis zu sechs Monate (wie bei mir auch) dauern kann. Und eine Ärztin sagte mir, am Telefon, dass ich das mindestens ein Jahr nehmen muss.

Eine Freundin erzählte mir auch, dass nach ihrer Chemo die Haare erst nach einem Jahr (!)

langsam wieder anfangen zu wachsen. Also, das kann alles sehr viel Zeit in Anspruch nehmen. Daher bleibt nur zu sagen: Besser gestern als heute mit der Behandlung anfangen und sehr viel Geduld aufbringen. Am besten einfach machen/die Behandlung, sich zurücklegen, beruhigt - weil man ja etwas tut, alles was in seine Macht steht - und ablenken!

Also, für mich persönlich war das Shedding völlig überbewertet.

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [HarleyQuinn](#) on Tue, 25 Sep 2012 09:11:25 GMT

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

@lostsheep: Hast du durch Fin irgendwelche Nebenwirkungen? Ich hätte Angst, dass meine Libido wieder flöten geht oder sonst irgendwas passiert. Bin da durch die Pille sehr geschädigt.

Dass dein Shedding nicht so schlimm war, macht mir Mut. Super, dass dir jetzt neue Haare nachwachsen. Mir würde es schon reichen, wenn ich mir meine jetzigen Status erhalten könnte.

Aber erst mal kommen Trichoscan und Blutuntersuchung dran und dann mal schauen.

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [lostsheep](#) on Tue, 25 Sep 2012 09:51:29 GMT

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

Nein, keine Nebenwirkungen. Toi, toi, toi.

Libido habe ich durch die Pille nie verloren. Ich hatte drei Monate (länger her) mal Antidepressiva genommen, dadurch hatte ich Orgasmusstörungen. Alles lief normal, nur das es einfach nicht dazu kam. Das hat mich richtig wütend gemacht. Immerhin sollten diese Pillen mir helfen, dass ich es mir besser geht. Habe sie dann abgesetzt und zum Glück wurde alles wieder normal.

Also, das Fin auf die Libido einwirken kann, ist mir nicht bewusst. Klar, es ist ein Eingriff in die Hormone... aber ausprobieren bringt wohl die Antwort. Jeder reagiert anders. Normalerweise habe ich - toi,toi,toi - auch keine Nebenwirkungen von irgendwelchen Sachen. Allgemein nehme ich ja auch kaum etwas ein.

Auf jeden Fall, selbst wenn du die Nebenwirkung bekommen solltest oder irgendwelche, mit denen du nicht leben kannst. Dann kannst du es ja wieder absetzen und dann kommt der Zustand ja wieder, den du vorher hattest.

Ich selbst habe jetzt auch nie in irgendeiner (erkenntlichen) Form eine Nebenwirkung von der Anti-Baby-Pille gehabt.

Probier es aus.

Trichoscan ist das verfahren, bei dem dir nur Fotos von der Kopfhaut/den Haaren gemacht werden? Das hatte ich auch. Hat nur noch einmal aufs Papier gebracht, was ich eh schon wusste: Dass meine Haare weniger sind als normal.

Aber nimm mit, was du kriegen kannst.

Diese "Haarausreiß" und "Haarrasier" Tests habe ich nie gemacht. Ich sehe da erst recht keinen Sinn drin. Denn entweder glaubt man mir, dass meine Haare weniger werden oder nicht. Dafür muss ich mir keine Haare entfernen lassen, um im Endeffekt nur das raus zu bekommen, was ich eh schon weiß: Meine Haare gehen aus. Vor allem nehmen diese "Spezialisten" noch einen Haufen Geld dafür.

Und im Endeffekt sind sie auch nicht schlauer.

Aber richtig, Blutuntersuchung ist wichtig. Vielleicht ist da schon das Problem vorhanden. Wenn du Glück hast, wäre das das einfachste. Am besten gehst du auch zu einem Endokrinologen, der nimmt noch mal ganz andere Werte.

Ich habe jetzt auch schon häufiger gehört, dass man sein Eisen ganz hoch schrauben soll, wenn man unter Haarprobleme leidet.

Da bin ich auch dran. Ich habe keinen Mangel aber ich nehme weiter Eisen zu mir und esse sehr eisenreich (ja, das geht auch als Pflanzenfresser)!

Ja, mir geht es auch darum, mindestens meinen jetzigen Status zu halten.

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [wuschel63](#) on Tue, 25 Sep 2012 10:51:19 GMT

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

Zitat:esse sehr eisenreich (ja, das geht auch als Pflanzenfresser)!

Was gibt es denn neben Petersilie sonst noch für gute Eisenlieferanten? Würde mich sehr interessieren.

... super, dass es dir scheinbar um einiges besser zu gehen scheint und du auf dem richtigen Weg bist . Nimmst du jetzt eigentlich das 5mg Fin oder hältst du es, wie der NL-Arzt es dir geraten hat. Hat er begründet, warum er 1,25mg für richtig hält? Womit hat er es denn begründet, dass Fin auch bei "Nicht-HA" hilft? Du hattest ja keinen HA, wenn ich das richtig in Erinnerung habe, aber eben keinen Neuwuchs. Kannst mir vielleicht mal eine PM schicken, welcher Arzt das ist. Wohne nämlich sehr nah an NL .

Gruß Wuschel

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [HarleyQuinn](#) on Tue, 25 Sep 2012 11:54:35 GMT

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

Ich krieg nen Trichoscan, bei dem die Haare rasiert werden. Wieviel das bringt, werden wir dann sehen.

Blutcheck hab ich vor nem Jahr schon gehabt. Alles in der Norm, außer Vitamin D und Eisen war an der untersten Grenze. Vit D Mangel wurde behoben. Mit Eisen schluder ich leider. Ob nen Eisenmangel aber zu nem ausgedünnten Mittelscheitel und nem lichten Dreieck an der Stirn führt ... ich bezweifel es.

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [lostsheep](#) on Thu, 27 Sep 2012 14:29:47 GMT

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

Wuschel, einfach googeln... u.a. siehe: <http://www.vegane-gesellschaft.org/eisen-tipps>

Ja, der Arzt hat begründet, dass gerade bei meiner Form des Haarschwunds (kein unnatürlicher Haarausfall) Finasterid hilft. Denn das ist die klassische Form von androgenetische Alopezie. Die Haare werden schleichend immer weniger, weil sie überempfindlich auf das DHT reagieren, das hemmt nämlich die Haarwurzel immer mehr, die Haare werden schleichend immer dünner und kürzer und wachsen irgendwann gar nicht mehr. - Es gibt Berichte, dass mit Finasterid dieser Schwund gestoppt werden kann, ggf. sogar Neuwuchs kommt.

Übernatürlicher Haarausfall - Alopezie - kann dagegen viele andere Ursachen haben. Kann. Kann aber auch mit einer androgenetischen Alopezie gekoppelt sein. Ach, am besten googeln. Ich kann mich auf dieses Thema schon nicht mehr konzentrieren - sorry.

Und: Dr. Emiel Verdonschot

Quinn... dann berichte doch mal, wenn du magst, was dieser Test ergeben hat. Würde mich interessieren. Mit Eisen solltest du nicht schludern. Mir hat ein Arzt sogar gesagt, dass der Eisenwert mehr als normal sein sollte, wenn man Haarprobleme bekommt. Das kann sehr gut damit zusammen hängen. Und leider ist die Norm nicht die Norm jedes einzelnen. Daher schraube deinen Wert am besten so riichtig hoch!!! Bei mir kam der Eisenmangel und das Haarproblem auch parallel, als ich regelmäßig Blut spenden ging... zack. Jetzt habe ich das Blut spenden leider einstellen müssen aber meine Werte sind top und so langsam schraube auch ich meinen Eisenwert mehr und mehr hoch, durch eisenreiche Ernährung. Jede Blutuntersuchung fällt besser aus. Egal, was du sonst noch unternimmst... der Eisenwert ist sehr wichtig!!!

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 27 Sep 2012 14:53:17 GMT

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

Hi,

ich weiß auch nicht, warum ich es nicht konsequent nehme. Der Wert war damals bei 25, glaub ich. 70 - 80 soll der Wert ja am besten sein. Ich hab mir Anfang Mai 2011 die Gynefix legen lassen, Ende Juni die Pille abgesetzt und im September gings an der Stirn los. Habe durch die Gyni und das Pilleabsetzen eine sehr starke Blutung gehabt, mit teilweise 300-400 ml pro Monat. Das hat sich jetzt zum Glück reguliert und nun ist die Periode normal. Hat aber nen Dreivierteljahr gedauert.

Der Haarausfall kann nun von den Hormonen kommen oder vom Eisen. Das kann man ja jetzt nicht genau sagen.

Ich habe mir nun neue Ferro Sanol duodenal bestellt. Ich werd mir jetzt einen Zettel an den Spiegel im Bad machen, damit ich es abends nicht vergesse. Ich kann sie leider nur abends nehmen, weil sie mir morgens teilweise auf den Magen schlagen.

Ich werde in meinem Thread dann ganz ausführlich über den Trichoscan und die Blutuntersuchung berichten.

Subject: Aw: Erfolg :)

Posted by [lostsheep](#) on Fri, 28 Sep 2012 10:31:03 GMT

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

Quinn,

versuche es mal mit Ferrotone!

[http://www.shop-apotheke.com/pdf/productPDFs/pdfs_8/8800993p .pdf](http://www.shop-apotheke.com/pdf/productPDFs/pdfs_8/8800993p.pdf)

Ich nehme die Eisentabletten von Ratiopharm N 50mg, die schlagen bei mir nicht, wie Ferro Sanol, auf den Magen!

Und Ferrotone kann ich auch nur empfehlen, habe ich mal eine Kur mit gemacht und werde es hin und wieder sicherlich ergänzend nehmen, bzw. spätestens, wenn ich die Eisentabletten mal wieder reduziere/absetze. Schau dir den Link an, die Vorteile erklären sich dann von selbst!

Viele Haare,
Lostsheep