

---

Subject: Fragen ueber Fragen

Posted by [Lockenschnecke](#) on Thu, 14 Mar 2013 11:08:03 GMT

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

---

So ich hab mal ne Frage zu Regaine.

Also wenn ich es richtig verstanden habe bekommt man ja Shedding weil sich die alten Haare die eh ausgefallen werden sozusagen rausschieben? Kann man dann nicht auch sogar erst n Trichoscann oder Trichogramm machen sodass man praktisch "vorraussagen" kann wieviele Haare man ca. verlieren wird? Weil dabei wird doch bestimmt in welchen Phasen sich die Haare befinden? Oder versteh ich da was falsch?

Kann es denn auch sein das man einfach nur shedding bekommt und danach garnix mehr passiert? also einfach nur noch mehr Haare ausfallen durch regaine und die garnich mehr wiederkommen, auch wenn mans dann absetzen wuerde? Da hab ich naemlich panik vor. Eig. vor Regaine allgemein. Ich lese hier ja das auch Leute gute Erfahrungen gemacht haben.

Was ist mit Langzeitanwendung von regaine? Man muss es ja praktisch ein leben lang nehmen wenn ichs richtig verstanden habe? Aber da gibts keine studien zu oder?

Und was ist der Unterschied zu Ell cranell? Also von der Wirkung her? Hat da jmd. Erfahrungen? Gibts da auch Shedding?

Habe heute uebrigens beim Hautarzt angerufen damit er mir die Blutwerte gibt. Sagt die Sprechstundenhilfe glatt zu mir : " Wieso wollen sie die Werte haben, wenn der Arzt sagt es ist alles in Ordnung, dann ist das so." Da dachte ich ja ich fall vom Stuhl...ich meine klar er kann recht haben. Oder auch nicht. Aber hier wird ja empfohlen doch lieber selber n Blick drauf zu werfen. Jedenfalls werden die Werte nun per Post zugeschickt. Was ein Drama

Tut mir leid das ich die Fragen alle so durcheinander schreibe & sofort so viele. Gedankenchaos im Kopf

---

---

Subject: Aw: Fragen ueber Fragen

Posted by [Strohkopf](#) on Thu, 14 Mar 2013 11:52:41 GMT

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

---

Hey Schnegge!

Ell Cranell soll laut meinem Arzt eher bei "hormonell bedingtem" Haarausfall helfen. Der Wirkstoff ist ein anderer als Regaine(Minoxidil).

Was man hier und im ganzen Internet so liest, soll Regaine vielen helfen, Ell Cranell fast keinem. Auf jeden Fall viel wenigeren.

Zu dem Shedding stelle ich mir vor (ich weiß es aber nicht, ist nur meine persönliche Theorie!), dass es kein Shedding geben wird, wenn danach nicht auch neue Haare kommen. Denn die, welche ausfallen, machen den neuen ja angeblich Platz, werden sogar rausgedrückt. Ich stell mir das immer vor, wie beim Zahnwechsel, wenn man die Milchzähne verliert. Die werden ja

auch von den anderen rausgedrückt

Kann voll verstehen, dass viele angst vor Regaine haben, wegen diesem Shedding. Andere Gründe davor angst zu haben, sehe ich aber nicht. Ich habs mir damals sofort draufgeklatscht, als ich davon hörte. Hier sagte auch mal jemand: Was soll schon schief gehen? Haarausfall? - Den hab ich doch eh schon! So sehe ich das auch ein bisschen.

Wenn man Regaine absetzt, werden die Haare wieder genau so wie vorher. Steht im Beipackzettel. Also wenn es Dir hilft und du setzt es dann ganz ab, könnt ich mir schon vorstellen, dass sich nach ein paar Monaten wieder alles verschlechtert. Es sollte aber reichen, es dann nur noch 1x am Tag oder alle zwei Tage zu verwenden, wenn man damit wirklich einen Status erreichen kann, mit dem man sich zufrieden gibt und den man beibehalten möchte.

Das mit den Blutwerten bei deinem Arzt ist seltsam. Die sollten die anstandslos rausgeben. Deine Werte, dein Recht, sie mit eigenen Augen zu sehen. Dachte auch erst die stellen sich bei mir vielleicht an, aber vom Hausarzt die habe ich ohne murren und knurren bekommen. Mach dir da nichts draus. Wenn sie das nächste mal sowas sagen, sag ihnen "Joa so für meine Unterlagen damit ich später auch mal vergleichen kann". Oder einfach "Ich interessiere mich für Blutwerte" oder ganz ehrlich: "Najo es sind ja MEINE Werte, da darf ICH die mir ja auch angucken - her damit!" ..

Zum Trichogramm kann ich dir auch nicht viel sagen, hatte selbst noch keins. So wie ich das verstanden habe, werden die da aus mehreren Kopfregionen Haare entnommen, um zu sehen, in welchem Status die sich befinden und wieviele Haare welcher Art dabei sind. Ich hätte angst davor und würde vielleicht kneifen.. habe an der Stirn kaum Haare und wenn die mir die letzten paar da noch abreißen würden.. na dann Prost..

---

Subject: Aw: Fragen ueber Fragen  
Posted by [Cora](#) on Thu, 14 Mar 2013 11:52:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich würde mich nicht auf eine "Vorhersage" durch nen Trichoscan verlassen. Da ist auch schon viel Mist gemessen und erzählt worden. Ich erwähne nur das Beispiel "70 % Telogenhaare, uuuuh dann werden auch 70 % Ihrer Haare ausfallen" ... und zwei Wochen später war bei der betreffenden Frau der Haarausfall komplett vorbei und kam nicht wieder

Ich hab selbst keine Erfahrungen mit Regaine. Kenne aber die Theorie, dass Shedding bedeutet, dass es anschlägt - zumindest im Sinne von "der Haarausfall stoppt nach einiger Zeit". Ob es dann unter Regaine zu Neuwuchs kommt, ist wohl schlecht vorhersagbar und individuell verschieden.

Es existiert auch die Theorie, dass man es sein Leben lang nehmen muss, weil sonst das Drama von vorn losgeht. Ich hab aber schon oft (auch hier) von Frauen gelesen, die es erfolgreich

irgendwann abgesetzt haben. Also ohne Drama.

Eil-Cranell hab ich selbst ne Zeit lang benutzt und konnte keine Wirkung feststellen. Außer Kopfhautjucken.

---

Subject: Aw: Fragen ueber Fragen  
Posted by [Cora](#) on Thu, 14 Mar 2013 11:55:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Strohkopf schrieb am Thu, 14 March 2013 12:52

Kann voll verstehen, dass viele angst vor Regaine haben, wegen diesem Shedding. Andere Gründe davor angst zu haben, sehe ich aber nicht. Ich habs mir damals sofort draufgeklatscht, als ich davon hörte. Hier sagte auch mal jemand: Was soll schon schief gehen? Haarausfall? - Den hab ich doch eh schon! So sehe ich das auch ein bisschen.

NAJA. Regaine ist ursprünglich ein Medikament gegen zu hohen Blutdruck gewesen, also wenn man sich das bei zu niedrigem Blutdruck auf die Birne klatscht, kann das schon nach hinten losgehen. Massive Kopfhautprobleme kanns auch geben, und natürlich allergische Reaktionen.

---

Subject: Aw: Fragen ueber Fragen  
Posted by [lockentraum](#) on Thu, 14 Mar 2013 12:10:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Lockenschnecke( hast übrigens fast so einen schönen Nick wie ich ), soweit ich das weiß, liegt der Unterschied im Wirkstoff und somit auch im Wirkmechanismus. EICranell ist ein östrogenhaltiges Haarwasser (meines Wissens nach so ziemlich das gleiche wie Pantostin, welches ich benutze). Es soll das schädliche DHT von den Haarwurzeln fernhalten, so dass diese sich erholen können und wieder neue Haare produzieren. Es ist laut Packungsbeilage zur Steigerung der verminderten Anagenrate bei der leichten androgenetischen Alopezie (das war ein Zitat). Es wird mit einem super Kopfhautapplikator aufgetragen und zwar einmal am Tag 3ml. Bei mir gab es kein Shedding und ich habe auch keine Probleme mit der Kopfhaut oder sonstige Nebenwirkungen.

Der Wirkstoff bei Regaine ist Minoxidil und das soll meines Wissens nach den Neuwuchs anregen. Deshalb werden auch die telogenen Haare, die in den nächsten Monaten ausfallen sollten schneller und komprimierter abgestossen. Das ist das sogenannte Shedding, denn die sollen Platz für die neuen Haare machen. Mit Regaine habe ich keine Erfahrungen, ich hab mich noch nicht rangetraut, aber ich bin auch mit dem Pantostin zufrieden, was aber wohl leider nicht vielen so geht.

---

Subject: Aw: Fragen ueber Fragen  
Posted by [Cornelia](#) on Thu, 14 Mar 2013 13:05:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Lockenschnecke

Zitat:Also wenn ich es richtig verstanden habe bekommt man ja Shedding weil sich die alten Haare die eh ausgefallen werden sozusagen rausschieben?

Ja, das ist richtig. Die Telogenhaare, welche in den nächsten Monaten ausfallen würden, fallen beim Shedding in einem kürzeren Zeitraum aus, da das darunter entstandene Anagenhaar sie rausschiebt. Der Haarwechselprozess wird quasi durch Minoxidil beschleunigt und somit auch teilweise synchronisiert, dadurch kann es auch vorkommen, dass man nach längerer Regaineanwendung weitere Haarausfallschübe an sich bemerkt, mit der aber keine Verschlechterung des Haarstatus einhergeht. Es ist quasi ein Haarwechselschub.

Du musst auch bedenken, dass ein bereits angegriffener Haarfollikel (durch Nährstoffmangel, DHT usw.), der nur noch miniaturisierte (kürzeres und dünneres Haar) Haare produzierte, durch Minoxidil nicht gleich wieder ein Terminalhaar produzieren wird. Der Follikel regeneriert sich in mehreren Wachstumsphasen, je nach Schädigung. Also wäre es auch normal, wenn ein durch Minox nachgewachsenes Haar nach wenigen cm. erstmal wieder ausfällt. Denn der Follikel produziert danach ein noch stärkeres und längeres Haar.

Zitat:Kann man dann nicht auch sogar erst n Trichoscann oder Trichogramm machen sodass man praktisch "vorraussagen" kann wieviele Haare man ca. verlieren wird?

Im Grunde ist das ein logischer Gedanke, allerdings ist die Fehlerquote bei Trichoscans und Trichogrammen leider zu hoch.

Du hättest wahrscheinlich einen besseren Überblick über die Anzahl der Haare, welche Dir in der Sheddingphase ausgehen, wenn Du Dir die Ausfallrate in der Zeit vor Regaine bei Dir anschaust und das dann hochrechnest, Schübe und Schwankungen natürlich ausgenommen.

Es kann auch sein, dass Du gar kein Shedding haben wirst, wie gesagt, es ist individuell verschieden.

Zitat:Kann es denn auch sein das man einfach nur shedding bekommt und danach garnix mehr passiert? also einfach nur noch mehr Haare ausfallen durch regaine und die garnix mehr wiederkommen, auch wenn mans dann absetzen wuerde?

Das Hauptziel ist es, den Haarausfall zu stoppen. Die während der Sheddingphase verlorenen Haare, kommen in der Regel wieder, weil sie ja durch ein Anagenhaar rausgeschoben wurden, ob sich dann noch zusätzlich Neuwuchs einstellt, ist individuell verschieden und auch noch von anderen Faktoren abhängig (Nährstoffe,

androgener Einfluss...).

Beim Absetzen bzw. Ausschleichen haben einige die Erfahrung gemacht, dass sich wieder der Status von vor Minox eingestellt hat, andere hatten keine Probleme mit dem Absetzen. Auch hier heißt es leider: Man muss es einfach versuchen, denn nicht alle reagieren gleich darauf. Man kann ein Responder dafür sein, man kann es nicht sein.

Eine gute Basis kann man sich durch die Einnahme von NEM's, Aminosäuren und antiandrogenen schaffen (letzteres evtl. auch als topical/Haarwasser, vorausgesetzt es ist AGA oder hormonell bedingter HA.)

Zitat:Was ist mit Langzeitanwendung von regaine? Man muss es ja praktisch ein leben lang nehmen wenn ichs richtig verstanden habe? Aber da gibts keine studien zu oder?

Ich glaube, die längste Studie lief über 48 Wochen, aber ich habe einige Berichte von Usern hier und im I-net allgemein gelesen, die es schon sehr viel länger erfolgreich anwenden. Minox ist ursprünglich ein Blutdrucksenker, darum kann es als Haarwasser natürlich auch zu Nebenwirkungen kommen, muss aber nicht.

Die häufigsten Nebenwirkungen sind Kopfhautjucken, trockene Kopfhaut, Schuppen (hier kann man vorbeugen).

Wenn Du einen niedrigen Blutdruck hast, wäre ich ein wenig vorsichtig bzw. würde meinen Körper gut beobachten (Schwindel, Herzklopfen, Ohrensausen z.B.), da ein wenig auch in die Blutbahn gerät.

Vor bzw. bei Feststellung einer Schwangerschaft sollte es abgesetzt werden.

Und bitte vergiss auch nicht, dass sicher viele, bei denen Minox gut angeschlagen hat und die derzeit kein Haarproblem haben, nicht mehr so aktiv in solchen Foren unterwegs sein werden. Sie werden froh sein, dass sie das leidige Thema abhaken konnten und erfreuen sich wieder an anderen Dingen, die zuvor gelitten haben.

Zitat:Und was ist der Unterschied zu Ell cranell? Also von der Wirkung her? Hat da jmd. Erfahrungen? Gibts da auch Shedding?

Ell Cranell ist ein 17-alpha-estradiol, es ist kein DHT-Hemmer, aber ist sozusagen ein Gegenspieler, leider in eher schwacher Form, ist also meiner Meinung nach bei einer schon fortgeschrittenen Lichtung nicht mehr von großer Hilfe.

17-beta-Estradiol ist schon stärker, wie z.B. in Estradiolbenzoat.

Von einem Shedding ist mir da nichts bekannt.

Ich habe hier keinen Ell Cranell-Nutzer gefunden, der ein Shedding hatte und ich selbst -die Estradiolbenzoat nutzt- hatte auch keines.

Minox durchblutet die Kopfhaut stark, stimuliert die Follikel und fördert wohl auch die Gefäßneuentstehung. Es kann ein guter "Pusher" sein, aber es hat keine antiandrogene Wirkung, da müsste man evtl. noch zusätzlich etwas tun.

Ja, manchmal wird etwas seltsam reagiert, wenn man seine Blutergebnisse haben möchte. Wenn es Dir leichter fällt, dann sag einfach in Zukunft, dass sie ein anderer Arzt evtl. Dein Hausarzt gern haben möchte, aber eigentlich musst Du keine Notlüge anwenden, denn es ist ja Dein gutes Recht Deine Blutergebnisse zu bekommen.

Immer wieder überraschend, was man mit einigen Ärzten erleben kann.

LG  
Cornelia

---