

---

Subject: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Sun, 05 May 2013 12:05:29 GMT

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

---

Hallo, ich bins malwieder schonwieder...

Ich nehme ja jetzt seit Mitte März auch 1x abends 1ml Regaine

Vor ein paar Wochen dacht ich als ich von einen Tag auf den anderen doppelt soviele Haare im Sieb hatte, das Shedding würde beginnen.. Naja am nächsten Tag dann wars wieder so wie immer. hm Ich hatte jetzt so 4 Tage dabei wo es fast das doppelte war, die andern Tage wars fast so wie vor dem Regaine 1ml Start.. höchstens 10/20 mehr.. Es schwankt

Ich hatte mich nach dem Tag schon fast auf Shedding eingestellt und mir gedacht okay jetzt fängts an. Shedding und danach hörts auf.. juhu...

Tja und heute denk ich mir wieder mal... auch Regaine wird mir wohl nix helfen.

Also ich nehms jetzt so ca 6-7 Wochen.

Und wenn ich mir den Bericht von Cornelia durchlese.. bei ihr wurds ja dann da auch schon weniger. Und davor hatte sie das Shedding.

Helena, bei ihr wars nach 7 Wochen auch weniger.

Naja und Ponyfranse hatte ja auch Shedding und ist jetzt glücklich damit.

Also ich habe kein Shedding. Was mich seltsamerweise jetzt auch noch traurig stimmt

Weil ich mir gerade denke, bei den meisten ( nicht nur hier im Forum) von denen ich gelesen habe das es hilft, Shedding hatten.

Und ich hab auch schon öfters gelesen ohne Shedding auch kein Haarausfallrückgang?!

Also wenn ich mir meinen Scheitel anschau finde ich zwar fast das es im hinteren Teil besser aussieht. Aber da wars schon immer besser als vorn. Vorn wächst auch nix. Im hinteren Teil dagegen hab ich wirklich viele dünne feine Haare. Aber halt echt nur dünne feine...

Ich weiß nicht.. eigentlich wollt ich die drei Monate abwarten und mir nicht so nen Kopf machen...

aber im moment zweifel ich doch dran das es hilft.

sollt ichs vielleicht doch zweimal täglich nehmen?! Oder doch nochmal ca 6 Wochen warten..

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [nelli](#) on Sun, 05 May 2013 15:35:13 GMT

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

---

Hallo!

Nimm es auf alle Fälle weiter. Du hast doch nix zu verlieren. Man sagt zwar, dass shedding ein Zeichen für ein gutes Ansprechen der Therapie sei, muss aber nicht. Das heisst auch ohne shedding können Haare sehr wohl dicker nachwachsen oder der HA kann stoppen. So zumindest immer laut meinem Haar-Prof.

Gut, ich selbst bin jetzt wieder so ein Fall, wo kein shedding aber auch keine Erfolge eintraten. ABER ich hatte zum Beispiel in den GHE auch kein shedding, aber da wuchsen die Haare trotzdem sehr gut nach. Leider hielt diese Wirkung nur ca. 2-3 Jahre an.

Übrigens hatte mein Hautarzt auch kein shedding als er Minxo im Selbstversuch anwandte und trotzdem waren seine Haare nach einem Jahr deutlich dicker. Das war mir selbst damals aufgefallen und wenn er es nicht selbst gesagt hätte, hätte ich ihn danach gefragt, weil es mir wirklich aufgefallen war. Du siehst, irgendwie ist auch alles möglich.

So oder so, aufhören wäre jetzt echt keine gute Idee. Eigentlich musst du schon mindestens 3 Monate, besser eigentlich 6 Monate durchziehen.

Alles Gute!

Nelli

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Helena](#) on Sun, 05 May 2013 20:19:47 GMT

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

---

Hallo zusammen,

bei dem was Nelli sagt, kann ich mich anschließen. Es muss nicht immer alles nach Schema F verlaufen.

Zitat:Helena, bei ihr wars nach 7 Wochen auch weniger.

Das ist richtig, wobei bei mir auch kein richtig klassisches Shedding war. Ich hatte auch Tage, an denen dachte ich "ok, das ist jetzt das Shedding" und dann am nächsten Tag war es plötzlich wieder viel weniger und dann wieder richtig viel. Also auch ein sehr schwankendes und eher auch kurzes Shedding. Also auch eher ein untypischer Verlauf. Dann so nach ca. 6-7 Wochen wurde auch der HA deutlich weniger, hab mich total gefreut. Jetzt, so nach ca. 10 Wochen wird der HA plötzlich wieder stärker und es fallen auch sehr viele Minihaare aus

Heute waren es beim Haare waschen + anschließend Kämmen auch wieder so um die 130 Haare...die Haare, die tagsüber noch ausfallen zähle ich dabei nicht mit.

Also schon etwas komisch das Ganze...mache mir auch leicht Sorgen, warum der HA plötzlich wieder stärker wird, aber ich rede mir ein, dass es bestimmt nur so ne Phase ist und bestimmt

bald wieder besser wird.

Bei Minox durchläuft man ja auch mehrere Runden mit kurzen Sheddings, bis sich aus den Minihaaren wieder richtig dicke Haare bilden (so hab ich es zumindest mal gelesen).

Oder wie sehen die anderen Minox-Anwenderinnen das?

Aber generell muss ich sagen, dass sich mein Haarstatus seit Minox schon verbessert hat im Scheitelbereich. Ich empfinde es nicht mehr so licht, d.h. Toppik verwende ich kaum noch und zuvor hab ich mich ohne nicht mehr aus dem Haus getraut.

Am Freitag war ich nach mehrwöchiger Pause wieder mal bei der Meso-Therapie und die Arzthelferin meinte dann, dass meine Haare irgendwie viel kräftiger und dicker wirken wie bei meinem letzten Besuch und dass man ja die lichten Stellen regelrecht suchen muss

Das hat mich total gefreut...

Wobei mich halt der verstärkte HA die letzten beiden Wochen schon verunsichert

Aber durchhalten und weitermachen

Und das würde ich auch dir so weiterempfehlen. Generell ist alles besser wie vor Minox

Lg

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Sun, 05 May 2013 21:28:59 GMT

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

---

Danke Helena, das hört sich doch eigentlich ganz gut an. Schön.

Seit wann machst du denn Meso? Hab ich ja auch mal gemacht, ich glaub fast n halbes Jahr.

Nimmst du Regaine ein oder zweimal täglich? Das weiß ich jetzt grad garnicht.

Danke auch dir nelli.

Weiter werde ich es auf jedenfall erstmal nehmen. Nooch wärs ja möglich das es noch hilft irgendwann.

Oh man ich hoooffe soo sehr.

Wenn ich aber halt hier immer les jetzt das nach 7 Wochen bei den meisten besser wurde und bei mir jetzt garnix ist, keine Besserung kein Shedding.. bringt mich das grad wieder zum zweifeln bis verzweifeln..

Das mit deinem Hautarzt hört sich auch gut an. Danke.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [bionda](#) on Mon, 06 May 2013 04:13:44 GMT

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

---

Hallo Tividi,

bei mir ging der Haarausfall erst nach etwas mehr als 3 Monaten zurück.

LG

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Tanjah](#) on Mon, 06 May 2013 08:19:18 GMT

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

---

Als ich vor 3 Jahren mit Minox begonnen hatte, hatte ich nur Mini-Shedding und die Haare waren nach einem Jahr Regaine wesentlich besser. Dies hielt ein weiteres Jahr, dann fingen die Horror Schübe an und ich setzte irgendwann ab, weil ich dachte, die Schübe kämen vom Minox. Danach ging der HA incl. Schüben weiter.

Heute überlege ich wieder anzufangen, weil ich ja ca 2 Jahre damit "Erfolg" hatte. Hab aber soooo Angst vorm Shedding, da nicht mehr viel am Kopf ist

ist es eigentlich besser, während eines Schubs mit Regaine anzufangen? Dann würde das Shedding vielleicht nicht so auffallen.....hmmmm

IgT

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Ponyfranse](#) on Mon, 06 May 2013 10:05:48 GMT

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

---

Hi,

hab mir jetzt nicht den ganzen Thread durchgelesen; wollte nur schnell sagen, dass Du Regaine jetzt noch nicht absetzen sollst/darfst...

Ich hatte doch auch nur ein MiniShedding... Überleg mal, 120-150 Haare/Tag... Da lachen andere User ja drüber...

Übrigens hat mich der saisonelle Haaraufall NICHT verschont -.- Zum Glück bleibt alles, was neu gewachsen ist, da wo es ist... Es sind alles lange Haare die ausfallen... Kommt auf gut

80-100 Haare am Tag - das ist für mich mega viel...

Und wie gesagt; ne Matte gewachsen ist mir durch Regaine nicht, aber der Zustand hat sich auf jedenfall gebessert, bisher... Und ich bin glücklich so!

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Helena](#) on Mon, 06 May 2013 10:49:08 GMT

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

---

Hallo tividi,

Ich mache meso seit ziemlich genau einem Jahr. Erst 6 wochen lang wöchentlich und dann im 4 Wochen-Rhythmus. Das war mir dann etwas zu wenig, d.h.musste dann die Anwendung auf alle 2-3 Wochen erhöhen. Das hat relativ gut geholfen. Hab dann Ende letzten Jahres mit der Pille valette begonnen, unter der sich der HA wieder verschlechtert hat. Nach absetzen der Pille war dann ein mega HA-schub

Hab daraufhin meso wieder öfter gemacht. Hat leider unter diesem hormonumschwung nicht sooo viel geholfen.

Grund genug, dass ich mit regaine angefangen habe. Nehme das seit ca.10 wochen 2% nur abends und war in diesen 10 wochen jetzt 2x bei der meso. Sollte sich mein momentan verstärkter HA nicht bessern, werde ich entweder wieder im 2-wochen Rhythmus zur meso gehen oder Frauen-minox mit dem 5%-Männer minox auf 2, 5 oder 3% anreichern.

Wobei ich im ersten stepp wohl eher die meso-Intervalle erhöhen werde und mir das höher dosierte minox erst mal aufsparen will. 2x tgl.anwenden möchte ich es aus optischen Gründen eher nicht.

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Tue, 07 May 2013 11:21:32 GMT

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

---

@bionda

Und du hattest kein Shedding?

@Ponyfranse

nee absetzen werd ichs jetzt im moment nicht. Ich weiß ja man sollte mindestens 3-4 Monate abwarten.

Aber das verunsichert mich jetzt halt, das ja doch jeder hier Shedding hatte und danach wurd weniger! Drum denk ich jetzt doch es hilft mir nicht.. aber vielleicht hab ich ja doch noch Glück \*hoff\*

Aber 120/150 Haare waren bei dir ja trotzdem von dem was du vorher verloren hast schon ein ziemliches Shedding?! wenn mans so sieht...

Also was ich auch ganz doof finde ist das mir wahnsinnig viele kurze Haare ausgehen. Mindestens genausoviele wie die alten langen. Wenn nicht sogar noch mehr.. Das kann doch nicht gut sein

@Helena

also bei mir hat sich der Haarausfall damals durch die meso leider überhaupt nicht verbessert.

Allerdings ist mir aufgefallen letztens das ich relativ viele kürzere Haare habe die in den zeitraum passen.. aber die könnten genauso auch nix mit der Meso zu tun haben.. tja ich weiss es mal wieder nicht.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [bionda](#) on Tue, 07 May 2013 16:00:49 GMT

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

Ich hatte kein Shedding bzw. keins bemerkt.

Allerdings waren meine Ausfallzahlen sehr hoch. Daher könnte es evtl. sein, dass es doch eins gab und ich es nur nicht wahrgenommen habe.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Thatlittlehope](#) on Tue, 07 May 2013 16:32:18 GMT

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

Hey tividi, ich finds super dass du Regaine probierst und gib nicht auf.

Also mir fallen seit einem Monat wenig Haare für meine Verhältnisse aus und es fallen ungefähr genauso viele kurze wie lamge Haare aus (vllt sogar mehr kurze, weil ich die ja nicht alle mit der Bürste ergreifen kann). Erstmal hab ich Panik bekommen, aber jetzt sag ich mir, dass meine Haarwurzel anfangen Haare zu produzieren diese aber nicht halten könne, weil sie noch zu "schwach" sind und erst nach einigen Zyklen gesundes Haare hervorbringen können. Hoffentlich hab ich da Recht.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Tue, 07 May 2013 18:03:57 GMT

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

Hey Thatlittlehope

wie gehts dir? Was machen deine Haare denn eigentlich so?? Also ist der Haarstatus geblieben oder vielleicht sogar besser??

das mit den kurzen Haaren klingt eigentlich logisch.

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [Thatlittlehope](#) on Sat, 11 May 2013 15:04:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmmm, mir gehts mal besser mal schlechter. Heute gehts mir wieder schlechter, weil ich feststellen muss, dass sich der Status nicht gebessert hat, es scheint aber so, dass sich am Oberkopf das alles auch nicht verschlimmert hat oder ich merks noch nicht. Aber am Hinterkopf merke ich es, da war es ja auch schon sehr schlecht (Nacken und Hinterkopf) aber ich hab das Gefühl, dass es da noch etwas schlimmer geworden ist. Ich hoffe ja, dass es davon kommt, dass minderwertige Haare jetzt erstmal ausgefallen sind und die Haarwurzel sich langsam wieder regenerieren, weil ich momentan schon recht viele dieser kurzen Haare verliere. Das letzte Mal hab ich so viele kurze Haare verloren, als ich das erste Mal Juni 2011 Regaine ausprobiert habe und es wieder August abgesetzt hab. Ab dem Oktober danach hab ich auch so viel kurzes Haar verloren, deswegen hoffe ich einfach die ganze Zeit, dass es besser wird, wenn die Haarwurzel wieder gesunde Haare hervorbringen können.

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [Helena](#) on Sat, 11 May 2013 18:54:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Thatlittlehope: ich verliere auch Unmengen an Miniaturhaare  
Nehme Minox seit ca. 10 Wochen.  
Vielleicht hat das doch was zu bedeuten, wenn es bei uns beiden so ist unter Einfluss von Minox.  
Hoffen wir mal ganz fest, dass die Theorie "Haarwurzel hat angefangen zu produzieren und braucht ein paar Zyklen" zutrifft.  
Daran halte ich mich derzeit fest

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [tividi](#) on Sat, 11 May 2013 19:33:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also ich verliere ja auch sehr sehr viele von den kurzen Haaren. Aber okay das hab ich eigentlich auch ohne Regaine

Also ich nehme das jetzt seit fast 8 Wochen. Und es hat sich null geändert eigentlich. Der Haarausfall ist leicht erhöht. Aber nicht Sheddingmässig, wenn dann halt eigentlich nur leicht..

Was würdet ihr denn machen wenn sich auch nach 12 Wochen noch nix geändert hat?

Dann doch 2 mal täglich ausprobieren??

Ich glaub ja nicht das in den nächsten 4 Wochen sich noch groß was ändert.

Und vorne wirds immer lichter..

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [fluse](#) on Sat, 11 May 2013 19:57:38 GMT

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

---

Unbedingt weitermachen . 2 Monate ist zu kurz, als dass du Massen von neuwachsenden Stoppeln sichten könntest.

Wenn du nach 6 Monaten immer noch gar nix positives bemerkst ist immer noch früh genug zu überlegen, ob du wieder aufhörst

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [fluse](#) on Sat, 11 May 2013 20:02:28 GMT

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

---

Tanjah schrieb am Mon, 06 May 2013 10:19

ist es eigentlich besser, während eines Schubs mit Regaine anzufangen? Dann würde das Shedding vielleicht nicht so auffallen....hmmmm

IgT

Das ist ne gute Frage.

Beim Lesen deines posts dachte ich , das mag der Grund sein warum bei mir ein shedding völlig ausblieb.

Ich hab nämlich kurz nach meinem Horror HA mit minox und Pantostin begonnen.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 11 May 2013 20:09:55 GMT

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

---

Hallo Fluse,

da ja nur telogene Haare ausfallen und unter Minox auch nur telogene Haare ausfallen,



kannst Du mit Deiner Vermutung richtig liegen.

lg

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 11 May 2013 20:32:18 GMT

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

---

Und noch einer für alle Fortgeschrittenen:

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/20537/233876/#msg\\_233876](http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/20537/233876/#msg_233876)

Manches muß man vielleicht googeln, ist schon sehr speziell.

lg

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Mon, 13 May 2013 12:09:54 GMT

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

---

@fluse

nein aufhören hat ich momentan zumindest nicht vor.

Aber wann geh ich vielleicht lieber zu 2x täglich über wenn sich nix tut??

nach 12 Wochen? 4 Monaten? 6 Monaten?

es tut sich nach wie vor nix.. also in der Haarausfallmenge.

vonwegen Neuwuchs.. ich weiß nicht. Ich hab einige dünne feine Haare.. aber nichts im vorderen Bereich..

Und auch die anderen bringen optisch eigentlich nix, weil die echt sehr fein sind

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Cornelia](#) on Mon, 13 May 2013 18:58:00 GMT

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

---

Zitat:Und auch die anderen bringen optisch eigentlich nix, weil die echt sehr fein sind

Entschuldige Tividi, aber was erwartest Du nach 2 Monaten eigentlich?

Selbst wenn man super auf Minox anschlägt, dann hat man auch nicht nach 8 Wochen eine

---

Matte ala "Tina Turner für Arme".

Ich sehe auch keine optische Verdichtung, was noch völlig normal ist.

Auch Shedding muss nicht jeder haben, auf der anderen Seite kann es sogar sein, dass es noch kommt. Die Vorgaben im Beipackzettel der Regaine-Packungen sind ja nicht auf den Tag genau bindend.

Ich würde Dir raten einfach stur weiterzumachen und abzuwarten.

Drosselst Du noch anderweitig das DHT oder nimmst Du nur Minox?

LG

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Mon, 13 May 2013 20:28:53 GMT

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

ja da hast du natürlich Recht. Natürlich kann man das nach zwei Monaten nicht erwarten.

Ist mir ansich auch klar.

Nur wundern tut mich das trotzdem schon lange mit den kurzen Haaren die aber trotzdem nix bringen.

Hatte so kurze feine dünne Haare ja auch schon ohne Regaine.

Ausserdem hab ich im Netz dann auch noch ein Bild gesehen von Regaine vorher nachher (nach 12 Wochen) Und da ist das unglaublicherweise viel dichter.. Was mich auch wunderte.

Naja ich nehme die Pille ja noch.

Cornelia, was ich dich eh mal fragen wollte, was genau nimmst du mit L-Cystein?

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [fluse](#) on Mon, 13 May 2013 22:16:35 GMT

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

tividi

vielleicht beruhigt es dich ein wenig Ich nehme Minox nun seit 6 Monaten und sehe auch nur gaaanz feines nachwachsendes Haar, so zwischen 2 und 4 cm lang.

Trotzdem sehen meine Haare nicht dichter aus.

ich bin aber guter Dinge, dass das noch besser wird.

Die vorher-nachher Bilder sind Werbung ! Du würdest doch regaine nicht kaufen , wenn du auf den Fotos keine Verbesserung sehen würdest

Ich antworte schon mal für Cornelia :

L-cystein ist eine Aminosäure die im Keratin des Haare vorkommt. Das Wachstum sollverbessert werden.

Guck

L-cystein kannst du als acc oer nac in der Apo kaufen. Das sind Hustenlöser

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [Ponyfranse](#) on Tue, 14 May 2013 07:31:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

& ich nehme Regaine im 5. Monat... Hab jeeede Menge neuer Haare, in jeder Länge!  
Rein optisch auch keine "Tina Turner-Matte" aber auf jedenfalls eine Verbesserung!

Wenn es so bleibt, wie es jetzt ist bin ich sehr zufrieden!

Man darf keine Wunder erwarten!

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [Cornelia](#) on Tue, 14 May 2013 17:39:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Tividi,

die kurzen Haare werden dann wohl die miniaturisierten sein, welche erst ein paar Zyklen brauchen, bevor wieder ein Terminalhaar wachsen kann.

Vor Minox hattest Du sie natürlich auch schon und mit Minox dauert es auch noch eine Weile, wenn es denn bei Dir anschlägt.

Ich weiß, dass es nicht einfach ist, aber ich würde da ehrlich versuchen noch viel geduldiger zu sein. Du tust etwas, das ist doch das Wichtigste.

Minox allein wird natürlich nicht lange helfen bzw. es ist bei den Meisten so, also solltest Du noch parallel DHT senken.

L-Cystein ist -wie Fluse schon schrieb- eine Aminosäure.

Ich nehme sie in Form von Vitaminkapseln für die Haare, welche mein Dermatologe selbst angemischt und produziert hat.

Sie riechen erbärmlich, aber sie haben ihre Wirkung:)

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Helena](#) on Tue, 14 May 2013 18:22:18 GMT

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

---

@Cornelia:

Zitat:L-Cystein ist -wie Fluse schon schrieb- eine Aminosäure.

Ich nehme sie in Form von Vitaminkapseln für die Haare, welche mein Dermatologe selbst angemischt und produziert hat.

Sie riechen erbärmlich, aber sie haben ihre Wirkung:)

In welcher Dosis nimmst du dein Cystein?

In meinem sind 500mg. Wobei in der Tagesdosis Priorin nur 6mg sind. Daher erscheinen mir 500mg schon recht hoch???? Nehme das momentan auch nicht täglich.

Hab übrigens gerade deinen Beitrag im Regaine-Tagebuch durchgelesen. Bei mir ist alles so ziemlich genauso wie bei dir: erneutes Shedding (leider noch nicht vorbei ), längere Wimpern, griffigere Haare... Scheint wohl schon alles vom Minox zu kommen

@Tividi: L-Cystein gibt es auch online zu bestellen. Ich hab meins z.B. von ner holländischen Firma.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Cornelia](#) on Tue, 14 May 2013 19:02:29 GMT

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

---

@Helena

Zitat:In welcher Dosis nimmst du dein Cystein?

In einer Kapsel sind 200 mg.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [fluse](#) on Tue, 14 May 2013 20:38:11 GMT

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

---

Zitat:

@Tividi: L-Cystein gibt es auch online zu bestellen. Ich hab meins z.B. von ner holländischen Firma.

Oder in der Apo nebenan

Aus dem Männerforum hier empfiehlt ein NEM Apostel ( weiss leider nicht mehr wer ) sogar 1500 mg L-cstein tägl.

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Helena](#) on Wed, 15 May 2013 19:10:22 GMT

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

---

Ja, das geht natürlich auch

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Helena](#) on Mon, 20 May 2013 11:14:19 GMT

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

---

Hallo zusammen,

Kann es sein dass ein richtig heftiges shedding erst nach 3 Monaten der Anwendung kommt? Seit ca. 2 wochen leide ich wieder unter verstärktem HA, nachdem es ein paar Wochen lang nur wenige HA gab (hach, war das schön).

Aber das was die letzten paar Tage so ausfällt ist nicht mehr normal und treibt mich langsam wirklich zur verzweiflung. Gerade haare gewaschen: 200 Stück und NOCH NICHT MAL GEKÄMMT. Dabei werden bestimmt wieder 100 Haare raus gehen, geschweige denn vom restlichen Tag

Könnte nur noch heulen gerade.

Daher:kann das ein shedding sein? So spät? Oder ist es eher als Anzeichen zu sehen dass es nicht hilft oder die Dosis zu gering ist?

Mir gehen die Haare diffus am ganzen Kopf aus und nicht nur oben.

Es grüßt herzlich eure verzweifelte Helena

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [Biggi01](#) on Mon, 20 May 2013 11:41:00 GMT

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

---

Liebe Helena,

Es fallen immer nur telogene Haare aus, wenn Du so ein intensives Spätshedding hast, hast Du auch

viele Haare die bereits in der telogenen Phase sind.

An die Ursache mußt Du ran.

---

Minox hält keine Haare es sorgt nur für Neuwuchs und stößt die ab, die sowieso bald ausfallen würden.

Ig

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [wuschel63](#) on Mon, 20 May 2013 13:24:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Minox hält keine Haare es sorgt nur für Neuwuchs  
Mir hat Prof. Trüeb genau das Gegenteil gesagt. Minox stoppt den Haarausfall und bei einigen Anwenderinnen Sorge es auch für Neuwuchs. Letzteres sei aber nicht die Regel!

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [Helena](#) on Mon, 20 May 2013 16:48:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen,

habe auch schon öfter gelesen, dass Minox den HA stoppt und im Besten Fall Neuwuchs erzeugt, aber andererseits hab ich auch schon öfter gelesen, dass Minox nur den Neuwuchs fördert und nicht primär gegen die HA-Ursache hilft.  
Minox richtet ja nichts gegen DHT aus oder einen möglichen Eisenmangel, etc.

Andererseits hab ich auch schon gelesen, dass die genauen Wirkmechanismen von Minox noch nicht ganz geklärt sind.

Ach, keine Ahnung....werde weiter Ursachenforschung betrieben und hoffen, dass dieses Horror-Zahlen nachlassen. Möglichst solange noch Haare auf dem Kopf sind.

---

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [evana](#) on Fri, 31 May 2013 09:47:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo tividi,  
ich würde Dir unbedingt von Regaine abraten, denn die Nebenwirkungen sind ja gravieren. Du solltest die Ursache für Deinen Haarausfall erst einmal ermitteln lassen, denn nur dann kann auch geholfen werden. Diese herumdoktorei habe ich auch in der Familie miterleben dürfen. Die vielen gut gemeinten Ratschläge doch jeder Mensch ist ja sehr speziell. Was für den einen gut ist kann für den anderen schlecht sein. Und als dann kein Med. mehr weiter wusste, dann war es eben erblich bedingt oder AGA und und und...na vielen Dank auch! Es wurden

immer nur die Symptome behandelt und so half auch nichts langfristig und so verging Jahr für Jahr ohne Besserung, es wurde eher schlimmer und der Körper wurde durch die chemischen Keulen systematisch vergiftet. Es gibt ja Menschen die machen sich ja selbst zum Versuchskan. Was da schon über Jahre alles ausprobiert wurde ohne jegliche Besserung zu erzielen, dass ist schon grenzwertig.

LG ev

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Mon, 03 Jun 2013 11:59:36 GMT

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

hallo

also nächste Woche nehm ichs jetzt 3 Monate lang.

Und es tut sich eigentlich garnix.

Haarausfall war letzte Woche ganz gut. Da hatte ich einen Tag mit nur 60 Haaren.. ich dachte mal wieder, jetzt wars das.. es hilft! So wenig Haare hab ich ja seit Anfang des Haarausfalls noch nie verloren.. Aber das war auch nur der eine Tag so wenig.

Im Endeffekt ist es nicht besser als wie bevor ich mit 1x1ml gestartet bin, denk ich.

Hatte eigentlich echt damit gerechnet, bzw mir vll eingeredet, das Regaine mir helfen wird. Und Anfang Juni der Mist vorbei ist...

Nehm jetzt auch seit 3 Monaten die Dekristol zweimal die Woche.

Anfang Juni war so mein "Stichtag" auf den ich warten wollte ohne mich wieder ganz schlimm fertig zu machen.. hmm verdammt.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!

Posted by [tividi](#) on Sun, 30 Jun 2013 20:40:24 GMT

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

Eine Frage an diejenigen die Regaine verwenden und denen es gut hilft.

Bleibt der Haarausfall relativ konstant oder ist der manche Tage auch mal sehr viel höher?

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [Binne](#) on Mon, 01 Jul 2013 08:26:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hast du denn trotz HA Neuwuchs??

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [tividi](#) on Thu, 04 Jul 2013 17:51:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hm Neuwuchs nicht wirklich.. zumindest nicht da wo es am schlimmsten ist. Wenn ich Neuwuchs hab dann so feiner wo auch net lang hält.

---

Subject: Aw: Regaine - kein Shedding - keine Wirkung ?!  
Posted by [tividi](#) on Fri, 12 Jul 2013 12:08:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also seit einer Woche ist mein HA wieder schlimmer. Davor wars so 2-3 Wochen eigentlich echt gut mit so 80-100. Hab immer weiter auf Besserung gewartet und jetzt wieder das!  
In ca 1-2 Wochen sind 4 Monate rum.

Jetzt meine Frage mal wieder: Was meint ihr??

Sollte ichs vielleicht doch morgens und abends nehmen?

Momentan nehm ich morgens ein Östrogenhaarwasser (angemischt von der Apo) und abends dann halt Regaine

---