
Subject: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Sun, 09 Oct 2016 09:11:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr Lieben,

nach über 20 Jahren Haarausfall traue auch ich mich dann mal an Regaine ran...

Habe vor 2,5 Wochen damit angefangen.
Mische Panthenol dazu und habe noch keinerlei Schuppen o.ä.

Kopfschmerzen hatte ich in der ersten Woche mal 2-3 Tage. Jetzt nicht mehr.

Shedding habe ich seit einer Woche vom Feinsten , ging also sehr früh los bei mir. Scheine ein guter Responder zu sein

Ich wende es vorschriftsmäßig morgens und abends an, wobei ich keine Rücksicht auf mein Toppik nehme. Klatsche es trotzdem drauf.
Und dem Shedding nach zu urteilen wirkt es ja trotzdem

Meine Haare wirken überhaupt nicht fettig danach. Sie bekommen eine schöne feste Struktur davon im Ansatz. Das gefällt mir ganz gut.

Nun hoffe ich, dass das Shedding nicht allzu lange dauert. Dieses blöde Shedding hat mich schon seit Jahren davon abgehalten, es mit Minox mal zu probieren.
Hatte schon etliche Flaschen Minox hier stehen, die ich immer wieder verkauft / verschenkt habe

Da ich andere Regaine - Tagebücher immer mit Interesse verfolgt habe, dachte ich mir, dass die Forenwelt vielleicht auch Interesse an meinen (hoffentlich Erfolgs-) Erlebnissen haben wird...

Viele Grüße und bis demnächst!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Biggi01](#) on Sun, 09 Oct 2016 12:21:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Binne,

ich hoffe das Shedding wird nicht zu heftig und ich wünsche Dir dass Du es weiterhin so gut verträgst und Du Dich bald über Neuwuchs freuen kannst.

Halte durch, Du schaffst das.

Ig

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Christel88](#) on Thu, 13 Oct 2016 17:25:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

na da bin ich ja mal gespannt und drücke dir die Daumen, dass du bald Erfolge verzeichnen kannst und du weiterhin von NW verschont bleibst .

Klingt ja bis jetzt schon mal ganz gut

Lieben Gruß

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Fri, 14 Oct 2016 16:37:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke liebe Christina und Biggi für eure lieben Worte.

Heute sind genau drei Wochen um.

Ich habe es tatsächlich geschafft, mir eine ganze Woche nicht die Haare zu waschen (das geht also auch trotz Minox) und bin nur mit Dutt und Haarband rumgerannt.

Heute dann der erwartungsgemäße Supershedding - Gau

Aber da vorhersehbar, blieb ich ganz ruhig.

Schuppen habe ich noch keine, keinerlei sonstige Nebenwirkungen, alles soweit gut.

Meine erste Flasche ist fast leer und ich bin stolz, bis jetzt durchgehalten zu haben. Jetzt abubrechen wäre ja völliger Quatsch.

Ich melde mich nächste Woche wieder.

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Biggi01](#) on Fri, 14 Oct 2016 17:28:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Binne,

da Dein Shedding schon früh angefangen hat (normal nach 2 Wo) dürftest Du auch vor Ablauf der 6 Wo Deinen Höhepunkt mit Monstershedding haben.

Danach wird es weniger.

ich bin sehr gespannt.

Halte durch, Du bist eine starke Frau.

Ig

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [Binne](#) on Fri, 14 Oct 2016 17:45:11 GMT

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

Ja, das habe ich auch schon gelesen. Je eher das Shedding beginnt, desto eher hört es auch hoffentlich wieder auf. Aber das ist natürlich dann doch alles sehr individuell

Auf jeden Fall ist das Haare waschen rauszögern für mich eine ganz gute Methode, den Haarausfall zu ignorieren.

Lieber einmal in der Woche super heftig HA als sich jeden Tag verrückt machen.

Ich schlafe dann sogar mit einem Dutt.

Ich föhne seit Jahren immer kopfüber und habe ein Handtuch drunter gelegt. Das Handtuch schüttel ich dann immer später über der Dusche aus und habe so einen guten Überblick über die verlorene Haarmenge.

Heute habe ich das Handtuch ohne es über der Dusche auszuschütteln gleich über dem offenen Fenster ausgeschüttelt. Den Anblick wollte ich mir ersparen.

Ich hatte schon beim Waschen in der Dusche im Sieb einen monsternmäßigen Haarbüschel, so groß wie noch nie zuvor , da wollte ich mir alles andere ersparen

Nun denn.... ich harre mal der Dinge die da kommen werde und haare fleißig weiter

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [Binne](#) on Sun, 23 Oct 2016 10:04:49 GMT

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

... Woche vier ist um..

Gibt nicht viel zu berichten.

Shedding nach wie vor vorhanden (3 Wochen nun schon).

Verträglichkeit weiterhin gut.

Ich bilde mir ein, dass zumindest mein Flaumhaar vorne an der Stirn schon ein wenig flaumiger wird, also zunimmt.

Aber für alles andere ist es noch viel zu früh

Liebe Grüße und einen schönen Sonntag euch allen

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [runico](#) on Sun, 23 Oct 2016 17:29:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich verfolge mit Spannung und drücke weiterhin die Daumen Lg

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Fri, 28 Oct 2016 10:17:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

.. Woche fünf ist um... yeah!

Geht nun echt ziemlich schnell, dass die Zeit verfliegt.
Am Anfang zählte man noch jeden Tag, mittlerweile ist die
Regaine - Anwendung echt Routine geworden.

Verträglichkeit immer noch sehr gut. Keine Schuppen, kein Brennen,
kein Jucken, alles tutti!

Habe mir nun mal KET Shampoo dazu bestellt, da die Männer drüben im Forum
ja der Minox Anwendung alleine perspektivisch nicht soo viel Positives zuschreiben...

Viele Männer ergänzen noch mit Fin o.ä., was für mich aber nicht
in Frage kommt. Das "Softeste" ist dann eben noch dieses KET Shampoo,
welches DHT wohl ansatzweise etwas drosseln kann.

Denn Minox alleine, so die Männer, hilft nur zum Pushen, aber nicht gegen AGA.

Shedding habe ich nach wie vor, aber ich bilde mir ein (*flüsterflüster*), dass es schon etwas
weniger geworden ist. Das kann aber auch nur Zufall sein.

Habe bis jetzt seit 4 Wochen Shedding.

Ist schon nach wie vor sehr viel, was da runter rieselt,
aber immer noch auszuhalten.

Man weiß ja, auf was man sich einlässt.

In den allermeisten Fällen hört das Shedding ja auch wieder auf.

Sich deshalb davon abhalten zu lassen und es nicht zu probieren, ist eigentlich Quatsch.

Im Nachhinein hätte ich auch schon eher damit mal anfangen können

Nun denn... auf geht's in die 6. Woche.

Subject: Aw: Ich traue' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [evita](#) on Fri, 28 Oct 2016 12:08:30 GMT

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

Hall liebe Binne,

Wie oft benutzt Du das Ket-Shampoo? Und wie lange lässt Du es einwirken? Die Meinungen ob es bei HA unterstützt, sind recht unterschiedlich. Ich traue mich nicht es zu nehmen, da auf dem Beipackzettel steht es könnte zu HA kommen.

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/16678/>

Dein Shedding müsste in der 6 - 7 Woche aufhören da es ja früh, wie auch bei mir, angefangen hat. Wenn Du Glück hast geht der HA ganz zurück, drücke die Daumen.

Subject: Aw: Ich traue' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [Binne](#) on Sun, 30 Oct 2016 19:52:07 GMT

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

Ich werde es 2 mal die Woche benutzen. Wasche mir immer morgens die Haare und diese Einwirkzeit von 5Minuten ist schon sehr lästig...

Morgen fange ich damit an.

Dann wasche ich mir nach 5 Tagen die Haare wieder, bin mal gespannt, wie viel noch runterkommt..

Lg!

Subject: Aw: Ich traue' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [Binne](#) on Sun, 06 Nov 2016 16:45:05 GMT

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

6. Woche vorbei.

Hatte die letzten Tage ziemlich viel Kopfhautjucken, das hat sich aber mit noch etwas mehr Panthenol wieder komplett gegeben. Gott sei Dank Das war schon nervig.

Habe es geschafft, mal wieder fast eine Woche keine Haare zu waschen , morgen ist es wieder soweit.

Kann aber jetzt schon sagen, dass ich glaube, dass das Shedding rückläufig ist.

Beim durch-die-Haare fahren fallen bei weitem nicht mehr

so viele Haare aus wie noch vor 1-2 Wochen .

Das war hardcore... nun sind es echt weniger.

Das wäre ja schon mal was, wenn das Shedding nun wieder aufhört. Dann hätte es 5 Wochen gedauert.

Neuwuchs.. dazu ist es noch zu früh. Um Weihnachten rum sollte Neuwuchs dann mal sichtbar sein.

Warten wir es ab

LG

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Mon, 07 Nov 2016 15:58:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haare waschen vorbei

Es kam natürlich noch viel runter, aber ich habe seit einer Woche nicht mehr gewaschen.

Es wird also definitiv weniger.

Musste auch weniger Toppik drauf machen.
Scheint also sogar am Scheitel schon etwas am Nachwachsen sein.

Vorne am Ansatz ist es dagegen noch gleich licht.

Aber ich schaue einfach nicht mehr in den Spiegel so kann ich damit einigermaßen leben.

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Pipilota](#) on Tue, 08 Nov 2016 11:19:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich drücke dir die Daumen und werde deine Berichte verfolgen!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Christel88](#) on Wed, 09 Nov 2016 14:40:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hach, das klingt wunderbar! Schön, dass auch nach 20 Jahren HA Regaine immer noch zu greifen scheint, ich drücke dir die Daumen, dass alles weiterhin so gut läuft! Dein Mut wurde belohnt, ich werde im neuen Jahr dann wohl auch starten! LG

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Sat, 12 Nov 2016 19:23:52 GMT

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

Woche 7 ist um... die Zeit rast.. kurz vor Weihnachten sowieso

Zweite Flasche Minox ist leer. Shedding hat fast aufgehört. Ich kann es kaum glauben. Haare wirken voll, obwohl mir in der Sheddingphase MASSENHAFT die Haare geflogen sind.

Gut war wirklich, so wenig wie möglich die Haare zu waschen, so habe ich mir viel nervlichen Stress erspart.

Kann nur den Zweiflern und Angsthasen (war ja auch so eine) raten, probiert es aus.

Ich berichte weiter...

LG!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [evita](#) on Sun, 13 Nov 2016 18:34:28 GMT

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

Ich freue mich sehr für Dich liebe Binnie.

Ja, ich kann es auch nur jedem raten es mit Regaine zu versuchen. Mir hat es ja mein Hautarzt empfohlen, von einem Shedding hat er nicht gesprochen und auf dem Beipackzettel stand ja nur, es könnte in einigen Fällen zu einem verstärkten HA führen.

Hab mir darüber dann gar keine Gedanken gemacht. Erst als es bei mir dann eintraf habe ich dieses Forum besucht und die Angstberichte gelesen. Hätte ich vorher hier gelesen, hätte ich mich wahrscheinlich auch nicht getraut es zu nehmen.

Es ist halt ein langer Weg, man muss durchhalten bis man den Erfolg sieht.

Es geht nicht in ein paar Wochen, ein halbes Jahr braucht es mindestens.

Ich hatte immer noch eine kleine kahle Stelle am Hinterkopf, da tat sich die ganze Zeit gar nichts. Erst nach 6 Monaten Regaine bemerkte ich dort einen leichten Haarflaum. Diese Stelle wird noch dauern, bin da aber auch zuversichtlich, dass es mit der Zeit zuwächst.

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [Pipilota](#) on Mon, 21 Nov 2016 09:15:20 GMT

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

Ich freue mich auch für Dich! Wie läuft es weiter? Dein letzter Beitrag ist schon eine Woche her...

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Mon, 21 Nov 2016 19:46:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Woche 8 auch hinter mich gebracht

Habe es auch diesmal geschafft, nur einmal die Woche zu waschen.
HA wurde nochmal weniger.
Shedding also weiter rückläufig.

Kann natürlich sein, dass ich auch weiterhin etwas HA habe, da
ja bei mir nicht ganz klar ist, ob ich AGA habe oder HA durch
SD oder durch was auch immer

Auf jeden Fall hat meine "Fülle" durch das Shedding echt nicht merklich
abgenommen. Und das ist echt schon erstaunlich.

Ich habe es übrigens KEINEM gesagt, dass ich mit Minox starte,
noch nicht einmal mein Mann weiß Bescheid.
Ich wollte das diesmal mit mir ausmachen.

Nebenwirkungen weiter nicht vorhanden.
Ich habe schon immer niedrigen Blutdruck gehabt. Merke aber unter Minox nichts weiter.
Schuppen kaum existent. Einmal die Woche nehme ich das KET Shampoo.

Nun warte ich mal ab, ob da nun was wächst.
Kann es gut anhand meiner Haarfasern erkennen, ob ich zukünftig genauso viel streuen muss
oder
weniger...

Ich berichte weiter!

LG

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Sun, 04 Dec 2016 12:40:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

10. Woche rum...

es wird immer besser

Haare heute nach 6 Tagen gewaschen, so wenig verloren wie seit 10 Wochen nicht mehr
vielleicht insgesamt 150 Haare. Das ist klasse für mich.
Und wohlgemerkt nach 6 Tagen

Habe mir gestern die zweite 3-er Packung bestellt , online.
Dabei habe ich mir die Kommentare durchgelesen, die welche dort hinterlassen haben.
Insgesamt waren es über 70 Kommentare. Die allermeisten waren positiv. Einige schrieben, dass sie es seit über 10 Jahren anwenden, mit Erfolg.

Mein Scheitel braucht jetzt schon viel weniger Toppik.
Es scheint also was zu wachsen.
Bin echt zufrieden.

Und... was hatte ich Angst vor diesem Shedding.
JAHRELANG.

Hätte ich gewusst, dass das echt auszuhalten ist (man weiß ja, dass es kommt (meistens), und man weiß ungefähr, wie lange es dauert und wenn man, so wie ich, die Haarwaschtage rauszögern kann, dann ist es echt auszuhalten!!)
, ich hätte schon viel früher damit angefangen.

So long, bis nächste Woche!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Sun, 04 Dec 2016 12:43:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

.... und es ist ja auch nicht so, dass ich vorher nicht andere Sachen unternommen hätte..

Pille, bioidentische Hormone, SD Hormone, 10000 fache Arztbesuche in 20 Jahren,
Eiseninfusionen, Vitamin D und B Vitamine, Zink,

EINFACH ALLES...

bei den bioidentischen Hormonen hatte ich den Eindruck, dass DAS der Schlüssel sein könnte,
aber ich war nicht in der Lage, sie richtig zu dosieren.
Und die Ärzte auch nicht

Von daher... nun hoffe ich einfach auf ein paar Jährchen RUHE..

und vielleicht mal wieder SCHWIMMEN und MEER im Sommer
(sowas macht man ja als HA-geplagte eher weniger)

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Alice](#) on Sun, 04 Dec 2016 16:15:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Herzlichen Glückwunsch!!!!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Christel88](#) on Wed, 07 Dec 2016 12:39:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh Binne,

das klingt wundervoll =))! Das freut mich so so sehr für dich!

Ganz liebe Grüße!

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [Binne](#) on Wed, 21 Dec 2016 05:06:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach drei Monaten Regaine werde ich nun erstmal nichts mehr wöchentlich schreiben, sondern nur noch, wenn sich Auffälligkeiten ergeben.

Ich bin echt sehr happy, dass ich diesen Schritt gewagt habe.

Meine Haarlinie an der Stirn ist wieder runtergerückt, sie wird zudem dichter und das war mir ja auch besonders wichtig, dass VORNE, wo es schon ziemlich licht war, wieder etwas wächst. Und das tut es.

Ich erwarte nach einem halben Jahr etwa wieder ein Shedding, so schreiben es zumindest viele.

Maßnahme dagegen: Haare zusammen, wenig waschen, Augen zu und durch´

Danke fürs Lesen,

Eure Binne

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch
Posted by [evita](#) on Sat, 29 Apr 2017 18:55:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo liebe Binne.

Lange nichts von Dir gehört. Wie sieht es inzwischen bei Dir aus? Das würde mich sehr interessieren. Magst Du mal wieder berichten?

VG Evita

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [Binne](#) on Fri, 05 May 2017 07:43:29 GMT

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

Hallo liebe Evita,

das stimmt, ich habe lange nichts mehr geschrieben.
Die Zeit rast! Ich nehme nun schon seit 8 Monaten Minox
Wie ich am Anfang jede WOCHE gezählt habe

Es geht mir nach wie vor gut mit Minox!
Keine Schuppen, ab und zu mal Kopfhautjucken, aber nur minimal.
Manchmal vergesse ich es´, zu nehmen. Nehme es immer noch zwei mal am Tag.

Haarausfall ist weiterhin deutlich weniger, wobei ich um den Eisprung rum immer etwas mehr
Ausfall habe,
nach wie vor.
Aber ansonsten, Haare wachsen, stehen wie wild antennenmäßig vom Kopf ab ,
Bin zufrieden!

Hoffe natürlich, dass dieser Zustand noch ein Weilchen anhält..

Wie ist es bei dir?

LG, Binne

Subject: Aw: Ich trau' mich was... Regaine- Tagebuch

Posted by [evita](#) on Sun, 07 May 2017 13:51:53 GMT

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

Hallo liebe Binne,

das hört sich doch schon mal sehr gut an. Nur immer weiter machen.
Ich bin nun seit 14 Monaten Regaine Anwenderin und kann nur sagen, dass es auch jetzt immer
noch Fortschritte gibt und die Haare immer dichter werden. Da Regaine bei mir so gut wirkt,
meinte mein Hautarzt ich sollte es jetzt ruhig reduzieren und nur noch 3 - 4 mal wöchentlich
anwenden. So ganz traue ich mich noch nicht, denn ich habe Sorge dass mir dann wieder die
Haare in Massen ausgehen. Ich werde es vorsichtig angehen, vielleicht vorerst 1 - 2 mal die
Woche weglassen und dann sehen was passiert. Meinen Brennesselsamen nehme ich immer
noch und seit dem ist der HA stark zurück gegangen. Jetzt soll ich zur Unterstützung täglich
noch von Nu U das reine Biotin und eine Cefazink 10mg täglich nehmen.

Dir auch weiterhin viel Erfolg!

Und ich würde mich freuen auch weiterhin von Dir zu hören.

Viele Grüße

Evita
