

---

Subject: 11 Jahre nach meiner FUT Hattingen 5300 Grafts  
Posted by [MaxPower35](#) on Sun, 27 Nov 2022 12:55:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich grüße euch nach nunmehr 11 Jahren nach meiner FUT! Wie schön, dass mein Account noch aktiv war, wenngleich ich nicht mehr 35 bin ;)

Ich möchte die 11 Jahre zum Anlass nehmen,  
- mit euch einmal gemeinsam Bilanz zu ziehen  
- eine Langzeiterfahrung beizusteuern  
- einigen "Neuen" Mut zu machen, was möglich ist

Ich habe mich für einen neuen Thread entschieden, weil mein alter Eintrag doch sehr viele Seiten und Fotos beinhaltet. Wer alle Details (Grafts, Termin, erste Ergebnisse, Shedding, etc.) nachlesen möchte, kann das hier tun:  
[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/76391/#msg\\_76391](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/76391/#msg_76391)

Bevor ich euch meine Bilder zeige, ziehe ich selbst erstmal ein Fazit und teile euch meine Gedanken mit :)

1. Ich habe die FUT nie bereut. Ich habe einige gute Haar-Jahre zurückgewonnen und zu einer altersgerechten Haarentwicklung zurückgefunden. Was ich damit meine: Mein Haarstatus ist so, wie man es von einem Mann Mitte 40 sicherlich kennt. Ich sehe nicht aus wie 20, die Haare sind dünner, grauer, etc. - es wirkt authentisch, finde ich. Nicht zuletzt dadurch, dass bei der Modellierung eine konservative Haarlinie gewählt wurde, ohne die Geheimratsecken unecht zuzustopfen.

2. Es gibt Tage, da bin ich unzufriede, je nach Fettigkeit liegen sie denkbar ungünstig und das "Loch" am Hinterkopf nervt mich. Ich weiß aber auch, wie sensibel man wird, wenn man dort immer hinsieht und seine Wahrnehmung deutlich überhöht. Gute Freunde spiegeln mir ständig, ich würde übertreiben.

3. Die Haare sind insgesamt dünner und brüchiger geworden, was sicherlich nichts mit der HT zu tun hat, sondern mit Alter, Vererbung, Ernährung, Umwelt usw. usw. Ich denke, das ist sehr normal. Da ich sehr starken Bartwuchs habe und diesen auch kultiviere, sehe ich seit 5 Jahren die nahezu vollständige Weißbildung, während die Kopfhaare mehrheitlich braun bleiben. Da ich auch graue Körperhaare habe und der Bart zu ebensolchen gehört, ist dies wohl auch normal. Die HT dürfte wohl kaum die Farbe beeinflusst haben. Ich wünsche mir aber, dass auch der Kopf weiß wird, damit würde sich m.M.n. der Haar-Haut-Kontrast nochmal verbessern. Mal sehen, was noch so kommt :)

4. Ich habe vor Jahren schon meine Ernährung auf bio/gesund umgestellt, das Rauchen aufgegeben und generell darauf geachtet, dass die Haare wenig leiden müssen. Ähnlich wie bei der Rückenhaltung die Einseitigkeit vermieden werden sollte, habe ich bei den Haare drauf geachtet, oft die "Frisur" zu wechseln. Konkret heißt das: Mal offen, mal Haargummi, mal Haarspange, mal Mütze, mal "Knubbel". Ich wollte damit begünstigen, dass keine einseitigen Bruchstellen entstehen.

Des Weiteren nutze ich das Arganöl, welches mein Bart benötigt, ebenso für die Haare,

wasche die Haare nur mit Bio-Haarseifen und sonst nix.

Weitere Medikamente, Minox, Fin oder sowas hab ich nie genommen; ich habe mich für die einmalige äußerliche Korrektur entschieden, wollte aber für die eventuelle Hoffnung auf noch mehr Verbesserung nicht meine Gesundheit von innen belasten.

Mein Fazit:

Ich finde die Stirn und die Schläfen sehr gut. Gemessen am Ursprungszustand und der Tatsache, dass ich vorher kaum Schläfen hatte und dass die Stirn mittlerweile nur noch aus den Implantaten bestehen dürfte, bin ich einfach nur happy.

Die Tonsur hat m.M.n. 3-4 Jahre nach der HT nur wenig verbessert, dann wieder verschlechtert und ist aktuell leicht unter dem Ursprungszustand. Das finde ich aber ok, zumal dieser Bereich laut vielen Erfahrungsberichten schwer zu machen ist; ich trage aber sehr oft die Stirn- und Seitenhaare so, dass die Tonsur nahezu verschwindet, also im Alltagseindruck völlig ok. Und wenn das Haar mal weißer wird, könnte ich hier noch ein wenig "Optik" gewinnen :)

Alles in allem für mich eine sehr gute Bilanz, das Ergebnis hat sich gut gehalten und ich glaube, ich kann mich glücklich schätzen, dass mein Körper das alles so angenommen hat.

Ich freue mich auf eure Eindrücke und euer Feedback, vielleicht gibt es ja auch abweichende Meinungen, das interessiert mich :)

VG und Danke an das ganze Forum, das mit Infos und Austausch ebenfalls einen Beitrag zu meiner damaligen Entscheidung beigetragen hat!

---