

---

Subject: Beste Supplements und (Medikamente) gegen Haarausfall

Posted by [Schwerin97](#) on Sun, 11 Feb 2024 13:36:31 GMT

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

---

Hallo zusammen,

ich hatte mich unter folgendem Beitrag einmal vorgestellt vor einigen Tagen.

[https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/169721/#msg\\_169721](https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/169721/#msg_169721)

Nun wurde ich durch die neuen Erkenntnisse etwas von meinem Plan abgebracht dieses Jahr eine HT durchführen zu lassen.

Jetzt heißt es wohl erstmal mit Supplements und/oder Medikamenten versuchen den Haarausfall zu stoppen.

Nun die Frage, was hat sich für euch bewährt.

Erfahrungen habe ich bereits mit Minoxidil, allerdings sehr kurzfristig. Als Student war mir dies zu teuer und auch ehrlicherweise zu nervig, täglich diesen Schaum in meine Haare einzumassieren.

Auch hatte ich mir Rosmarinöl besorgt, davon wurden meine Haare aber einfach nur schmantig und fettig.

Ich hatte jetzt hier schon von jemandem gelesen, der MSM nimmt, könnte dies etwas sein?

Ich will Montag auch einen Arzttermin machen, um mich von meinem Hausarzt beraten zu lassen, würde mich aber auch gerne schon mit euch zum Thema Supplements austauschen die helfen können.

Viele Grüßen und schonmal Danke im Voraus!

---