

---

Subject: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?

Posted by [HumanInspiration](#) on Wed, 16 May 2018 23:20:36 GMT

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

---

Hi!

Ich nehme brav mein RU, ziemlich viel wohl, 1ml.

Jetzt habe ich überlegt zu reduzieren.. und dann bin ich draufgekommen, ich hab noch nie meinen Haarverlust quantifiziert.

Also natürlich hab ich gecheckt dass ich über die Jahre Geheimratsecken bekommen habe und lichtere Haare. Und dann mal Fin genommen und Minox - aber auch noch nix quantifiziert. Weil wird schon wirken, und mehr kann ich eh nicht tun.

Jetzt aber mit RU wird es das erste mal für mich interessant. Wegen der Anpassung der Dosierung.

Jetzt frage ich mich:

- Ideal verliert man 'garkeine' Haare beim duschen?

- Wie viel Haarverlust ist 'normal'?

Auf wie viel kann man das runterdrücken?

- Macht meine Herangehensweise Sinn? Ich schätze ich muss/soll die Haare direkt zählen.

Hier habe ich mal Woche 1 und Woche 2

<https://imgur.com/a/WatRNa7>

---

---

Subject: Aw: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?

Posted by [buttkeis](#) on Thu, 17 May 2018 09:35:24 GMT

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

---

Du verlierst immer Haare auch ohne AGA.

Die Haare haben verschiedene Phasen. Telogen und Anagen. Teloghaare gehen aus und kommen wieder oder eben unter AGA verkümmert und nicht.

Ru soll ja eigtl als Fin Ersatz fungieren allerdings schmiert man sich da Hardcore Chemie auf den Kopf. Fin Wirkung, wirklich optische Wirkung 1 bis 1,5 Jahre.

---

---

Subject: Aw: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?

Posted by [HumanInspiration](#) on Thu, 17 May 2018 10:06:04 GMT

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

---

Jup, die Idee ist dass man die Chemie wie bei Fin nicht schluckt und im ganzen Körper DHT blockt, sondern nur dort wo man will, nämlich dort wo man es auf die Kopfhaut gibt.

Ok, so unter 100 Haare = 'normal'

Mindestens sind es wohl 20 Haare.

Bei Haarwäsche nach einigen Tagen sind wohl 300 'normal'.

<http://www.haut-ratgeber.ch/haarausfall-was-ist-schon-normal-indizien-und-vorbote>  
70-100 haare pro tag sind normal

<https://www.apotheken-umschau.de/Haare/Verliere-ich-zu-viele-Haare-341651.html>  
Jeder Mensch verliert täglich unterschiedlich viele Haare zwischen 20 und 200 Stück

Vergleichen Sie auch mal, wie viele Haare ausgehen, wenn Sie den Schopf waschen und wenn sie das ein paar Tage nicht tun. "Nach der Haarwäsche gehen normalerweise vermehrt lockere Haare aus, am nächsten Tag dafür deutlich weniger"

<https://www.elle.de/haarausfall-290564.html>

Haarzyklus: In jedem Haarfollikel wechseln sich Phasen des Wachstums (85 Prozent der Haare), des Ruhens (1 Prozent der Haare) und des Ausfalls (14 Prozent der Haare) in rhythmischer Folge ab.

Normalerweise gilt die Faustregel, dass jede Frau 100 Haare am Tag verlieren darf. Doch diese "magische Nummer" ist nur ein Richtwert. Tatsächlich verliert jeder gesunde Mensch täglich unterschiedlich viele Haare zwischen 20 und 200 Stück. Es ist ganz normal, dass man an manchen Tagen viel mehr Haare entdeckt, also sonst zum Beispiel, wenn du dir die Haare wäschst. Durch Nicht-Waschen der Haare lässt sich das Ausfallen der Mähne allerdings nicht verhindern. Wäschst du sie alle drei Tage, fallen dann einfach dreimal soviel Haare aus, wie bei der täglichen Wäsche.

<https://www.haarausfallhilfe.com/haarverlust-oder-haarausfall-pro-tag-ist-normal-hilft/>  
Medizinisch liegt ein krankhafter Haarverlust erst dann vor, wenn der Patient täglich mehr als 100 Haare verliert. Werte darunter gelten als durchschnittlicher und normaler Haarverlust.

<http://www.hautarzt-senger.de/blog/leistungen/haare-und-haarausfall/>

Täglich findet ein normaler Haarverlust von durchschnittlich 70 bis 150 Haaren statt. Nach einer Haarwäsche können bis zu 300 Haare verloren gehen. Zusätzlich unterliegen die Haare einem Jahresrhythmus. Im März befinden sich 90 Prozent der Haare in der Wachstumsphase, bis zum September tritt ein zunehmend vermehrter Ausfall der Haare auf.