

---

Subject: Geplante HT

Posted by [Cremi](#) on Tue, 06 Jun 2023 06:18:22 GMT

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

---

Hallo liebes Forum,

ich,32, beschäftige mich seit geraumer Zeit mit dem Thema HT und war bis dato stiller Leser in diesem Forum.

Mein Haarausfall hat vor gut 8 Jahren begonnen- ich hatte in dieser Zeit viele persönliche Schicksaalsschläge - und der auftretende Haarausfall hat die Situation nicht positiv beeinflusst.

Der Haarausfall beschäftigt mich seit geraumer Zeit - beinahe täglich. So dass ich mich zum Ende des letztes Jahr noch einmal bei unterschiedlichen Ärzten in DE zum Thema HT beraten lassen habe. Ich selbst nutze seit ca. 5-6 Jahren Minoxidil Schaum 1x täglich am Abend.

Das eine HT nicht das Ende meines Ausfalls seien wird, ist mir bewusst. Ich erhoffe mir durch eine HT in erster Linie ein besseres "Lebensgefühl" (auch wenn dies nur temporär sein kann) , ohne ständige Gedanken an mein Haupthaar. Ich denke, dass das Gedankenkarussell vermutlich auch seien Teil zum Haarausfall dazu gibt.

Der für mich momentan plausibelste Ansatz ist der folgende:  
Die Dichte in meinem Spenderbereich liegt bei 70-75 Haare/cm<sup>2</sup> (ein akzeptabler Mittelwert) und der Spenderbereich besitzt eine gute Größe.

Geplant ist eine HT mit ca. 3000 Grafts im Bereich der Geheimratsecken und falls einige Grafts verbleiben, könnte man ggf. an die Grenze der Tonsur verdichten und den weiteren Haarausfall abwarten. Eine Verdichtung des Tonsurbereich hält der Arzt zum jetzigen Zeitpunkt für unratsam (da der Ausfall noch weiter gehen wird) und hat mir auch gesagt, dass das Erreichen einer zufriedenstellenden Dichte im Tonsurbereich in meinem Fall schwer, bis gar nicht zu Erreichen sei.

Für mich ist der Bereich um die GHE derzeit mein größtes Manko und daher liegt hier auch mein Fokus. Die Optik des Haares macht m.M.n. durch den Blick in das Gesicht am meisten aus und man selbst wird hier am häufigsten mit seinem Problem konfrontiert.

Ich würde mich über ein konstruktives Feedback eurerseits freuen.

Besten Gruß

---

## File Attachments

1) [Haarsituation, trocken geföhnt, nass.jpg](#) , downloaded 259

---

Subject: Aw: Geplante HT

Posted by [NoobNoobilicious](#) on Wed, 07 Jun 2023 16:15:51 GMT

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

---

Hallo Cremi, deine Vorgehensweise ist nachvollziehbar und vom Ansatz prinzipiell nicht falsch. Wir wissen natürlich nie wie der Haarausfall sich weiter fortsetzen wird (vor allem nicht wenn man erst 32 ist), aber man erkaufte sich zumindest Zeit und ein paar weitere Jahre mit Haaren auf dem Kopf. 3000 Grafts sollten für eine erste HT und deine Ziele auch gut funktionieren. Ein behutsames Aufbrauchen der Donorkapazitäten gibt dir zudem Spielraum für Korrekturen und Nachbesserungen. Bei welchen Ärzten in DE warst du bisher und welchen favorisierst du für deinen Fall?

Lass dir am besten auch vergleichbare Fälle auf den Bildern zeigen und würde persönlich heutzutage auch nur FUE machen. Aus 1000 verschiedenen Gründen die hier zu genüge diskutiert wurden ;)

Danach kannst du ein paar Jahre die Entwicklung beobachten und entweder Nachverdichten oder ein wenig was in die Tonsur stecken. Sich jedoch jetzt Gedanken darum zu machen wäre verschwendete Lebensenergie. Pack erstmal den Bereich auf dem Kopf an der dich am meisten stört - sofern du dich entscheidest überhaupt was zu tun.

---

---

Subject: Aw: Geplante HT

Posted by [rgv250blau](#) on Wed, 07 Jun 2023 18:34:14 GMT

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

---

NoobNoobilicious schrieb am Mi, 07 Juni 2023 18:15Hallo Cremi, deine Vorgehensweise ist nachvollziehbar und vom Ansatz prinzipiell nicht falsch. Wir wissen natürlich nie wie der Haarausfall sich weiter fortsetzen wird (vor allem nicht wenn man erst 32 ist), aber man erkaufte sich zumindest Zeit und ein paar weitere Jahre mit Haaren auf dem Kopf. 3000 Grafts sollten für eine erste HT und deine Ziele auch gut funktionieren. Ein behutsames Aufbrauchen der Donorkapazitäten gibt dir zudem Spielraum für Korrekturen und Nachbesserungen. Bei welchen Ärzten in DE warst du bisher und welchen favorisierst du für deinen Fall?

Lass dir am besten auch vergleichbare Fälle auf den Bildern zeigen und würde persönlich heutzutage auch nur FUE machen. Aus 1000 verschiedenen Gründen die hier zu genüge diskutiert wurden ;)

Danach kannst du ein paar Jahre die Entwicklung beobachten und entweder Nachverdichten oder ein wenig was in die Tonsur stecken. Sich jedoch jetzt Gedanken darum zu machen wäre verschwendete Lebensenergie. Pack erstmal den Bereich auf dem Kopf an der dich am meisten

---

stört - sofern du dich entscheidest überhaupt was zu tun.

Prima geschrieben!

---