
Subject: Meine Erfahrungen und Selbsttest
Posted by [Kerl1979](#) on Mon, 13 Feb 2006 12:29:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo liebe Kollegen,

ich habe Euch hier einmal einige gesammelte Erfahrungen mit diversen Produkten und deren Auswirkungen auf den Haarausfall zusammengestellt. Alles ist natürlich im Selbstversuch geschehen und entspricht den Tatsachen. Es wurde als nix getürkt

Anfänge meines Leidens (Februar 2005)

Letztes Jahr im Februar musste ich feststellen, dass ich auf dem gesamten Kopf eine Ausdünnung der Haare breit machte. Diese waren meist streifenförmig und ca 1,5 cm breit (kein runder Haarausfall). Mein Hausarzt verschrieb mir dann zu diesem Zeitpunkt Minox, welches ich täglich zweimal über mehrere Monate anwendete. Eine Stabilisierung des Ausfalls konnte dabei nicht erzielt werden. Der Haarausfall wurde meinerseits schlimmer (an alle Schlaumeier = ES WAR KEIN SHEDDING).

Neue Mittel neues Glück??? (Juni 2005)

Irgendwie war ich ziemlich frustriert das dieses Minox die Lage eher noch verschlechtert hat. Ich kam nun auf die Idee zusätzlich noch Pantostin einzusetzen. Beides zusammen sollte sich als Katastrophe herausstellen. Die Wirkung war unter aller Kanone und ich bekam Schuppen (Es schneit Juchuuuu) und eine kranke, spröde, trockene Kopfhaut. Also ab in de Schrank mit dem Mist und weiter überlegen.

Die Erleuchtung (Mensch handel selber und probiere es. Oktober 2005)

Nachdem ich dieses Forum entdeckt hatte, begann ich die zahlreichen Hinweise und Tips der fleissigen Schreiber zu berücksichtigen und stellte mir meine eigene Rezeptur zusammen. Ich lies dabei den käuflichen chemischen Kram aus dem Spiel und überlegte mir, wie ich die gleiche Wirkung am besten mit natürlichen Mitteln erzielen könnten. Diese Kombination nehme ich nun regelmäßig seit Oktober ein und meine Haare sind um vieles dicker und gesünder geworden. Der Haarausfall bis auf die tägliche Anzahl normaler Haare ist vollkommen zum Stillstand gekommen. Selbst die oben erwähnten Streifen wachsen nun mit dicken, fast drahtigen Haaren zu und die Geheimratsecken schreiten auch nicht weiter voran.

Hier die Zusammensetzung der Kombi die mir Erfolg gebracht hat:

Sägepalme täglich 1500mg
Leinsamen täglich zweimal 2 Esslöffel in Sojamilch
Sojamilch täglich 1-1,5 Liter
Vitamin C+Zink
Eisen
Vitamin B-Komplex
Biotin
Kieselerde
Grüner und Ingwer Tee mindestens 1 Liter
zum Haarewaschen ein Shampoo names Ket mit Ketozetanol

Hoffe das hilft Euch ein wenig weiter
