

Hallo!

Möchte jetzt hier nach wochenlangem Lesen im Forum auch einmal meinen Fall schildern. Bin knapp 25 Jahre, habe ca. 30-35 cm lange Haare (die ich alle 4 - 6 Monate schneide) , aber seit einigen Jahren eine Ausdünnung im Frontbereich (laut Trichogramm 20-25% weniger Dichte als am Hinterkopfbereich) bzw. ein Mittelscheitelichtungsmuster, wie es eher für Frauen beschrieben ist, Haare in den GHEs sind eigentlich noch recht voll.

Habe mich dann vor einigen Monaten dazu durchgerungen, endlich einmal zur Hautärztin zu gehen, Blutwerte (großes Blutbild) waren alle im grünen Bereich. Die Hautärztin sagte, die Länge der Haare hätte eigentlich keine Auswirkungen auf den Haarausfall, stimmt das? Trotzdem binde ich mir fast nie einen Zopf, da ich oft las, dass mechanischer Zug zu Haarausfall führen kann. Wenn es mir eines Tages zuviel werden sollte, rasier ich alles ratzekahl ab, aber zZ möchte ich das noch nicht, da ich mir sage, dass ich noch lange genug mit 1 mm rumlaufen kann - zumal ich immer finde, dass man als langhaariger Metalhörer und -musiker beim Thema HA noch mehr gestraft ist, als die Leute, die sowieso schon modische Kurzhaarschnitte tragen...da fällt das Abrasieren denke ich wesentlich leichter. Für mich hingegen sind lange Haare so etwas wie eine Lebenseinstellung, genauso wie meine Lederjacke...gut, ich komme etwas vom Thema ab.

Naja, jedenfalls nehme ich jetzt seit dem 17. Januar zweimal täglich Regaine (4 Sprüher mit verlängerter Spitze auf Mittelscheitel, jeweils einen etwas versetzt nach rechts bzw. links = 6 insgesamt). Will erst einmal bis etwa April abwarten, um die Wirkung von Regaine einigermaßen einschätzen zu können und dachte bei nicht zufriedenstellendem Ergebnis daran, dann mit Fin anzufangen, wobei ich ja jetzt vermehrt gelesen habe, dass Fin die Haare im Frontbereich - was ja meine Problemzone ist - niedermacht, also bin ich da doch sehr skeptisch geworden. Neuwuchs konnte ich noch keinen feststellen, was ja nach knapp 5 Wochen auch noch etwas früh wäre und einen verstärkten Haarausfall bzw. shedding habe ich auch noch nicht bemerkt. Habe sogar eher das Gefühl in den letzten Wochen, weniger Haare in der Hand zu haben, wenn ich mir übern Kopf fahre bzw. die Haare kämme und irgendwie fühlen sich meine Haare auch fester an...ist wohl Einbildung, aber allein das Gefühl etwas gegen diesen sch\*\*\* HA zu unternehmen, hilft vielleicht. Kopfhautjucken o.ä. hatte ich bisher auch kaum (knalle mir 2 mal die Woche ne Ladung Birkenwasser über Nacht aufn Kopp), ab und an mal leichte Kopfschmerzen, aber das kann auch zZ stressbedingt sein, also kaum Nebenwirkungen.

Werde hier in den nächsten Wochen und Monaten weiter berichten, wie es sich entwickelt. Viel Erfolg beim Kampf gegen den HA an alle Leidensgenossen. Positives Denken hilft in dem Zusammenhang glaub ich echt manchmal mehr als irgendwelche Mittelchen...