

---

Subject: Womit einsteigen?

Posted by [Spiderman](#) on Sun, 21 Dec 2008 20:17:11 GMT

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

---

Hallo "Leidensgenossen",

ich bin 27 und habe jetzt leider auch Haarausfall bei mir festgestellt - am Hinterkopf, Geheimratsecken habe ich (noch) keine.

Merkwürdigerweise kam der Haarausfall bei mir recht plötzlich. Ich lasse meine Haare immer ganz kurz schneiden und gehe dann längere Zeit nicht zum Friseur. Ich war also knapp 1/2 Jahr nicht mehr beim Friseur. Als ich meine Haare dann wieder kurz schneiden lassen, hat mich meine Friseurin darauf hingewiesen, dass sich meine Haar am Hinterkopf schon etwas lichten würden. Sie hat es mir dann auch mit einem Spiegel gezeigt. Ich konnte selbst auch deutlich sehen. Die Haare sind dort viel dünner "gesät" als am restlichen Kopf. Ich hätte nicht gedacht, dass das so plötzlich vonstatten gehen kann.

Jedenfalls möchte ich nun schnellstmöglich was dagegen tun. Jedoch ist bei den Haaren leider so, dass es immer erst eine ganze Weile dauert, bis man sehen kann, ob eine Behandlung anschlägt oder nicht. Das ist natürlich blöd, weil wenn ich jedes Mal etwa 6 Monate nur ein Produkt verwende, um zu sehen, ob es wirkt, und nicht gleich das erste funktioniert, dann vergeht viel wertvolle Zeit.

Daher frage ich mich, womit sollte ich nun am besten einsteigen: Ich möchte nicht gleich die "harten Sachen" nehmen und lieber zuerst einmal topisch angewendete Produkte verwenden anstatt systemisch wirkende, also Tabletten/Kapseln (wenn's natürlich nur Vitamine, Spurenelemente o.ä. sind, dann wär das auch OK, aber das bringt glaub ich nicht so viel).

Was würdet ihr mir empfehlen? Womit sollte ich einsteigen? SuperZix würd ich gern ausprobieren. Als Alleinbehandlung ein Versuch wert? Oder sollte ich parallel gleich etwas anderes zusätzlich einsetzen?

---