

---

Subject: Minox- und Regimenumstellung

Posted by [Guitarman](#) on Thu, 26 Apr 2012 11:22:19 GMT

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

---

Hallo zusammen,

ich nehme jetzt seit ca. 6-7 Monaten Pantostin morgens und Minox morgens und abends. Dazu nehme ich noch Biotin 5mg und Zink 10mg und wasche meine Haare alle 2-3 Tage mit Ket. Bisher bin ich äußerst zufrieden, ich habe keinen weiteren Ausfall und die Haare wirken wieder dicker und dichter. Großartigen Neuwuchs konnte ich bis auf ein bisschen Flaum in den GHE nicht feststellen. Das war aber auch nicht das Ziel, da meine GHE auch nicht so gigantisch sind, ich würde sagen knapp über Mature Hairline so Richtung NW 1,5...

Jedenfalls habe ich unglaubliche Hautreizungen durch Minox. Teilweise fühlt es sich so an, als würde meine Haut zerfressen werden. Egal was ich mache, es hilft nichts gegen den Juckreiz. Dexpanthenol muss auch nicht sein, weil das Minox meine Haare schon so fettig macht (habe längere Haare) und ich das auch nicht wegbekomme, da muss das nicht noch mehr werden

Ich überlege jetzt, ob ich Minox auf 1x tgl. umstelle, also abends 1,5-2 ml. Dann habe ich tagsüber zumindest meine Ruhe vor dem Juckreiz. Müsste ich dann mit einer Verschlechterung rechnen? Viele hier nehmen ja Minox nur 1x und sind zufrieden, die nehmen aber auch noch Fin dazu.

Um meine Resultate vielleicht auch etwas dauerhaft zu festigen, überlege ich zudem, ob ich mit Fin anfangen soll, werde das sowieso irgendwann tun, wollte nur so lange warten, bis alles andere ausgereizt ist. Die möglichen NWs machen mir vor allem im Bezug auf die mögliche Familienplanung dann doch etwas Angst. Manchmal wünschte ich, ich hätte mich nie in dieses Forum eingelesen und wüsste von den ganzen NWs nichts. Andersrum hätte ich ohne das Forum aber auch nie von Minox und Fin gehört, ) Könnte ich mit Fin denn noch etwas rausholen? Vor allem mein recht großer Wirbel am Hinterkopf könnte ruhig noch etwas kleiner werden ^ Wie sind da so eure Erfahrungen, wenn man mit Fin NACH Minox anfängt? Kann ich noch etwas dazunehmen?

Danke für jeden Tipp!

---