

---

Subject: Die Schlacht ist eröffnet

Posted by [SmoothSailor](#) on Sat, 01 Jun 2013 20:02:11 GMT

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

---

Hi ihr Lieben

Also es ist so weit. Mir wurden die Haare seit dem 18 Lebensjahr sehr langsam weniger. Jetzt bin ich 24 und möchte endlich was dagegen unternehmen.

Zu mir:

- Raucher
- Ich habe mich mein ganzes Leben eher ungesund ernährt (versuche das momentan umzustellen, aber es fällt mir sehr schwer, nachdem ich es 24 Jahre anders gehandhabt habe) (ich trinke jeden Tag min. eine Dose Red Bull [Von manchen höre ich, dass es gut fürs Haar ist, von Anderen gegenteiliges])
- Ich trinke gerne einen über den Durst
- Ich rauche ein paar mal im Monat ganz gern...Oregano (Kann aber nicht sagen, ob der HA dadurch verschlimmert/verbessert werden kann, da ich dazu im Internet gegensätzliche Aussagen lese. Vll weis einer von euch mehr dazu)
- Vor einer Weile hatte ich psychische Probleme (hat den HA meines erachtens verstärkt), die ich aber größtenteils in den Griff bekommen habe
- Ich treibe fast keinen Sport

Vor kurzem habe ich den Original-Regaine-Schaum (5%) für ca. 10 Tage angewendet, hatte aber Angst vorm Shedding und habe es wieder abgesetzt. Habe aber gelesen, dass dunkle Typen mit dunklen Haaren sehr gute Chancen haben, dass neue Haare wachsen und ich bin vom Typ her sehr dunkel.

Auch ist mir aufgefallen, dass ich zwar in der Tonsur ein kleines Loch habe, aber die Haare im Allgemeinen am gesamten Kopf weniger werden (auch an den Seiten) (was ich auf meinen Lebensstil und meine vorangegangenen psychischen Probleme schiebe)

Ich werde es wohl wieder mit Regaine-Schaum versuchen und evtl. noch ein orales Präparat dazunehmen.

Die ersten zwei Bilder wurden vor 6 Jahren gemacht, wegen der Länge aber wahrscheinlich schlecht zu vergleichen (habe im Übrigen die Haare in den darauffolgenden 2-3 Jahren täglich geglättet [ja ja, ich weis >.>])

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/bild0089abvqzsf290.jpg>

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/bild0076zo5a0ec9fw.jpg> (sehr hell, ich weis :/ )

Diese Bilder sind von heute:

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/2013060120sadf2niuwmk6a1.jpg>

<http://www.fotos-hochladen.net/uploads/20130601sadsdgms36cituh.jpg>

<http://www.fotos-hochladen.net/uploads/2013060120sadf0hxnk2gj51.jpg>

Die Fülle, die ich damals hatte wird es wohl bei Weitem nicht mehr werden, aber ich hoffe ich

kann noch einiges rausholen.

Bin über jeden Tipp und jede Rüge (konstruktiv) dankbar und ich werde euch auf dem Laufenden halten

Peace, Smooth

---