
Subject: Mein Kampf gegen AGA beginnt
Posted by [F4bian](#) on Sun, 21 Jul 2013 04:35:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Achtung Textwall, kurze Übersicht: Alter: 19, sehr aggressive AGA (vermutlich NW 3), vorbelastet (Vater NW6 vor 30. Lebensjahr). Derzeit: Finasterid 80 Tage 1mg, noch keine Wirkung. Geplant. Dutasterid 0,5mg / 2 Tage zusätzlich, 2%iges Minoxidil, Kieselerdekapseln. Ziel: Stopp, Donor schützen.

Ausführlicher:

Vorweg: Fotos gibt's vorerst keine, ich mach allerdings welche zur Kontrolle. Ich hoffe es ist regelkonform, wenn ich hier einfach einen "persönlichen" Verlaufsthread aufmache, in dem ich meinen "Kampf" gegen den Erzfeind Glatze starten möchte. Werde meine Ausdrucksweise relativ rational halten. Kurz etwas zur Person: Ich heiße Fabian, bin 19 Jahre alt und habe seit geschätzt einem Jahr AGA, bemerkt habe ich es erst vor ca. 3 Monaten, als mich meine Eltern auf meinen zurückweichenden Haaransatz aufmerksam gemacht haben. Kurz daraufhin beim Dermatologen hat er erblichen Haarausfall "diagnostiziert", seine Aussage: Leichte GHE und beginnende Lichtung in der Tonsur. Mir wurde daraufhin 1mg Finasterid (Finapil) verschrieben, was ich auch derzeit seit 82 Tagen täglich zu mir nehme.

In diesen 82 Tagen ging es ziemlich schnell bergab. Zu Beginn hatte ich nur eine, ich denk man nennt das "Mature-Hairline" (Geschätzt NW2), die sich allerdings rasch verabschiedet hat. Die GHE haben sich in der Zeit rasch reingefressen, die Tonsur war relativ stabil. Bis vor einem Monat ließ sich das noch ganz gut mit längeren Haaren kaschieren (... war leider auch der Grund, wieso ich es nicht bemerkt habe), dann sah's aber schnell gerupft aus. Mit einem kürzeren Schnitt war ich auch zufrieden, da die Front noch sehr dicht war.

In den 2 Wochen, verschlimmerte sich die AGA massiv, die Front dünnte aus und ist nun im nassen Zustand nicht mehr blickdicht. Sehr bemerkbar, dass ich, wenn ich in den Ecken oder an der Front auf einem kleinen Bereich etwas "ziehe", teils 5 oder mehr Haare in den Fingern halte. Ebenfalls beginnt der Haarausfall in der Tonsur stärker zu werden, hat sich seit dem letzten Monat etwas vergrößert und die Haardichte nimmt auch hinten ab, wenn auch langsamer als an der Front. Mittlerweile dürfte der Status bei NW3, eher sogar etwas schlechter, angekommen sein. Bisher scheint von Finasterid noch nichts positives gekommen zu sein, denke aber, dass die Verschlechterung leider in der ziemlich starken Vorbelastung zu liegen scheint und nicht an der Medikation.

Nun zu meinem Problem: Genetische Vorbelastung ist da, bei meinem Vater gings ab 18 los und dann kontinuierlich, bis die Glatze mit Ende 20 (~NW6 - NW 6.5) da war. Da mein Status seinem ähnelt, wird's vermutlich ähnlich laufen und die Geschwindigkeit lässt eine sehr aggressive Form vermuten. Ich hab mich hierzu mal eingelesen und die überwiegende Meinung scheint zu sein, dass Fin alleine nicht für einen Stopp ausreichen wird. Auch wenn es jetzt noch zu früh für ein Urteil ist: Das vermute ich auch und deshalb werde ich meine Chancen erhöhen. Allerhöchstes Ziel derzeit ist Stopp, insb. im Bereich der Tonsur und Oberkopf und Schutz des Haarkranzes. Front wird sich denk ich ohnehin verabschieden, realistisch gesehen. Darum kümmer ich mich aber später (dazu unten genauer).

Nun zu meinem Plan: Mir ist das Puzzle Haarausfall und die Bedeutungen von den einzelnen Medikamenten noch nicht ganz klar, DHT scheint der Hauptübeltäter zu sein, was ja

bin mir aber nicht sicher, ob die Hemmung durch Finasterid ausreichen wird oder ob noch genügend durch Typ 2 entsteht oder ob die Typ 1 und 3 ebenfalls für Teilbereiche schädlich sind. Wird vermutlich zu Teilen individuell sein, was die Haare aushalten. Werde deshalb Dutasterid bei Indpharma bestellen und alle 2 Tage 0.5mg unterstützend zusätzlich zu Fin nehmen. Normalerweise würde 1 mal pro Woche genügen, aber an die Minimaldosis taste ich mich später ran, um nicht unnötigerweise Haare zu lassen oder Fehlschlüsse über die Wirkung zu ziehen. Das 3-On-2-Off-Schema und der Sinn, eine mögliche Upregulation zu verhindern, ist mir bekannt, werde aber in der nächsten Zeit noch nicht anwenden, um eine höchstmögliche Senkung zu erreichen und eine sichere Aussage treffen zu können, ob eine Wirkung eintritt oder nicht. Würde denke ich auch wegen der hohen HWZ bei Dut nicht den erwünschten Erfolg haben. Ich habe bisher keine wirklichen Nebenwirkungen von Finasterid bemerkt, und da auch Dut da "überschaubar" ist, von den angegebenen zumindest, ist's n Versuch wert. Scheint zumindest ab und an zu funktionieren und besser als Finasterid zu wirken.

Bei Minoxidil liest man so einiges. Anscheinend soll 1. eine Abhängigkeit eintreten, womit ich eventuell mehr Haare riskiere als ich Gewinnen könnte, 2. soll die Wirkung nach einiger Zeit stark nachlassen. Ich habe mich hierzu noch nicht gut genug informiert, eventuell ist's einen Versuch wert. Da ich derzeit Kopfhautprobleme & Juckreiz habe, eventuell durch AGA verursacht, werde ich aber nur das 2%ige Minoxidil in Betracht ziehen, schwanke noch zwischen Schaum und Lösung. Als NEM probiere ich für eine kurze Zeit als Kur Kieselerdekapseln aus, vielleicht bringt's kurzzeitig ne Besserung oder unterstützt die Versorgung der Haarfollikel, keinen Plan, möglich ist's denk ich mal. Damit sollte ich relativ gut aufgestellt sein und mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit auch eine aggressive AGA stoppen können.

Eine Frage hätte ich zum Thema Aromatase-Hemmer, da ja einige hier Letrozol oder Konsorten verwendet haben. Die Theorie fehlt mir da noch etwas, aber so als kleine Fazitfrage: Kann das was Nutzen im Bereich AGA oder erwägt man das nur, um Nebenwirkungen seitens Fin oder Dut zu reduzieren? Denke nicht, dass die Follikel ebenfalls überempfindlich ggü. dem Aromatase-Endprodukt sind. Hmm, eventuell kann das "falsche" Verhältnis zum verringerten DHT und den entstandenen Estrogenen ebenfalls zum Haarverlust führen... Kein Plan, wird vermutlich ebenfalls individuell sein. Macht's irgendwie in meinem Fall Sinn, das in Erwägung zu ziehen?

Die richtigen Kracher (Spiro / Androcur) ziehe ich zwar ebenfalls in Betracht, aber soweit ich mitbekommen habe wär's wie russisches Roulette mit der Gesundheit, und auch wenn ich auf Bitchtits stehe, fände ich's bei mir eher abstoßend. Mit Fin, Dut, Minox und Kieselerde sollte zumindest ein Stopp, auch bei aggressiver AGA, erreichbar sein, zumindest im Ober- und Hinterkopf. Front ist vermutlich nicht mehr vermeidbar, aber da mal abwarten. Falls das nichts bringen sollte, hole ich die schweren Geschütze nach langer Recherche & Abwägung vielleicht noch an Bord und mich dann etwas an mikes Thread orientieren, hoffe aber nicht, dass es soweit kommen wird. Ebenfalls versuchen werde ich einen Heilpraktiker meines Vertrauens. Dieser hat mich schon vor mehreren schulmedizinischen Operationen bewahrt, hat seine Chance verdient, auch wenn's eher wenig erfolgsversprechend ist.

Nun zum Thema Haartransplantation: Ich bin mir bewusst, dass das momentan der totale Schwachsinn wäre, da bis die Haare angewachsen sind, so große Lücken entstünden, dass es gar nix gebracht hätte, und solange das Ganze nicht mindestens 1 Jahr, eher minimum 2, stabil geblieben ist, ist's auch bei extrem hohem psychischen Druck (wie vermutlich alle hier) nicht sinnvoll realisierbar. Das habe ich in meiner Planung beachtet, werde ich auch nicht so machen. Ich habe für Notfälle immer Geld zur Seite gelegt und mir auf die Zeit 10.000 Euro angespart, die ich dafür zur Verfügung habe. Da wäre die absolute Grenze für die 1. Operation. In einem Jahr sollte die Lage beurteilbar sein, ob die Medikamente anschlagen. Sofern der HA weitgehend gestoppt hat, werde ich einen Termin mit dem Herrn Krämer vereinbaren und seine Meinung einholen. Telefonieren werde ich schon vorher mal, hätte ein paar Fragen zum Thema Haarausfall und Transplantation. Außerdem: Besser frühzeitig Informationen sammeln, anstatt sie überhastet zusammenzusuchen. Wird eh noch ein paar Jährchen dauern, wenn es überhaupt zur OP kommt. Ziel wäre dann in jedem Fall konservativ zu agieren (Front auf NW 2.5 mit akzeptabler Dichte, Tonsur nicht behandeln) und diese dann zu halten. Mehr will ich ehrlich gesagt nicht, wäre unwahrscheinlich zu halten, und aufgrund meiner Vorbelastung spar ich mir dann lieber jeden Graft. Außerdem ist der Status NW 2.5 noch akzeptabel für mich. Die Situation lässt sich derzeit nicht beurteilen, deshalb derzeit nur sehr grobe Planung hingeschrieben, werde dazu später wenn mehr Faktoren feststehen ausführlicher schreiben. Nein, ich schlag mir das nicht aus dem Kopf, es ist ein Lichtblick, den ich gerne behalten werde und ich viele Faktoren bereits in die Planung einbezogen habe, auch wenn es am Schluss vermutlich auf eine Pokerrunde rauslaufen wird. Trotzdem: Ich denke mittel- bis langfristig, und besser "leide" ich ein paar Jahre länger, als mich in den 30ern täglich über eine Jugendsünde zu ärgern.

Noch Empfehlungen & Tipps für mich? Dutasterid, Finasterid und Kieselerde stehen eigentlich fest, Minoxidil ist noch in der Schwebe. Kann ich die Chancen noch etwas verbessern?

Vielen Dank. Ich hoffe ich hab nichts doppelt im Text oder widersprüchliches, ist schon spät/früh.

Ach und eine Bitte hätte ich noch: Bitte spart euch die Kommentare oder Empfehlungen, dass ich die kommende Glatze in "Würde" akzeptieren und tragen sollte, wie ich sie täglich von Eltern und Freunden höre. Mir ist's total egal, wie mich andere sehen. Für mich zählt nur, wie ich mich sehen will oder kann. Dann fühl ich mich auch besser und das bekommt man i.d.R. mit.