

---

Subject: Haarausfall mit Minox - wie viele Haare pro Tag?

Posted by [Piotr](#) on Sun, 10 Nov 2013 13:49:22 GMT

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

---

Hey Leute,

sorry, falls es dieses Thema schon gegeben hat, hab auf die Schnelle nichts gefunden.

Ich nehme nun seit etwas mehr als drei Monaten Regaine Foam zwei Mal täglich. Bisher kann ich nicht sagen, dass mir irgendwo neue Haare gewachsen wären.

Ich hatte bis vor kurzem nur das Gefühl, dass der Haarausfall zurück ging.

Gestern habe ich mal meine Haare am Waschbecken unterm Wasserhahn gewaschen und dabei den Stöpsel rein und danach das Wasser ganz langsam ablaufen lassen, damit die Haare nicht rausgeschwemmt werden (hab in der Dusche kein Sieb im Abfluss).

So grob überschlagen habe ich ca. 30 - 40 Haare gezählt. Längere und kürzere.

Ansonsten fällt mir eigentlich nicht auf, dass ich extrem viele Haare verliere. Am Kopfkissen ist am morgen wenig bis gar nichts zu finden und auch tagsüber kommt es eher selten vor, dass mal ein Haar am Schreibtisch liegt bei der Arbeit.

Mir ist nur aufgefallen, dass, wenn ich mal 10 - 15 Sek. in den Haaren wuschel, bestimmt auch 15 - 20 Haare da liegen.

Mich würde interessieren, ob diese Werte bedenklich oder normal sind? Ich muss dazu sagen, dass mein Haarausfall eher schleichend voran geht (bin 25 Jahre alt). Habe im Moment NW3, mein Hinterkopf ist noch top. Nur halt größere Geheimratsecken, mit denen ich aber gut zurecht komme und es mich auch nicht weiter stört. Andere Leute, die ich kenne, haben mit 21 schon ne Platte, von daher könnte es durchaus schlimmer sein für mich.

Bin halt nur am Überlegen, ob ich Minox noch weiter anwenden soll oder auf Fin umsteige (worauf ich eigentlich absolut keinen Bock habe wegen den Nebenwirkungen).

Ein Shedding aufgrund von Minox hatte ich bisher noch nicht wirklich feststellen können. Ich weiß ja nicht, ob das eher als positiv oder negativ zu werten ist.

Vielleicht bin ich im Moment in der Shedding-Phase? Wie lang sollte man Minox anwenden, um eine aussagekräftiges Ergebnis zu haben?

Sind die 100 Haare am Tag als Richtwert wirklich "normal" oder schon eher grenzwertig? So genau kann ich es nicht feststellen, wie viele Haare ich täglich verliere aber ich denke mal, die meisten werden beim Waschen draufgehen. Und dann würde ich ja noch ziemlich gut liegen, denn mehr als 120 Haare werden nicht draufgehen (wie gesagt, so genau kann ichs auch nicht feststellen).

Grüße,  
Peter

PS: Shampoo-mäßig verwende ich Alpecin C1 Coffein Shampoo.

---