

---

Subject: Vorgehen nach Minox - Fin

Posted by [Heidiho](#) on Sat, 22 Feb 2014 11:08:22 GMT

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

---

Hallo liebe Forummitglieder,

dies ist mein erster Beitrag und erstmals vorab: vielen Dank fuer die vielen informativen Posts!

Auch bei mir haben sich die ueblichen Symptome eines erblich bedingten Haarausfalles bemerkbar gemacht. Tonsur ist i.O., GHE werden groesser. Trichoscan lieferte "harte" Fakten. Ich lebe (relativ) gesund, ernaehre mich vielfaeltig und habe laut Allgemeinarzt keine Mangelercheinung.

Seit ca. 1,5 Jahren nehme ich kontinuierlich 1mg Finasterid, jedoch von verschiedenen Herstellern (entweder ueber eine Internetseite welche hier im Forum geposted wurde oder direkt in der Apotheke). Nach ca. 5 monatiger Behandlung habe ich auch Minoxidil hinzugefuegt - erst von fluessig und dann den Foam. Sporadisch Silizium, Biotin und andere NEMs.

Es bleibt festzuhalten dass Fin meinen Haarausfall (evtl.) verlangsamt hat, er jedoch gerade in den GHE kontinuierlich fortschreitet. Bei Minox bin ich ob der Wirkung nicht sicher. Ich habe es kontinuierlich morgens und abends ueber einen ca. 4 monatigen Zeitraum angewandt, hier jedoch das Gefuehl, dass die Haare "schneller" ausfallen (und ich rede hier nicht vom shedding) als normal. Wie gesagt, schwierig objektiv zu ueberpruefen, jedoch anscheinend schlage ich nicht sehr positiv darauf an.

Meine Frage bezieht sich auf das weitere Vorgehen:

- Dutasteride? Ob der NW bin ich mir dessen nicht sicher. Nicht zugelassen, sehr gespaltenes Feedback im Forum.
- Pilos (hier dir erstmals auch vielen Dank) bietet noch mehrere Selbstpanscher-Optionen an - z.B. KET mit Wodka. Sollte man hier nochmals einen Versuch wagen, Minox mit dieser Lotion zu verbinden, um den Wirkungsgrad zu erhoehen - auch auf die Gefahr hin dass mir (wiederum subjektiv) mehr Haare ausfallen da ich Minox wohl nicht so vertrage?
- Nehme ich das falsche Minox? Bei den Herstellern bin ich - wie oben angesprochen - oft zwangslaeufig zwischen verschiedenen Anbietern gewechselt. Kann dies ein Effekt haben? (ich denke zwar nicht ist aber eine Option?).
- Kaffee, Stress, Lebenswandel ... => autogenes Training? Die Meinungen hierzu sind ja sehr gespalten

Kurzum: Welches Vorgehen wuerdet ihr mir raten?

Beste Gruesse