

---

Subject: NW2a möchte sich dem Haarausfall stellen - benötigte Tipps

Posted by [Arma](#) on Fri, 09 May 2014 09:10:05 GMT

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

---

Hallo,

Ich war in den letzten Wochen hier häufig als stiller Mitleser aktiv und möchte nun sehr zeitnah den Kampf gegen meinen HA antreten. Ich benutzte schon seit Ende 2010 Fin, setzte es jedoch aufgrund von Nebenwirkungen im November 2013 wieder ab (leide auch an deftigen psychischen Problemen).

Anfangs nahm ich 1mg täglich, später alle 2-3 Tage und ich habe nun das Gefühl, dass sich die Haare wieder schneller verabschieden und auch dünner geworden sind.

So ein starkes AAD kommt für mich nicht wirklich in Frage, auch wenn häufig dazu geraten wird. Vielleicht gibt es ja auch hinsichtlich des HA nicht ganz so wirksame, aber dafür weitestgehend NW-freie Alternativen?

Ich möchte in erster Linie die Zeit ein bisschen aufschieben und hoffen, dass neue Methoden der Haarmultiplikation und vielversprechende Stoffe wie CB in den nächsten Jahren als bessere Lösungen fungieren.

Ich möchte noch erwähnen, dass ich generell schon immer sehr dünnes, leicht fettendes Haar hatte. Mit anständigen Haaren wären meine GHE wohl nicht so auffällig.

Ich dachte grob an folgendes Regimen:

Minodoxil 1-2x täglich (evtl auf 3,75% verdünnt)

Dermarolling 1x wöchentlich (wollte mit 0,5mm beginnen)

KET - haltiges Shampoo 3-4x wöchentlich (dachte an Retina Shampoo)

Zink - hat hier jemand Vorschläge zu einem NEM - Produkt

Siliziumgel / Kieselsäuregel - soll Haare dichter machen - würde um Produktvorschläge und Anwenderhinweise bitten

Ich generell offen für anderweitige und vor allem auch natürliche Hilfsmittel, auch wenn die Wirksamkeit oftmals als sehr zweifelhaft gilt. Polyphenole von Äpfeln hörten sich großartig an, jedoch sind sie in notwendiger Konzentration nicht als NEM zu erwerben oder gibt es doch ein Produkt?

Vielleicht hat noch jemand Vorschläge um speziell die Haardichte zu verbessern?

Es wurde ja auch häufiger von Shedding bei der Anwendung von Minoxidil berichtet. Kann man dem entgegen wirken? Vielleicht mit PDG2 (hatte da etwas gelesen, jedoch wenige deutsche Quellen gefunden). Ich habe Berichte gelesen, bei denen Minodoxil den Haarstatus letzten Endes verschlechtert hat. Das ist natürlich nicht mein Ziel.

Eine letzte Frage zu Fin. Ich hab von einer Studie gelesen, welche angibt, dass Fin bei 0,02 mg täglich immer noch eine Wirksamkeit von 50% aufweist. Was meint ihr dazu und ist es überhaupt möglich es in solch geringen Konzentrationen zu beschaffen? Wie sieht es mit den NW aus?

Erstmal vielen Dank für eure Hilfe!

Arma

---