

---

Subject: No Poo (Kein Shampoo verwenden) + meine Geschichte

Posted by [cephei](#) on Mon, 12 Jan 2015 17:54:58 GMT

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

---

Hallo liebe Leidensgenossen,

ich bin bald 32 Jahre alt und habe noch einen recht guten Status, ich schätze mal zwischen NW 1 und 2. Wenn ich kaschiere sieht es beinahe nach NW 0 aus. Ich muss mir immer Volumen hinzuschummeln, das mache ich bereits seit ich 20 bin mit Haarspray. Aber selbst mit einem frischen Kurzhaarschnitt liegen meine Haare eigentlich noch recht schön über den Geheimratsecken ohne, dass ich viel Haare dahin ziehe wo sie sein sollen. Womit ich aber schon seit langem kämpfe ist einfach die Haarfülle (eher Diffus). Ich habe Fotos von früher gesehen, und ich hatte schon wirklich manchmal sehr schlimme Phasen wo es beinahe krankhaft aussah. Ich gehe oft zu meinem Hausarzt und rede mit ihm darüber, er sagt immer ihm fällt da bei mir gar nichts auf, was mich jedesmal freut. Dennoch bin ich nach wie vor am kämpfen da ich einfach der Meinung bin, dass der diffuse Anteil womöglich behebbar wäre und ich echt Superhappy mit meinen Haaren sein könnte. Was mich sehr stark zum nachdenken bringt, ob mein Haarwuchs nicht wirklich gesundheitlich beeinträchtigt ist, kommt daher, dass mir in meinem Alter nach wie vor kein Bart wächst, zwar mehr als mit 20 aber nichts ernstzunehmendes, am Kinn hat es sich relativ sauber verdichtet, trotzdem muss ich nur alle 2 Wochen mal rasieren, an den Wangen sind so 4-5 Härchen, mehr nicht. Was mich auch stutzig macht ist, dass meine Beinbehaarung sehr unregelmäßig wächst, da sind dann einige Haare wirklich bereits 1 cm lang und etwa 50% wachsen so garnicht. Das sieht wirklich seltsam löchrig aus, und das kannte ich bisher auch noch nicht.

Ich habe einige Jahre Finasterid genommen, auch mal 2-3 Jahre am Stück, jedoch immer mal so halbes Jahr Pause dazwischen. Gerade bin ich seit etwa einem halben Jahr komplett off, vorher etwa ein halbes Jahr 0,25 - 0,5 mg genommen. Minox habe ich vor kurzem wieder angetestet, davon krieg ich wirklich schlimme Augenringe + seltsames befinden.

Was bei mir sehr gut hilft ist Sikapur, was mich auch zu einem wichtigen Punkt bringt, ich bin seit ich denken kann untergewichtig und habe jede Menge Mangelerscheinungen. Wenn ich Sikapur verwende hab ich binnen zwei Tagen wesentlich mehr Bartstoppeln und der Bart + Kopfhaare fühlen sich fester an. Ich würde sogar behaupten das passiert direkt nach der ersten Einnahme von Sikapur.

Worauf ich aber mit diesem Post eigentlich rauswollte ist folgendes: Ich habe heute einen Bericht bei Taff gesehen, da hat sich eine Frau 6 Wochen lang die Haare nicht gewaschen, und wenn dann nur mit Apfelessig und Backpulver. Jetzt hab ich das gegoogelt und nur das selbe schwammige Zeug gefunden was man sonst auch findet. Was mich jedoch wirklich zum nachdenken gebracht hat ist, dass diese Frau im Bericht wirklich bei einer Hautärztin war und die Ihre aktiven Haarwurzeln in einem bestimmten Bereich untersucht haben und festgestellt haben, dass statt 130 (etwa, weiss die Details nicht mehr sicher) etwa 170 Haare "aktiv" waren. Wenn das wirklich derartig positiv wirken kann sollte man das dann nicht mal ausprobieren? Ich meine ein Viertel mehr Haare wäre doch der Wahnsinn oder?

Ich hab noch ein Foto von meinen Beinhaaren dazugepackt, diese kurzen Haare waren vor zwei Tagen, bevor ich Sikapur wieder begonnen habe, halb so lang. Ich werde mal die Tage

beobachten ob die Haare am Bein so gleichmäßiger Wachsen, und wenn ja Hoffe ich Stark, dass es sich auch noch Stärker auf den Kopp auswirkt wie bisher.

Danke für eure Aufmerksamkeit

### File Attachments

---

1) [beinhaare \(2\).jpg](#), downloaded 476 times

