
Subject: Ich nehme die Herausforderung an
Posted by [typhoon123](#) on Thu, 13 Aug 2015 07:14:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Zusammen!

Ich habe mich schon länger hier im Forum eingelesen und habe nun den Entschluss gefasst dem Haarausfall den Kampf anzusagen

Kurz zu mir:

Ich bin 21 Jahre alt und leide wie alle anderen auch an Haarausfall. Meinen aktuellen Status würde ich als Norwood 3 bezeichnen (Ja, mich hat es echt früh und hart getroffen).

Was habe ich bisher gemacht? Bis vor einigen Monaten hatte ich noch lange Haare um meine Geheimratsecken zu verstecken. Mein Haarausfall ist auch nur den wenigsten aufgefallen, ich selber habe mich jedoch schon lange damit herum gequält. Ihr kennt das ja draußen immer aufs Wetter achten und wie windig es ist, damit jah nichts „auffliegt“

Also kurzerhand zur Maschine gegriffen und die Haare auf 3mm runtergestutzt! Das Umfeld hat unterschiedlich reagiert. Es ging von „Oh mein Gott, was hast du denn gemacht“ bis hin zu „Hey, das sieht aber weitaus besser aus als vorher“. Negatives habe ich bisher nicht zu hören bekommen, außer dass ich nun weitaus älter aussehen werde nun meist auf 25+ geschätzt.

Ich möchte meinen aktuellen Haarstatus jedoch gerne halten, beziehungsweise schauen inwiefern ich noch das Maximum rausholen kann. Ich habe ein Regimen ausgewählt, welches günstig und auf die Dauer auch umsetzbar ist.

Es sieht folgendermaßen aus:

- Finasterid 1,25mg/Tag
- 2x täglich Kirkland Minoxidil Lösung
- Jeden zweiten Tag Regenepure DR Shampoo
- Jeden Tag 5mg Biotin

Mein Wunsch wäre den Haarstatus zu halten und etwas Dichte hinzu zu gewinnen. Ich möchte das Regimen auf jeden Fall 1 Jahr durchziehen um zu schauen wie ich auf die Medikamente reagiere. Sollten schwerwiegende NW's auftreten breche ich natürlich ab.

Meine Frage Sollte ich von ein auf den anderen Tag mit allem auf einmal starten oder z. B. erst mit Minoxidil oder Finasterid alleine beginnen (welche ja die zwei wirkungsvollsten Wirkstoffe sind)?

Hat jemand andere Vorschläge, oder kann ich so den „Kampf“ starten?

Gruß
Typhoon
