Subject: Viele Fragen zu den eigenen Haaren
Posted by bobbi_re on Fri, 18 Dec 2015 17:02:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Moin allerseits,

dies hier wird mein erster Post. Bitte entschuldigt, falls es doch einige viele Fragen werden aber ich kenne mich mit dem ganzen Thema noch nicht so wirklich aus.

Zu mir: Ich bin männlich, 25 Jahre alt, habe/ hatte immer schöne blonde Haare. Mein Vater hat ebenso volles Haar, die Goßväter jedoch hatten eine Glatze, soweit ich mich entsinne.

Ich hatte seit ich denken kann einen recht hohen Haaransatz und im Laufe der Zeit dann eben auch die leidigen Geheimratsecken, die immer höher wurden. Ca. 2013 habe ich dann bemerkt, dass die Haare etwas lichter werden und nun in den letzten Jahren hat dies immer mehr zugenommen.

Ich habe daraufhin verschiedene Tests gemacht bei meinem Hautarzt, z.B. einen Test auf Pilze, der negativ war, einen Zupftest, ein Trichogramm etc.

Von dem Verlauf meines Haarausfalls her meinte sie jedoch direkt, dass erblich bedingter HA definitiv eine Komponente sei. Das Trichogramm zeigte, dass das „Ausfallen" durch Stress etc. weiter beschleunigt wird. Stress heißt in meinem Fall seit ca. 1 Jahr Panikattacken, Tod eines engen Familienmitglieds, leichte Hypochondrie, Unzufriedenheit mit dem eigenem Gewicht, Freundin hat vor 'nem Monat auch noch Schluss gemacht etc.

Meine Ärztin meinte daraufhin, sie verschreibt mir Minoxidil (Regaine), würde mir jedoch dringend von Propecia abraten, da sie insbesondere die erhöhten Risiken hinsichtlich Unfruchtbarkeit und Hodenkrebs scheuen würde (sie meinte das würde in Doktorkreisen unter dem Tisch so kommuniziert und das sei schlimmer als die Nebenwirkungen hinsichtlich Libido etc.) hat es mir jedoch dennoch verschrieben und meinte es liege an mir „was mir meiner Haare wert seien zu riskieren".

Nun nutze ich Koffein-Shampoo beim Haarewaschen und Minoxidil seit Ende August 1x täglich (abends) jeweils in den Geheimratsecken (hatte mal gelesen, dass sich bei 2x täglich schnell ein „Gewöhnungseffekt" einstellt?). Heißt ich spraye den Schaum auf und massiere ihn ein.
Leider gibt es bisher keine sichtlichen Effekte, bzw. mir kommt es eher so vor, als sei es viel schlechter geworden in der Zeit. Die Geheimratsecken werden immer höher und seit Neuestem lichtet sich auch die vordere Haarpartie an der Stirn, was mir extrem Angst macht.

Nun zu meinen Fragen:

1) Sollte ich mit Minoxidil weitermachen? Wenn ja, lieber 1 oder 2x pro Tag? Am ganzen Kopf oder weiterhin nur in den Geheimratsecken? Sollte ich den Schaum lieber auftragen und nicht einmassieren sondern trocknen lassen? Wann kommen die ersten feinen Häärchen? Dachte bereits nach 4 Monaten...?

2) Kann es sein, dass es sich immer noch um die „Shedding-Phase" handelt? Dachte die

müsste schon längst vorbei sein?

3) Wie schlimm können Nebenwirkungen von Propecia wirklich sein? Kenne viele Freunde, bei denen es gut gewirkt hat. Bin jedoch psychisch stark vorbelastet und meine momentane Lebenssituation macht es auch nicht besser, deswegen habe ich eher Furcht es auszuprobieren..?

4) Was könnt Ihr mir sonst noch empfehlen, bsp. an Shampoos oder Ähnlichem?

5) Macht es bei meinem momentanen „Haarstand" noch Sinn oder soll ich lieber gleich rasieren oder ans Transplantieren denken?

6) Könnte es sein, dass auch einiges stressbedingt ist und manche Haare wiederkommen, wenn es einfacher wird in meinem Leben?

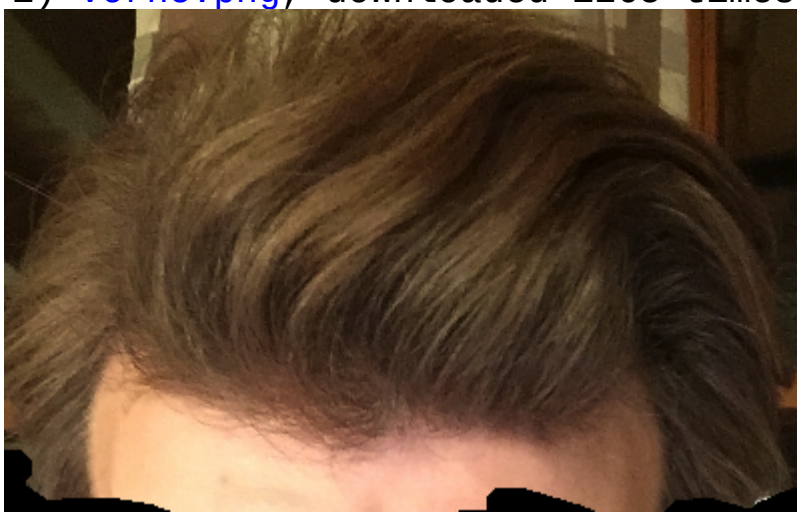
7) Ich stylte meine Haare bisher immer gerne. Sind hochwertige Stylingprodukte schädlich, bzw. ist Föhnen schädlich oder Haare waschen? Habe inzwischen immer Angst, dass ich „noch mehr kaputt mache"..

Versuche nebenher noch Gewicht aufzubauen, heißt ich esse möglichst viel Eiweiß und Kohlenhydrate ist das kontraproduktiv für die Haare?

Anbei aktuelle Bilder meiner „Haarpracht".

PS: Wieso kann ich in diesem Forum keine Fotos sehen, bzw. öffnen? Sehe immer nur den kleinen Icon..

Viele Grüße!

File Attachments

1) vorne.png, downloaded 1265 times