
Subject: Vorstellung+Fragen, 22Jahre

Posted by [PLK1993](#) on Mon, 13 Jun 2016 17:56:00 GMT

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

Hallo Leute,

habe mich soeben hier im Forum angemeldet und habe direkt mal ein paar Fragen und möchte mich vorstellen.

Also ich stell mal meine Hauptfrage und mein derzeitiges Hauptanliegen voraus.

Wer so nett ist und sich mehr Zeit für mich nehmen mag für den kommt dannach sozusagen meine komplette Geschichte.

Also zur Hauptproblematik:

Kann ich Regaine 5% bedenkenlos mit Wasser mischen (50:50 Mischung) um den Alkoholspiegel zu halbieren, da der Alkohol allem anschein nach im Verbund mit Stress bei mir zu starken Kopfhautjuckreiz bishin zu richtiggehenden Schmerzen geführt hat, klar würde dann auch das Minoxidil selber bei nur noch 2,5% liegen aber habe sowieso eine Zeit lang 2% mit recht guten Ergebnisen genutzt.

Denn der Alkohol ist ja auch zum haltbar machen der Lösung da, außerdem wären bspw. Bakterien o.Ä. wohl auch nicht gut für meine Wohl recht anfällige Kopfhaut.

Evtl. destilliertes Wasser ? Ist vielleicht garnicht nötig da so vorsichtig zu sein, aber mittlerweile ist mit Vorsicht lieber als Nachsicht.

Mehr zu mir:

Ich bin ein junger Kerl, werde nächste Woche 23, aus dem Schwabenländle und studiere derzeit Wirtschaftswissenschaften im 6. Semester.

Treibe gerne Sport - 3x die Woche Fitnessstudio, 1x die Woche Fußball.

Etwas längere Haare/mittellanges Haar.

Zunehmend mehr Haare im Waschbecken, auf den Schultern, etc habe ich wohl mit etwa 19-20 Jahren entdeckt, ob das wirklich schon Haarausfall war oder es noch im natürlichem Rahmen lag, wusste ich damals nicht da man ja sagt dass man tägl. 50-100 Haare verliert und ich schlecht einschätzen konnte ob es noch im Rahmen liegt, und ich weiß es heute nicht, aber halte es für sehr wahrscheinlich dass das der Startschuss war weswegen ich heute schon über deutlich Lichtereres Haar verfüge.

Hatte damals schon "Angst" um mein Haar, bin aber eher mit guter Ernährung und "normaler" Haarpflege dagegen "vorgegangen".

Richtig ernst genommen habe ich es dann etwa letzten Frühsommer, also ziemlich genau vor einem Jahr mit 21/22, da mir Leute denen ich vertraue, sprich: weder Arschkriecher noch Leute die Gefallen da finden meine Moral anzukratzen (mein Bruder, Cousin sowie ein guter Freund), gesagt haben dass mein Haar doch deutlich Lichter geworden ist, vor allem ist es wohl auffällig geworden da ich mich mit Ihnen länger nicht gesehen habe (Harte Prüfungsphase meinerseits, Ausland Ihrerseits).

Bin dann zum Arzt, Blutbild gemacht, alle Werte in Ordnung.

Minoxidil in Form von Regaine verschrieben bekommen und aufgeklärt worden dass es da den

Weg über Finasterid gibt.

Finasterid o.Ä. ist aber leider garnicht mein Fall, würde nur sehr ungern etwas einnehmen was solch schlimmen potentiellen Nebenwirkungen hat hinzu kommt dass ich nicht gerade der Fan von der einnahme Chemischer/unnatürlicher Substanzen bin (Minox ist da sogar schon die Ausnahme da es lediglich von aussen aufgetragen wird), da ich der Meinung bin dass wir heutzutage schon genug "unnatürliche" Einflüsse auf uns hinnehmen müssen.

Also habe ich dann etwa ab Juli/August Regaine benutzt, schön stur regelmäßig alle 12 Stunden und nie früher als 4h dannach geduscht.

Anfangs etwas mehr HA registriert (aber soll es ja glaube ich auch), dann nach etwa 5 Wochen wirklich eine deutliche Besserung festgestellt.

Statt zuvor beim duschen immer ein paar Haare in der Hand, auf den Schultern und auch über den Tag verteilt einige Haare auf den Schultern, beim durchs Haar fahren immer ein paar in der Hand ab da an einfach nahe zu nichts - mal ab und zu 1-2 Härchen beim duschen, manchmal sogar keins, im Laufe des Tages nahezu nie heruntergefallene Haare auf den Schultern und und und. Einfach DEUTLICH besser, kaum bis keine ausfallenden Haare am Tag registriert, von da an nach etwa 2-3 Monaten habe ich und dann auch bereits erwähnte Personen auch schon ein optisch deutlich besseres Haarbild gesehen, mein Bruder kam beispielsweise aus dem Ausland zurück und sagte mir - ohne dass er wusste dass ich Minox benutze - ohne Nachfrage darauf dass mein Haar wieder deutlich fülliger geworden ist.

Dieser positive Verlauf ging dann so bis etwa Mitte/Ende Februar weiter, sprich: 6 Monate wirklich gute, meine Erwartungen übertreffende Ergebnisse, kaum mehr ausfallende Haare, besseres Haarbild.

Übrigens habe ich Anfangs etwa 2 Monate Regaine 5% benutzt, dannach etwa 4 Monate aus Geldgründen habe ich Cooper 2% benutzt, womit ich wenn überhaupt dann vielleicht sogar leicht bessere Ergebnisse und ein besseres Gefühl hatte.

Etwa Anfang Februar hatte ich dann vorerst kein Minox mehr (kein Geld gehabt um es Vorzeitig zu bestellen, als ichs dann unbedingt bestellen musste hat der Versand auch noch auf sich warten lassen), habe so etwa 1,5-2 Wochen zwar weiter 2 mal am Tag aufgetragen, allerdings mit jeweils ein paar Spritzern weniger um zu "sparen", dann bis das Zeug dann endlich kam so 4-7 Tage keins verwendet. Schien dann schon langsam wieder leicht mehr HA zu werden, aber nur ein klein wenig, war noch nicht beunruhigend und vielleicht sogar ne Fehleinschätzung.

Anfang bis Mitte Februar hatte ich übrigens eine besonders stressige Prüfungsphase falls dass ein weiterer Faktor sein sollte.

Von da an ging es (stark) bergab .

Als ich dann Ende Februar/Anfang März wieder richtig eingestiegen bin fing es damit an dass meine Kopfhaut nach etwa einer Woche stark gereizt war.

Starker juckreiz, bishin zu richtiggehenden Schmerzen, und immer stärker werdendem Haarausfall.

Das ging dann etwa einen 1,5 Monate so, war wirklich Schlimm, ich konnte aufgrund des Juckreizes und der Schmerzen (Die Kopfhaut an sich, aber auch "herkömmliche" Kopfschmerzen) kaum lernen. Der Haarausfall wurde immer stärker, sogar ein wenig schlimmer als ganz am Anfang vor der Behandlung, mein Haarbild hat sich wieder verschlechtert.

Vor allem aber auch beim Sport und starkem Schwitzen war das jucken sehr stark und beim Duschen dannach nochmal mehr Haare in den Händen, hat da fast garnicht mehr aufgehört, wenn ich durchs haar bin war immer was dran.

Habe Minox dann erstmal komplett abgesetzt weil das so mit dem jucken nicht weitergehen konnte, worauf hin es sich nach einer zeit auch langsam täglich gebessert hat.

Bin dann auch zum Arzt und er meinte meine Kopfhaut wäre leicht rot, wenn überhaupt dann nur ein klein wenig entzündet. Die gehabten Probleme können vor allem daran liegen dass in der Minox Lösung zum Haltbar machen ja Alkohol enthalten ist und ich solle den Schaum ausprobieren.

Habe dann erstmal etwa 3 Wochen garnichts benutzt um meine Kopfhaut nich zu strapazieren und gescheit lernen zu können.

Habe dann etwa vor einem Monat mit dem Schaum angefangen, Juckreiz ist nicht wirklich zurück bis auf ein paar vereinzelte Tage, ist nicht gerade schön aber nichts im Vergleich dazu was davor war.

Jedoch würde ich lieber wieder auf die Lösung zurück umsteigen, aber sollte sie dafür wohl eher verdünnen wenn es geht.

Der Schaum ist bei meinen mittellangen Haaren einfach schwer aufzutragen, Wirkung stell ich nicht wirklich fest, aber benutze ja auch erst seit 1 Monat.

Außerdem werden durch den Schaum meine Haare „strohiger“ und habe einfach ein schlechteres Haargefühl dadurch. War bei der Lösung nicht so.

So noch was zu meinem Haarbild.

Geheimratsecken sind leicht da aber ist glaube ich im normalen Rahmen, hatte ich glaube ich schon immer so, wenn dann nur leicht voranschreitend.

Generell HA eher am Hinterkopf.

Dort aber komischerweise vor allem auf der rechten Seite, habe hinten rechts ein deutliches Loch, wird wohl auch durch meinen „Wirbel“ an der Stelle und meine generelle Frisur also den Fall meiner Haare begünstigt, ist aber auch ungeachtet dessen hinten rechts etwa RedBull Dosen groß (wenn das eine gängige Maßeinheit ist) deutlich Lichter als es sonst schon am sich allmählich lichtenden Hinterkopfes ist.

Neben meinem Hauptanliegen mit der Mischung von Minox würde ich mich natürlich noch über generelle Tipps freuen - vor allem zur Stärkung meiner Kopfhaut und hiermit Bekämpfung des Juckreizes etc.

Bin eigentlich zu fast allem bereit außer der Einnahme von Medikamenten mit solch möglichen Nebenwirkungen a la Finasterid.

Ich danke schon mal im voraus

Grüße