

Freunde der Haare,

viel zu selten sehe ich qualitativ hochwertige Erfahrungsthreads, in denen wirkliche Entwicklungen getrackt werden: Mit vergleichsbaren Bildern untermalt und regelmässigen Updates versehen. Dabei könnten genau solche Threads so unendlich wertvoll sein. Aber okay, es ist natürlich viel Arbeit, und angeblich gibt es noch etwas anderes im Leben als das Thema H\*\*\*ausfall... :roll:

Mir macht das allerdings Spass, und dieser Thread soll ein von mir seit langem geplantes Projekt werden, auf das ich mich sehr freue. Ausserdem kann ich mir so von der Community regelmässig auf mich zugeschusterte Tipps holen. Genial, wie ich finde. In diesem Sinne...

Herzlichst Willkommen zu meinem persönlichen Mit-Haarausfall-Rumschlag-Thread! :pistol:

-----  
Die Gegenwart:

Bevor Du auf die Bilder klickst, lass Dir gesagt sein, dass dies kein klassischer Thread mit "schlechtem Status und dann Fin-Neuwuchs" ist, sondern dass ich einen sehr guten Status habe, meine AGA eben frühzeitig erkannt habe und diesen Status nun mit niedrigsten Nebenwirkungen solange wie es geht halten möchte. !:

:arrow: Alter: 21, männlich :roll:

:arrow: Aktueller Status (12.09.2018): <https://imgur.com/a/thxiW1r>

Ein paar werden vielleicht sagen, der Junge spinnt doch. "Wenn ich seine Haare hätte, würde ich vor Freude in die Luft springen." Ich kann das zwar verstehen, aber ich bin mir zu 100 % sicher dass ich ausdüne. Morgens im Bett, die ganze Matraze voll mit Haaren. In doofem Sonnenlicht schimmert die Kopfhaut durch wie sonst was. Tonsur ist bei mir dank dem Wirbel auch katastrophal...

Es ist AGA, nur eben frühzeitig erkannt.

Hier auch mein Rat an alle Newbies. Lasst Euch nicht von manchen "Spezialisten" hier im Forum einschüchtern. Ihr kennt Euren Kopf am besten und könnt Veränderungen selbst am besten einschätzen. Viele hier fangen gar nicht an mit Dir über Treatments zu reden und lachen Dich aus bevor Du nicht NW2 bist. AGA ist und bleibt jedoch AGA, egal wie weit fortgeschritten. Und je früher man handelt, desto besser. Proaktives Handeln ist das A und O bei AGA, nur vergessen das Menschen, bei denen "proaktiv" nicht mehr möglich ist, sehr gerne...

-----  
Die Vergangenheit:

:arrow: Vor exakt 12 Monaten (12.09.2017): <https://imgur.com/a/ZC3q6Wo>

:arrow: Sehr alte Bilder von mir: <https://imgur.com/a/qyOzMtV>

:arrow: Mein Opa & Mein Vater: <https://imgur.com/a/QfDmNy6>

Medikamente: Probiert habe ich Finasterid, habe es aber nach sexuellen Nebenwirkungen und nachfolgender Recherche wieder abgesetzt. Das Zeug rühr ich nie wieder an. Sehr dumm von mir rückblickend. Meine Devise: Nicht ein einziges Haar ist mir auch nur minimaler Libidoverlust wert.

RU58841 hatte ich auch schon mal im Boot, hatte aber anscheinend eine zu hohe Dosis und habe nach leichtem Herzstechen wieder abgesetzt.

Unregelmässig wurde auch mit Ket & Minox Topicals herumexperimentiert, allerdings nichts ernsthaftes.

-----  
Die Zukunft:

Im Laufe der Zeit und des Mitlesens auf diesem Forum habe ich mir zwei "Merkzettel" angelegt, mit Sachen die ich irgendwann vielleicht probieren werde. Ziel war immer Haarausfall Stopp + Minimaler Neuwuchs bei möglichst geringen Nebenwirkungen. (Daher ist beispielsweise FIN auf dieser Liste nicht vertreten)

:arrow: Meine Pläne für AGA Behandlung falls aktuelles Treatment nicht funktioniert:

<https://drive.google.com/open?id=1cr9FQT7EnmzKORetIAvgzH63mQPvzbrm>

:arrow: Meine How To RU58841 - Sammlung:

<https://drive.google.com/open?id=1-dr-fl2eFeSlgCtHdMoFp-TSYtUKS5TR>

Diese Dokumente werden konstant geupdated.

Regimen für die kommenden Monate:

Volle Breitseite. Möchte meinen Haarausfall zuerst stoppen. Danach werde ich nach und nach Dosen runterschrauben und Treatments ausschleichen. Zuerst jedoch will ich meine AGA zu einem Full Stop bringen.

!: RU58841 25mg/Tag auf 2.5 ml verteilt. 3 Wochen on / 1 off. BIFON Träger (Ich weiss, veraltet, aber ist extra. Erklärung im Dokument). Einmal täglich Abends auftragen. E1D.

!: KET-Lotion Variante 4 (mit Avocadin) 3 ml, 30 min einwirken., E2D.

!: Dermarolling Im Gesicht & am Haaransatz, E21D.

!: Kokosnussöl Ueber Nacht im Haar lassen. Beruhigt Kopfhaut, gibt Haar optisch Fülle. E21D.

!: Kopfhautmassagen 5-10 Minuten. Jeden Tag, in der Arbeitspause. E1D.

!: Thickening Shampoo <https://www.amazon.de/dp/B003USGPL2> Das fühlt sich einfach nur gut an und ich schreibe ihm einen zumindest optisch positiven Effekt zu.

!: Supplements eher für Sport aber gut trotzdem... 3 Paranüsse, Zink, Vit B, Vit D3, Vit K2, Biotin, HiLife <https://www.vitaminexpress.org/en/hilife-multivitamin-capsules> (1 Kapsel). E1D.

!: Lifestyle täglich Fitnessstudio, gesunde Schlafhygiene, Masturbation 1x pro Woche, Kein

Zucker, Keine Refined Carbs, Kaloriendefizit bis auf 10% Körperfett.

Beste Seite für Supplement Research --> <https://examine.com/>

(Die Links sind keine Werbung von mir sondern ehrliche Empfehlungen. Ich habe mit diesen Leuten nichts zu tun!)

-----  
MEHR als genug gelabert. Es geht los:

Hier könnt ihr ab jetzt monatliche, oder zumindest vierteljährliche Updates erwarten. Immer mit den selben Kameraeinstellungen, Perspektiven, Settings und Informationen. Quality Posts incoming... 8)

Uns allen viel Glück... Und Gesundheit... Und Haare. :roll:

Bis bald!

- Schnuggi

---