

Moin,

hab mich rauf und runter gelesen, aber das Thema ist so komplex, daß ich doch lieber mal nachfrage.

Also, bin 47 Jahre alt, hatte schon immer dünne Haare, aber im letzten Jahr hat es sich nochmal deutlich verschlechtert. Inzwischen gibt's auch nen sichtbares "Loch" (keine scharfen Kanten).

Hab aber keinen "Haarausfall". Soll heißen, die Haare sitzen fest und im Duschabfluß landet nur sehr wenig.

War vor 2 Jahren oder so mal bei einer entsprechenden Ärztin. Die hat ne Stelle rasiert, irgendwas eingefärbt, Foto gemacht und dann paar Tage (Wochen?) später nochmal nen Foto gemacht und verglichen. Ergebnis: Altersbedingter Haarausfall, oder sowas ähnliches. Hat mir irgendwas von Wachstumsphasen erzählt, und daß das bei mir nicht so gut aussieht oder so. Ist schon ne Weile her, von daher erinnere ich mich nicht mehr an die Details.

Hier kommt aber die wichtige Info: Sie meinte, ab einem gewissen Alter wirken Finasterid u.ä. nicht mehr, aus irgendwelchen Gründen, oder wird einfach nicht mehr benötigt, oder was auch immer. Sie hat mir deshalb Minoxidil empfohlen, was ich seitdem mehr oder weniger regelmäßig topisch verwende. Nur nervt mich das ganze (Anwendung morgens versaut die Frisur, Anwendung abends bleibt halb auf dem Kopfkissen), und ich bin recht vergeßlich, also ist es doch eher unregelmäßig. Bin mir auch nicht sicher, ob es überhaupt was bringt. Weiß natürlich nicht, wie es ohne aussehen würde.

Meine Fragen nun:

- 1) Hat die Ärztin recht, daß ich Finasterid (und andere DHT Hemmer) gar nicht erst probieren muß, aufgrund meines Alters?
- 2) Hab über Ket-Shampoo gelesen. Ist das nur für Leute, die Probleme mit der Kopfhaut haben? Ist bei mir eher nicht der Fall. Oder ist das trotzdem einen Versuch wert?
- 3) Gibt's außer Minox noch was anderes, was einen Versuch wert wäre (in Kombi oder statt Minox)?
- 4) Irgendwelche Tips für sinnvolle Nahrungsergänzungen (falls das überhaupt Sinn macht)?

Überlege jetzt, mal eine Mini-Dosis Minox oral zu probieren, statt topisch, weil mich das einschmieren tierisch nervt. Vielleicht schaffe ich das dann auch mal wirklich regelmäßig...

Bin für jegliche Tips dankbar! :thumbup:

LG, Mathias.

---