

---

Subject: minox, propecia, vitamine: was kann ich noch machen?? (anfänger im fachbereich haarausfall)

Posted by [Floxi](#) on Sun, 08 Oct 2006 16:39:09 GMT

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

---

hallo,

kurze vorstellung meiner person bzw meines leidensweges:

28 jahre alt, männlich. von ca 21. lebensjahr bis 27. lebensjahr bodybuilding mit anabolikakonsum. während dieser zeit keinen ha bemerkt (trotz der anabolen steroide, die ja einen erhöhten dht-spiegel mit sich bringen). im frühjahr 2006 endgültig mit steroiden aufgehört. seit anfang sommer massiven haarausfall im frontbereich/stirn und ghe. laut blutbild keine mangelerscheinungen, schilddrüsenwerte auch im normbereich, testosteron auf grund der vorangegangenen zufuhr von exogenem testo (sprich steroiden) im unteren normbereich, steigt aber langsam von selbst wieder in den mittleren normbereich von alleine (laut arzt).

hautarzt diagnostizierte anlagebingten ha, hamilton typ 2. warum der ha nicht schon vor jahren durch den anabolikakonsum (der ja bei menschen mit prädisposition ha auslösen kann) begann, konnte er auch nicht ausreichend erklären.

seit anfang august 1mg propecia und 2mal täglich rogain 5%. ende august extremer ha-schub, arzt erhöhte dosis propecia für 4 wochen auf 2mg am tag (um laut arzt schneller wirkstoffspiegel aufzubauen), seit heute nehme ich wieder 1mg am tag. außerdem hat er mir noch el-cranell alpha aufgeschrieben, daß ich aber nur unregelmäßig anwende (laut forum hier bringts eh nix).

seit etwa 2-3 wochen hat sich der ha verlangsamt (subjektives empfinden).

im moment sieht meine therapie also so aus:

rogain 5% minoxidil morgens und abends 1ml

1mg propecia morgens

1 multivitamintab centrum

2 haut/haare/nägel-tabs von dr. böhm

klettenwurzelöl nach bedarf (wenn durch minox juckende kopfhaut)

schüsslersalze nr 11 und nr 8 (sollen gut für haare sein)

habe hier im forum erstmals von medis wie spiro oder fina topisch gelesen.

da ich möglichst alles tun will, um meinen haarstatus zu verbessern, bin ich um jeden tipp dankbar, was ich noch machen kann. vor allem dieses spiro scheint ne gute sache zu sein? und welche vitmaine, mineralien, nems etc. machen sinn?

ist das von mir verwendete klettenwurzelöl ne gute lösung gegen das minox-bedingte kopfhautjucken? gibts alrnativen?(habe generell eine sehr trockene haut, also auch kopfhaut)?? fragen über fragen.

danbke euch für eure hilfe,

lg floxi

---