
Subject: Finasterid Upregulation?

Posted by [sonys](#) on Sun, 21 Aug 2022 11:05:39 GMT

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

Hallo zusammen

Ich melde mich nach ein paar Jahren Ruhe vom HA hier leider zurück. Zu mir (m, 30):

- Minox 1x täglich seit ca. 2010 (nach Beginn HA nach Roaccutankur gegen Akne)
- Ab Ende 2016 Fin oral 1mg 1x täglich mit wenigen kurzen (ein paar Tage) Unterbrüchen ohne spürbare NWs (das Thema on/off habe ich leider verpasst, was evtl. untenstehendes Problem ausgelöst hat :/)
- Minox 2x täglich während Homeoffice zw. 2020 und Frühling/Sommer 2021, m.M.n. in diesem Zeitraum mehr Haardichte und -dicke, danach wieder 1x täglich

Seit 2018 trage ich die Haare als mm-Schnitt, weswegen ich die Haarlinie und -dicke ziemlich genau verfolgen kann. Diese sind bis vor Kurzem relativ konstant geblieben. Nun zu meinem Problem: Letzten Sommer hatte ich bereits das Gefühl, eine Art Shedding nach meinem Urlaub zu durchlaufen (auch hatte ich wieder auf 1x tägl. Minox gewechselt), Haarstatus war aber noch akzeptabel und hat sich im Winter evtl. wieder ein wenig verbessert. Seit Kurzem verliere ich aber ziemlich heftig Haare in den GHE und m.M.n auch ein wenig am Oberkopf. Die Haare in den GHE werden dünner und der Haaransatz wandert nach oben (kann bei Bedarf auch Fotos hochladen). Ausserdem hat bei mir vor drei Wochen wieder die Trichodynne eingesetzt, welche unter Fin verschwunden war (evtl. kommt das auch davon, dass ich nun fast jeden zweiten Tag Ket-Shampoo verwendet habe und neu Minox topisch zweimal täglich verwende, was meine Kopfhaut ziemlich austrocknet). Da es mittlerweile nicht mehr so stark auftritt, kann das auch von der „Panik“ in Zusammenhang mit der Entdeckung des einsetzenden HAs liegen.

Folgendes könnte ich mir als Gründe/Kombination von Faktoren für die Verschlechterung vorstellen:

- Upregulation der AR-Rezeptoren, da Fin durchgehend eingenommen wurde (von on/off habe ich leider erst jetzt erfahren). Ich hatte seit Roaccutan eine trockene Haut, diese ist nun m.M.n. wieder fettiger, seitdem ich den HA bemerkt habe (evtl. bilde ich mir das auch nur ein, habe davor nicht so genau darauf geachtet). Auch habe ich keine Schuppen mehr von Minox im Gegensatz zu früher, weil die Kopfhaut evtl. fettiger ist. Fettige Haut ist, soweit ich weiss, ein weiteres Indiz für eine Upregulation.
- Nehme Minox meist nur noch einmal täglich, das aber schon seit Mitte 2021, könnte verantwortlich für das letztjährige Shedding sein
- hatte starke Stressperioden, welche sich jeweils mit der Verschlechterung des Status deckten
- Allgemein ziemlich viel Stress, wenig Bewegung/Sport und wenig Schlaf in den letzten beiden Jahren
- Urlaub mit starker Sonneneinstrahlung, wie letztes Jahr habe ich den Haarverlust im Sommer und besonders im und nach dem Urlaub wahrgenommen. Ich habe auch von mehreren Personen hier gelesen, die momentan ebenfalls einen erhöhten HA feststellen, vlt. ist es eine Art Fellwechsel
- Einzug im Oktober 2021 in eine Wohnung, in welcher sich eine relativ hohe Schimmelbelastung der Luft herausgestellt hat; wird wohl nicht daran liegen, erwähne es aber fürs Gesamtbild trotzdem

Wie ihr seht, ein eher ungesundes Leben die letzten beiden Jahr :/ Bin aber daran, das zu ändern. Da ich bereits das Standardrepertoire gegen HA nutze, bin ich ein wenig ratlos, was ich sonst noch machen könnte. Habt ihr irgendwelche Vorschläge?

Ich habe nun wieder angefangen, Minox zweimal täglich zu nutzen und werde wahrscheinlich auch Ket-Lotion herstellen und verwenden anstelle des Shampoos. Macht das Sinn?

Ausserdem spiele ich mit dem Gedanken, Microneedling eine Chance zu geben. Hat jemand gute Erfahrungen mit der Kombi Dermapen 0.5 mm und Minox gemacht?

Ich habe gesehen, dass hier einige tüchtig needeln :) Hab mich auch im zugehörigen Thread bereits ein wenig eingelesen.

Wenn ich tatsächlich eine Upregulation durchlaufen sollte, kann ich das irgendwie testen? Soll ich bei Fin mit 3on/1off beginnen oder denkt ihr, das ist bei mir schon zu spät, da die AR-Rezeptoren allenfalls schon upreguliert sind? Oder kann ich damit trotzdem beginnen ohne grösseren Schaden auszulösen? Ich nehme an, eine Upregulation kann nicht (so einfach) rückgängig gemacht werden? Habt ihr sonstige Ratschläge?

Falls das alles nichts helfen sollte, hätte ich ich noch Ru zuhause. Dieses habe ich 2017 erworben, jedoch nie gebraucht. Wäre Ru in Kombination mit Fin oral eher overkill? Kann Ru bei Upregulation überhaupt noch genügend wirken oder ist es dann keine Alternative mehr zu Fin? Hat das Ru von 2017 (damals Dose geöffnet) signifikant an Wirksamkeit verloren?

Vielen Dank für eure Hilfe :)
