

---

Subject: DER GROSSE TEST: Fin + Minox abgesetzt! Mal schauen, was passiert...  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 Feb 2007 21:10:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe Freunde des vollen Haars!

Da ich nun schon (zufällig) 3 Wochen Fin-frei bin, habe ich beschlossen diese Situation gleich mal auszunutzen um einen Test zu starten.

Vom 10. Februar bis einschliesslich Ende April werde ich kein Minox und kein Fin mehr schlucken (Fin schon seit Mitte Januar nicht mehr). In meinem Regimen bleiben einzig und allein Beta-Sitosterol + Sägepalme in der doppelten bisherigen Dosis sowie 6 Phythoöstrogen-Kapseln.

Also (jew morgens und abends):

375 mg Beta-Sitosterol (insgeamt 750 mg)  
320 mg Säge (insgesamt 640 mg)  
insgesamt 150 mg Isoflavone (6 Rotklee Kapseln)

sonst nichts.

Wollen wir mal sehen, was die Haare dazu sagen.

Ich will jetzt endlich den Beweis haben, ob Sägepalme und co. gegen AGA helfen oder ob das ganze ein Mythos ist.

Da es ja bis dato noch immer keine wissenschaftlichen aussagekräftigen Studien gibt, muss man halt selbst zur "Schaufel" greifen.

Schliesslich kostet Sägepalme und  $\beta$ -Sitosterol ein Haufen Geld. Und warum sollte ich ein Leben lang dafür Geld ausgeben, wenn diese Mittel gar nicht helfen, sondern einzig und allein Fin und Minox?

Ich denke mal 3 Monate ohne Minox und insgesamt 3,5 Monate ohne Fin ist schon ein relativ aussagekräftiger Zeitraum.

Sollten die Naturmittel also wirkungslos sein, so werden meine Haare auch sehr bald wieder ausgehen.

In diesem Fall werde ich dann Säge und  $\beta$ -Sitosterol ersatzlos aus meinem Regimen streichen.

Und sollte es doch helfen, so hätten wir endlich den Beweis.

Ich erwarte mir von den Naturmitteln keine grossartige Verbesserung meines Haarstatus. Ich erwarte lediglich, dass es sich nicht verschlimmert. Und wenn Säge und co. wirklich gegen AGA helfen, dann wird sich auch nichts verschlimmern. Das ist schon mal ganz klar!

Sollte sich mein Haarstatus schon vor Ende April deutlich verschlimmern, so breche ich den Test selbstverständlich vorzeitig ab und starte umgehend mit Dutasterid.

Ich bin jedenfalls sehr gespannt und werde Euch auf den laufenden halten! Auch die Anzahl der ausfallenden Haare werde ich regelmäßig analysieren und dann hier online stellen!

Ach ja, die ganzen NEMs wie Biotin, Vitamine u.s.w. bleiben natürlich im Regimen..

Bis dann,  
gruss  
Christian