
Subject: AC - Reloaded

Posted by [sedaris](#) on Tue, 29 May 2007 22:52:24 GMT

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

Hallo Anhänger und Kritiker der AC-Therapie!

Ich habe nicht schlecht gestaunt, als ich per Zufall entdeckt habe, dass sich das AC-Thema ein eigenes Nest in Form eines Unterforums gebaut hat. Ich glaube, mein letzter Eintrag ist schon eine Weile her (März oder so). Die Benachrichtigungen per Email wurden immer spärlicher, bis sie dann letztendlich ganz wegfielen. Dann wurde ich doch neugierig und stieß auf 'ne Menge Unterthreads zu diesem Thema (scheint ja doch irgendwie viele Leute zu mobilisieren)

Als ich damals die AC-Therapie entdeckt habe, stieß ich auch unweigerlich auf dieses Forum, da unter dem Begriff "AC" nicht viel zu ergoogeln war. Mein Entschluß stand aber von Anfang an fest, es wenigstens auszuprobieren. Ich muss aber fairerweise dazu sagen, dass ich von einem dichten Haarschopf (wie mit 18!) nach wie vor nicht träume. Eher erkannte ich die Vorteile, die für mich auf der Hand lagen...

Folgendes hat sich in den ersten drei Monaten gebessert/verändert:

- Meine Spannungskopfschmerzen sind Geschichte (Seitdem nur einmal!)
- Meine Falten auf Stirn und um die Zornesfalte sind (natürlich) weg. Bin mitunter fast schon faltenfrei, nur um die Augen herum habe ich ein paar Lachfalten. (Keine Angst, die gehe ich nicht an, so eitel bin ich dann doch nicht)
- Mein (überaus kompetenter) Arzt setzte auf meinen Denkanstoß hin die Injektionen nahe der Schläfe und in Richtung Kinnmuskulatur, wodurch ich im Schlaf nicht mehr die Zähne aufeinanderpressen kann. Dies war wahrscheinlich der Hauptgrund für meine Kopfschmerzen und meinen leichten Tinnitus.

Ich schlafe jetzt wie ein Baby, habe keinen Tinnitus und keine Kopfschmerzen mehr.

- Im Nachhinein habe ich noch einen Effekt bemerkt: Wenn ich abends meine Stirn eingekremt habe, spannte sich die Haut (je nachdem, in welche Richtung ich massiert habe), was mitunter etwas schmerzhaft war. Das ist jetzt auch nicht mehr der Fall, was für mich ein weiteres Indiz ist, dass Spannung in meinem Fall ein wichtiges Symptom darstellt

Das oben beschriebene war für mich ein Grund, die zweite Behandlung machen zu lassen. Die erste hatte ich am 2. Februar, die letzte ist jetzt Mitte Mai passiert. Einen Tag vor der zweiten Behandlung hatte ich wieder Kopfschmerzen, die mich an früher erinnerten. Auf der einen Seite bin ich froh ein Mittel gegen meine Kopfschmerzen gefunden zu haben, auf der anderen Seite stelle ich mir natürlich die Frage, ob ich nicht bei Ibuprofen bleiben sollte, da die günstigere Variante. (?????)

**UND JETZT ZU DEM, WAS EUCH WAHRSCHEINLICH ALLE BRENNEND INTERESSIERT:
HAT ES GEWIRKT (hinsichtlich der AGA)?**

Klare Antwort: Ja und Nein!

Gibt es neue Haare? ganz klar - JA

Habe ich meinen Haarausfall umgekehrt: JEIN

Kriege ich einen dichten Haarwuchs? ganz klar : NEIN

OK, bevor ich euch weiter verwirre, hier meine Geschichte:

Ich habe definitiv mehr Haare bekommen, obwohl es bei weitem nicht ausreicht, meine Glatze so zu bevölkern, dass ich den Eindruck habe, mir eine Frisur zulegen zu können. Ich kann euch nur versuchen zu berichten, was sich verändert hat.

Über der Stirn ist fast nichts passiert. Die wenigen Haare, die dort spriessen (18 an der Zahl - ich habe sie gezählt) sind zwar etwas stärker geworden, aber der Zuwachs hält sich in Grenzen. 7 neue Haare sind in diesem Prüfareaal dazugekommen. Das ist wirklich so verschwindend gering, dass es gar nicht zu erwähnen ist.

Was ich wie auch andere hier im Forum bemerkt habe, ist der Flaum, der dichter geworden zu sein scheint. Einen Aha-Effekt hatte ich an einem sonnigen Tag im Auto, wo mich eine kurzgeschorene goldene Matte im Rückspiegel anlänzte. Entweder habe ich nie darauf geachtet, oder sie scheint tatsächlich in Bewegung geraten zu sein.

Eine ganze Menge schwarzer Härchen sind auf der Oberseite der Glatze dazugekommen, komischerweise nur auf der linken Seite, die rechte 'hinkt' hinterher. Insgesamt hat sich an meinem (haarigen) Erscheinungsbild nicht viel geändert, nur wenn man genau hinschaut und das Ganze subjektiv mitverfolgt, ist ein ganz klarer Effekt auszumachen.

Ich sehe schon eure Fragezeichen, die meine Beschreibung hinterläßt. Aber ich kann genausowenig klar sagen: es wirkt/es wirkt nicht. Fakt ist: es passiert was. Ob das reicht. Vielleicht muss ich mich noch etwas gedulden...

Bei meinem zweiten Besuch habe ich den Arzt auf seine anderen Patienten angesprochen. Er war sehr ehrlich und hat mir gesagt, dass er insgesamt 5 (!) Pat. hat, die sich auf Grund der AC-Therapie bei ihm haben behandeln lassen. Bei dreien hat es nichts gebracht, die haben auch keine zweite Behandlung gewollt. Bei einem anderen sind bescheidene Erfolge im Hinblick auf zeitnah ausgefallene Areale nachvollziehbar. Ich bin der einzige, der auch eine INDIKATION von Anfang an hatte und bei dem sich am Meisten bewegt hat (Im Nachhinein hat mir auch der Arzt bestätigt, dass zwar wenig, aber definitiv etwas passiert ist!). Der Arzt wird inzwischen auch nicht mehr in der Liste der Ac-Site geführt(!). Hier zeigt sich schon, dass es nicht das Allheilmittel ist, auf das viele gewartet haben.

Mein persönliches Fazit lautet:

- Nur bei der Indikation 'Spannung' ist anzuraten, auch wirklich die Spannung durch Spritzen von Botox zu reduzieren. Vorteile sind nicht nur der Abbau der Spannung, auch andere Effekte stellen sich ein (Kopfschmerzen, Falten etc. sind weg/haben sich gebessert)
- Nicht für jeden ist diese Therapie geeignet. Langjährige Glatzenträger sollten noch warten. Die ACT ist nicht der Weisheit letzter Schluss.
- Bei beginnender AGA sollte man sich überlegen, die ACT zumindest als unterstützende Maßnahme zu betrachten (Wie gesagt: hier ist die Indikation wichtig!).
- Alles in allem ist der Haarausfall doch eine Nummer komplizierter, als uns die ACT weis machen will.

In meinem ganz persönlichen Fall hat mir die ACT das nötige Maß an Entspannung gebracht und alle Vorteile, die dies beinhaltet. Haare im Terminalstatus sind aber auch jetzt (nach fast 4 Monaten) eher als Mangelware zu bezeichnen.

Jetzt noch etwas persönliches: Ich finde es mindestens genauso perfide, wenn es immer die

gleichen sind, die in den Foren 'wüten' und alles madig machen. Ich kann Kritik vertragen, aber unnötiges rummaulen ist mindestens genauso verwerflich wie die Jungs, die ihr Produkt verkaufen wollen, und sich in Foren einschleichen...

Der Grund, warum ich mich monatelang nicht gemeldet habe, ist ganz einfach, dass man sofort, wenn man etwas positives schreibt, unterschwellig als Handlanger der Anbieter abgestempelt wird. Ich habe dieses Forum und auch andere Foren daraufhin untersucht und festgestellt, dass dies inzwischen zum 'guten Ton' in Foren gehört, andere als dämlich darzustellen, nur weil sie zu feige sind, selber etwas auszuprobieren.

Meinem Bericht kann man hoffentlich klar entnehmen, dass die ACT nur mit Abstrichen funktioniert, und das nicht bei jedem.

Eine echte Alternative ist sie definitiv nicht!