

---

Subject: SAMMELTHREAD , alles gute für die Haare  
Posted by [Feels](#) on Wed, 30 May 2007 17:15:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo

ihr Haargeplagten, ich wollte ein kleinen Sammelthread aufmachen, indem ihr alles aufschreibt was es sich lohnt zu probieren und welche mineralien/vitamine man supplementieren sollte?

Welche Medikamente gibt es gegen Haarausfall (erblich bedingt)?

Welche Mineralien/Vitamine oder sonstiges ist überlegenswert zu supplementieren?

Inwieweit spielen Alkohol/Drogen eine Rolle?

Wer hat genaue Erfahrungen mit Dutasterid? Manche sagen es wär besser+verträglicher

Zu mir: hab Haarausfall erblich bedingt(Opa,Vater,Bruder) Bruder hatte mit 25 schon fast keine Haare mehr..

Momentan hab ich noch Haare mit GHE un ein bisschen im Ansatz ist gelichtet, allgemein werden sie immer dünner oben drauf, aussen und hinten sind sie top!

Mein Dosis momentan:

1g Finasterid

20mg Zinkchelat

ab+zu multivitamin

2xKet-Shampoo

---