
Subject: Minox - Was ist die Minimaldosis? Dosis um Shedding zu vermeiden?

Posted by [ernstl](#) on Tue, 05 Feb 2008 02:14:06 GMT

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

Hallo,

ich habe etwas (und langsam auch etwas mehr..) ausgedünntes, feines Haar. Ich habe vor 3 Jahren für etwa 12 Monate Fin genommen. Der Erfolg war nicht spektakulär, aber in Ordnung (Haare waren dicker und schöner, "gesünder", geworden). Habe allerdings Fin wegen den Nebenwirkungen abgesetzt und möchte auch nicht nochmal damit anfangen (sehr müde und schlaffe Nudel. Nach dem Absetzen war wieder alles bestens).

Nun wird mein Haar immer lichter, die Haarlinie steht (noch) und ich muss was tun. Mein Ziel: Ich möchte vorrangig nur die Haare halten und etwas dicker werden lassen. Und das über eine möglichst lange Zeit.

Ich hab mir nun bei Biovea einen 4er Pack Minox (5%, im Nachhinein hätte ich vielleicht mit 2%igem anfangen können) bestellt und möchte nun mal wissen, welche Dosis gerade noch wirkt und welche Dosis am wenigsten Shedding verursacht?

Ich dachte an nur 2-3 mal die Woche auftragen? Bringt das dann überhaupt was? Meinungen?

Interessant wären dazu auch die Studien zu Minox, falls die jemand hat.

ernstl

Subject: Re: Minox - Was ist die Minimaldosis? Dosis um Shedding zu vermeiden?

Posted by [eragon](#) on Tue, 05 Feb 2008 06:28:44 GMT

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

Manchen bringt schon die empfohlene Tagesdosis nichts. Da du auch hier etwaige Erfolge erst nach frühestens 3-4 Monaten feststellen kannst, verlierst du Zeit. Wenn du das Minox 1:1 mit Wodka verdünnst, kommst du auf eine 2,5% Lösung und sparst eine Menge Geld. Ich würde das 2 x am Tag mit je 1 ml anwenden. Soll laut Studie nach 1 Jahr etwa auf gleiche Ergebnisse kommen wie 5%. Shedding hin oder her, duscht du auch ohne Gefahr zu laufen nass zu werden?

Viel Erfolg

Subject: Re: @Langzeitanwender

Posted by [ernstl](#) on Tue, 05 Feb 2008 08:48:38 GMT

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

Ich sagte aber, dass ich nicht auf schnelle Ergebnisse aus bin. Ich möchte wissen, welche GERINGST-Dosierung bei Langzeitanwendung:

- a) Den Haarstatus zumindest hält und
- b) Langfristig die geringsten Nebenwirkungen hat. AUCH nach dem Absetzen.

Das ist sicherlich individuell anders, aber die Profis haben bestimmt ein paar Erfahrungswerte mit der Langzeitanwendung.

Danke für den Tipp mit dem Wodka.

Subject: Re: @Langzeitanwender
Posted by [eragon](#) on Tue, 05 Feb 2008 09:07:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ernstl schrieb am Die, 05 Februar 2008 09:48 Ich sagte aber, dass ich nicht auf schnelle Ergebnisse aus bin.
Das sagtest du vielleicht aber geschrieben hast du es nicht!

ernstl schrieb am Die, 05 Februar 2008 09:48 Ich möchte wissen, welche GERINGST-Dosierung bei Langzeitanwendung:

a) Den Haarstatus zumindest hält und

a) Du hast es selbst gesagt - individuell! Was bei mir gilt, kann bei dir schon zuviel sein - oder zu wenig!

ernstl schrieb am Die, 05 Februar 2008 09:48 Ich möchte wissen, welche GERINGST-Dosierung bei Langzeitanwendung:

b) Langfristig die geringsten Nebenwirkungen hat. AUCH nach dem Absetzen
b) die Minimaldosis, die zu Erfolg führt. Nach dem Absetzen geht alles wieder flöten, aber keine Angst, das tut nicht weh.

Tut mir leid da muß ich ansonsten passen, meine Glaskugel ist gestern vom Tisch gefallen.

Du wirst wohl für dich selbst das richtige Regimen finden müssen.

Subject: @Pilos und Langzeitanwender
Posted by [ernstl](#) on Tue, 05 Feb 2008 13:09:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

eragon schrieb am Die, 05 Februar 2008 10:07

b) die Minimaldosis, die zu Erfolg führt. Nach dem Absetzen geht alles wieder flöten, aber keine Angst, das tut nicht weh.

Tut mir leid da muß ich ansonsten passen, meine Glaskugel ist gestern vom Tisch gefallen.

Nix für Ungut, aber ich will deine Glaskugel nicht fragen....

Ich bin zum Beispiel an den Erfahrungen von MEHREREN Langzeitanwendern und zB auch Klinischen Studien zu Minox interessiert. Wie für jedes andere Medikament gibt es für Minox mit SICHERHEIT eine Studie über die Wirksamkeit bei unterschiedlicher Dosierung (Pilos, hast du eine Studie zu Minox?). Da könnte ich dann zB erfahren, falls meine Anvisierte 2-malige Anwendung pro Woche mit Wahrscheinlichkeit X völlig unterdosiert ist.

Also jetzt nochmal an alle Langzeitanwender meine Frage: Was ist für EUCH die minimal wirksame Minox-Only Dosierung, die wenigstens den Haarstatus bei EUCH über längere Zeit gehalten hat?

Danke für deine Antworten, Eragon. Aber ich will mir aus den Erfahrungen Anderer einen Mittelwert bilden. Und wenn es klinisch belegt ist, oder von mehreren hier einen Hinweis darauf gibt, dass zB meine Anvisierte 2malige Anwendung pro Woche völlig Wirkungslos bleibt über einen größeren Zeitraum, brauche ich nicht damit 1 Jahr zu experimentieren.

Subject: Re: @Pilos und Langzeitanwender
Posted by [humboldt](#) on Tue, 05 Feb 2008 15:06:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pilos meint ja, dass schon Minox 3x wöchentlich eine Wirkung hat! Ich hab´ sogar das 2%ige runterverdünnt auf 1% und wende das ein paarmal pro Woche abends in Kombination mit etwas Genhair-Finlotion an. Morgens nehme ich aber nur die reine Fin-Lotion.

Ich denke, selbst ETWAS Minox kann gut sein, allein schon wegen der Synergieeffekte zum Fin. Es gibt ja viele Studien, wo die Kombination aus beiden Mitteln bessere Resultate gebracht hat als die Summe der Einzel-Anwendungen! Insofern...

Und mehr als 0,5% oder 1% kann ich nicht nehmen, dann kommen gleich wieder die Nebenwirkungen wie Müdigkeit, Schwindel, trockene Augen, Mops Gesicht etc.

Gruß, humboldt

Subject: Re: @Pilos und Langzeitanwender
Posted by [ernstl](#) on Tue, 05 Feb 2008 15:25:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke, dann habe ich schon mal einen Anhaltspunkt.

Ist die Finlotion ähnlich in der Wirkung wie oral eingenommenes Fin? Wie sieht es mit den Nebenwirkungen aus? Zum Haare halten hat Fin bei mir recht gut geholfen, allerdings hab ich es vor 2 Jahren wegen den NWs abgesetzt und seither nix mehr für mein Haar unternommen.

Subject: Re: @Pilos und Langzeitanwender
Posted by [humboldt](#) on Tue, 05 Feb 2008 15:36:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich behaupte jetzt einfach mal, dass bei mir die Wirkung von topischem Fin nochmal besser ist als die von Fin oral. Ich hatte unter Fin oral niemals einen kompletten Stopp meines Haarausfalls, obwohl die Wirkung dennoch gut war. Die Haare verdichteten sich zusehends, aber das Duschsieb war selbst nach mehreren Monaten noch immer ganz ordentlich gefüllt mit Haaren. Jetzt, nach nur ein paar Wochen Fin topisch, ist da gar nichts mehr drin, kann's selbst kaum glauben!

Bzgl. Nebenwirkungen muss ich das allerdings schon wieder relativieren. Die Libido ist auch unter Fin topisch eingeschränkt, müder bin ich auch mehr als komplett ohne Fin und trockene Augen habe ich auch wieder etwas bekommen.
Dennoch von der Nebenwirkungs-Intensität her kein Vergleich zur oralen Einnahme!

Für mich ist das jetzt der Kompromiss solange, bis es bessere Sachen auf dem Markt gibt, die die AGA auch wirklich bei der Wurzel packen können!
Eine Übergangslösung also, vom Wohlbefinden auch nicht zu vergleichen mit der Situation, wenn man wirklich gar nichts nimmt und der DHT-Spiegel normal ist!
Auch topisch wirkt systemisch...

Subject: Re: @Pilos und Langzeitanwender
Posted by [ernstl](#) on Tue, 05 Feb 2008 15:46:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das könnte auch ein Kompromiss für mich sein. nach dem Absetzen von Fin waren die NWs innerhalb eines Monats (eher kürzer) wieder verschwunden.

Wie mischst du dir das zurecht? Ich glaube ich hab noch ein paar Proscar übrig.

Subject: Re: @Pilos und Langzeitanwender
Posted by [humboldt](#) on Tue, 05 Feb 2008 15:53:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nehme keine Proscar, ich nehme die Fin-Lotion von genhair. Wenn du Tab's verwendest, ist halt das Problem, dass die Füllstoffe mit in die Kopfhaut penetrieren können, was evtl. Allergien oder Kopfhautirritationen auslösen kann.
Einige lassen die Lösung ein paar Stunden stehen, dass sich die Füllstoffe absetzen können und schöpfen dann von oben ab. Ist mir aber zu umständlich, ich nehme gleich die saubere Lösung.

Ich mische mir bei 100 ml Lösung:
- 50ml Wodka
- 2ml Genhair-Lotion
- 23 ml PPG

- 25 ml (destilliertes) Wasser

Ins Minox kann man einfach etwas der Finlotion beimischen.

Vielleicht probier´ ich es später mal mit der doppelten Menge Fin, also 4 ml. Das wäre dann die Dosis, die pilos empfiehlt. Aber bisher hab´ ich in der Dosis der Mazzarella-Studie sehr guten Erfolg. Bin mal gespannt, wie es in den nächsten Wochen mit Neuwuchs aussieht!

Gruß, humboldt

Subject: Re: Minox - Was ist die Minimaldosis? Dosis um Shedding zu vermeiden?
Posted by [bananas](#) on Tue, 05 Feb 2008 16:01:13 GMT

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

Da habe ich auch noch eine Frage zu.
Ich habe noch nie Monix probiert, aber ich stelle mir das so vor:

Die Haare rücken ja nach - wenn es eine Wirkung gibt, müsste ja dann zwangsläufig das Haar erstmal ausfallen, damit ein (hoffentlich) besseres nachwachsen kann. Eine ab und zu Behandlung mit Minox hätte dann welches Ergebnis?

Wenn nix ausfällt, ist alles so wie vorher, wenn was ausfällt, sind wir beim Shedding.

Ich würde das ja auch mal gerne probieren, ich verliere nach der Haarwäsche jedoch maximal nur 2 Haare.

Ciao und Dooyoo Tester sind zwar manchmal "ein Völkchen für sich" - jedoch auch oft glaubwürdig. Ich habe von mehreren Fällen gelesen, die minimalen oder gar keinen akuten Haarausfall hatten und Minox einfach mal zum Aufpeppen probiert haben.

Die Haare fielen durchs Shedding aus und selbst nach 6-12 Monaten kam noch nicht mal der Ursprungszustand zurück. Klar, die wenig Informierten werden nach dem ersten Shedding zeitgleich damit aufhören. Es gibt jedoch auch die besagten Durchhalter, die nachher schlechter da standen.

Hmmmm.

Subject: Re: @Pilos und Langzeitanwender
Posted by [ernstl](#) on Tue, 05 Feb 2008 16:02:21 GMT

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

Also ich hätte da noch gerade 2 Proscar übrig und kein Geld für andere Mittel.

Kann ich die zwei Proscars einfach wie du beschrieben hast in Alk. lösen? Wie viel Alk. sollte ich

dann nehmen und wie lange würde das halten? Ich hab mir gerade mal im Fin Forum ein paar Berichte angesehen, sieht so aus, als bräucht man nur ein Fitzelchen Fin?

Gruß, Ernst

Subject: Re: Minox - Was ist die Minimaldosis? Dosis um Shedding zu vermeiden?
Posted by [ernstl](#) on Tue, 05 Feb 2008 16:09:28 GMT

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

Mit meinem ungebildeten Wissen und jugendlichem Leichtsinn behaupte ich mal, dass man schön blöd sein muss ein wirksames Medikament mit entsprechenden NWS "einfach mal so" zu nehmen.

Und ohne Ahnung von der Materie zu haben stelle ich mir vor, dass es aus eben diesem Grund einfacher ist ein funktionierendes System zu stören, als ein gestörtes System wieder funktionstüchtig zu machen.

Oder wie wir Informatiker sagen: "Never touch a running system"

Subject: Re: Minox - Was ist die Minimaldosis? Dosis um Shedding zu vermeiden?
Posted by [eragon](#) on Tue, 05 Feb 2008 16:24:02 GMT

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

Man kann sich von oben nach unten- oder auch von unten nach oben rantasten. Entsprechend den NW, das ist wohl von Person zu Person anders - eben individuell. Ich glaube beinahe, ich könnte mir eine ganze Dose Regaine auf den Kopf schütten, außer Schuppenbildung wär da nix bzgl. NW. Aber ob das besser helfen würde bezweifle ich. Ebenso bezweifle ich die Wirksamkeit einer zu geringen Dosis. Am Ende muß jeder für sich selbst entscheiden oder einfach bei der empfohlenen Dosis bleiben.
