
Subject: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [TonsiX](#) on Wed, 02 Jul 2008 07:13:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leidensgenossen,

ich bin 30 Jahre alt und habe eine schleichende AGA, die sich in den GHE und insbesondere in der Tonsur abgebildet hat bzw. immer noch in abgemilderter Form zeigt.

Therapieverlauf:

Die Wahl der Waffen ist vor 10 Monaten auf einen morgendlichen und abendlichen Einsatz von Regain 5 % gefallen. Die bisherige Therapie ist durch einen idealtypischen Minox - Verlauf gekennzeichnet:

1. Shedding nach ca. 4 Wochen
- danach super Ergebnis -
2. Shedding nach 6 Monaten
- danach Status, wie zu Therapiebeginn -

Derzeitige AGA - Situation kommt durch eine sichtbare Verbesserung und für mich annehmbaren Haarstatus zum Ausdruck (tgl. Verlust von 50 - 70 HA).

Nebenwirkungen sind z.T. Schuppenbildung und z.T. Juckreiz, an den Stellen auf welchen Minox aufgetragen wird.

Für mich ungelöste Fragen:

Ich weiß, dass ich meine jugendliche Haarlinie bzw. -volumen nicht mehr zurück bekommen werde.

Aber ist möglich meinen jetzigen Status mit Minox only zu halten?

Kann ich evt. sogar die Intensität der Therapie auf 1 x Tag reduzieren, um einer Upregulation vorzubeugen ohne dass sich mein Status verschlechtert?

Danke für die Antworten.
Schöne Grüße

TonsiX

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [eragon](#) on Wed, 02 Jul 2008 08:51:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

TonsiX schrieb am Mit, 02 Juli 2008 09:13
Aber ist möglich meinen jetzigen Status mit Minox only zu halten?

Schau dir mal die Fünfjahresstudie für Minox 2%/5% an. Theoretisch sollte es bei einer schleichenden AGA (wie bei mir auch) einigermaßen klappen. Es gibt halt keine Studie die über die 5 Jahre hinaus geht. Einzelberichte über die längere Verwendung sind einfach zu individuell (wie der AGA-Verlauf auch).

TonsiX schrieb am Mit, 02 Juli 2008 09:13

Kann ich evt. sogar die Intensität der Therapie auf 1 x Tag reduzieren, um einer Upregulation vorzubeugen ohne dass sich mein Status verschlechtert?

Auch hier gibt dir die Vergleichsstudie 2%/5% Informationen. Da sich die 2% nicht so stark von der 5% unterscheiden, solltest du mit 1 x pro Tag auch klar kommen. Wenn du die doppelte Menge applizierst (falls das bei dir ohne NW möglich ist) erst recht.

Ich habe auch vor in einigen Monaten stufenweise auf 1 x pro Tag zurückzufahren. Habe auch keine Probleme bei Überdosierung, allerdings werde ich dann ausschließlich Foam verwenden (wegen den - bei doppelter Menge - sonst unweigerlich auftretenden Schuppen).

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend

Posted by [flex78](#) on Wed, 02 Jul 2008 09:14:21 GMT

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

Also ich bin aufgrund von Kopfhautproblemen von minox flüssig auf foam gewechselt und benutze diesen an 5 tagen die woche 1 mal. Wirkung ist bis jetzt gut!

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend

Posted by [TonsiX](#) on Wed, 02 Jul 2008 19:54:01 GMT

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

Danke für Eure schnellen und fundierten Antworten. Wie ich in Eurer Signatur sehe, führt alle beide Fin in Eurem Regimen. Vertraut Ihr der (Langzeit-)Wirkung von Fin mehr, als einer alleinigen Minox - Therapie?

@ eragon

Ich hoffe auch, dass eine stufenweise Verringerung der Dosierung, mich vor bösen Überraschungen schützen wird. Aber ein mulmiges Gefühl hat man(n) bei so einer "haarigen" Angelegenheit halt immer .

@ flex78

Die Wirkung ist trotz 1x Anwendung gut, aber läßt sich für Dich ein Unterschied zur 2 xigen Anwendung ausmachen (... außer den Nebenwirkungen natürlich...)?

Grüße

TonsiX

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Michi1986b](#) on Wed, 02 Jul 2008 20:03:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich wende schon immer nur 1 mal am Tag an! Wirkung sehr gut:)

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [flex78](#) on Thu, 03 Jul 2008 07:51:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich habe keinen Unterschied bei dem Wechsel von 2 mal auf 1 ma täglich feststellen können. Allerdings habe ich früher auch das flüssige verwendet und bin dann beim wechsel auf foam erst auf 1 mal täglich gewechselt.

Ich würde es aber jedem empfehlen minox nur 1 mal täglich zu verwenden. Allein um die kopfhaut zu schonen. Ich habe auch 8 monate gedacht, was stellen die sich alle so an mit minox. Hatte das Gefühl ich könnte mir soviel davon draufknallen wie ich will ohne dass es meiner Kopfhaut schadet. Tja und dann hat die Scheiße mit Hautrötung und Schuppen angefangen. Von daher denke ich das gerade bei minox weniger manchmal mehr ist.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [eragon](#) on Thu, 03 Jul 2008 08:19:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

TonsiX schrieb am Mit, 02 Juli 2008 21:54 Vertraut Ihr der (Langzeit-)Wirkung von Fin mehr, als einer alleinigen Minox - Therapie?

Fin und Minox haben ganz unterschiedliche Wirkungsmechanismen. Deshalb halte ich beides zusammen auf jeden Fall besser als Minox-Only. Fin-Only halte ich wiederum für besser als Minox-Only, weil ja die Empfindlichkeit gegenüber DHT trotz Minox weiterhin besteht und die AGA so unbemerkt fortschreitet. Setzt man dann ein paar Jahre später Minox ab, verabschiedet sich alles auf einmal, also die DHT geschädigten Haare vor Beginn Minox-Only + die neu hinzukommenden DHT geschädigten während der Anwendung. Darüber sollte man sich unbedingt im klaren sein! Deswegen halte ich die Kombination auch für ideal, zumindest nach heutigem Stand. Jedoch hängt es davon ab wie der Verlauf der AGA ist, schleichend oder zügig und Front/Tonsur. Bei geringen Problemen im Frontbereich würde ich es vorziehen nur Fin zu nehmen. Allerdings lichtet sich diese bei vielen Fin-Only Usern trotzdem munter weiter, während sich die Tonsur stabilisiert. Deswegen und um in meinem Alter das Maximum bei vertretbarem Aufwand und Risiko zu erreichen, nehme ich die Kombination Fin + Minox.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Jackson](#) on Thu, 03 Jul 2008 09:59:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Verwende seit fast 9 Monaten das flüssige Minox 3,5% nur 1xtägl.
Die ersten 6 Monate waren echt unfassbar da der Haarausfall auf 3-5 Haare/tägl.
zurückgegangen war. Hatte echt viele Haare dazugewonnen. Im Mai begann ein Shedding
(30-50 H/tägl.) der bis Heute anhält. Trotz des Haarausfalls ist mein Status immer noch sehr
gut! Ich für meinen Teil finde das Minox ein sehr gutes Mittel ist zur Bekämpfung von AGA und
rate wirklich JEDEN es für 1 Jahr auszuprobieren.

Ach ja um gegen das Jucken vorzubeugen, mache ich folgendes:

Verwende den flüssigen und den Foam abwechselnd (also an einem Tag flüssig am
nächsten Foam). Es juckt dadurch viel weniger.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [eragon](#) on Thu, 03 Jul 2008 10:39:27 GMT

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

Verläuft bei mir ähnlich Jackson. Ich erkläre mir das so:

Minox synchronisiert irgendwie die Haarzyklen und hält am Anfang Haare, die in der Ruhephase
sind, oder schon längst ausgefallen wären, etwas länger - bis sie dann letztendlich
ausgestoßen werden. Diese fallen dann gleichzeitig mit denen aus, die sowieso dran sind und
es entsteht der Eindruck von stärkerem Ausfall, ein Additionseffekt. Je nach Aggressivität der
AGA ist dann der optische Eindruck: Bei aggressiver AGA leidet die Dichte wieder, bei
schleichender AGA bleibt ein trotzdem besserer Status sichtbar. Bei AGA ist die
Wachstumsphase kürzer, es befinden sich also immer mehr Haare in der Ruhephase und fallen
dann aus. Die sollten aber wieder nachwachsen wenn man die Anwendung nicht frühzeitig
beendet. Nur sowas dauert ja bekanntlich und deswegen würde ich da noch etwas Zeit
investieren. Ein Haar wächst ja nicht in ein paar Wochen nach und ich schätze das es je nach
Zyklus mehrere Monate dauern kann, bis man es bemerkt. Wer da vorzeitig abbricht riskiert eben
auch dass sie wegbleiben, weil das nuneinmal der normale Verlauf der AGA ist und der negative
Einfluß von DHT, ohne einen Hemmer wie Fin, auch während der Minox Anwendung weiterhin
besteht.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Jackson](#) on Thu, 03 Jul 2008 11:12:28 GMT

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

eragon schrieb am Don, 03 Juli 2008 12:39 Verläuft bei mir ähnlich Jackson. Ich erkläre mir
das so:

Minox synchronisiert irgendwie die Haarzyklen und hält am Anfang Haare, die in der Ruhephase
sind, oder schon längst ausgefallen wären, etwas länger - bis sie dann letztendlich
ausgestoßen werden. Diese fallen dann gleichzeitig mit denen aus, die sowieso dran sind und
es entsteht der Eindruck von stärkerem Ausfall, ein Additionseffekt. Je nach Aggressivität der
AGA ist dann der optische Eindruck: Bei aggressiver AGA leidet die Dichte wieder, bei

schleichender AGA bleibt ein trotzdem besserer Status sichtbar. Bei AGA ist die Wachstumsphase kürzer, es befinden sich also immer mehr Haare in der Ruhephase und fallen dann aus. Die sollten aber wieder nachwachsen wenn man die Anwendung nicht frühzeitig beendet. Nur sowas dauert ja bekanntlich und deswegen würde ich da noch etwas Zeit investieren. Ein Haar wächst ja nicht in ein paar Wochen nach und ich schätze das es je nach Zyklus mehrere Monate dauern kann, bis man es bemerkt. Wer da vorzeitig abbricht riskiert eben auch dass sie wegbleiben, weil das nuneinmal der normale Verlauf der AGA ist und der negative Einfluß von DHT, ohne einen Hemmer wie Fin, auch während der Minox Anwendung weiterhin besteht.

Habe mir das selbe gedacht und werde mit der Behandlung auf jedenfall erstmal weitermachen. Das GROßE Problem mit Minox ist die Behandlungsdauer, denn wie lange hält man es aus Minox weiter zu schmieren... 2J,3J,5J...

Sobald man damit aufhört, gibt es ein riesen Haarausfall. Spreche da aus Erfahrung, da es meine zweite Behandlung mit Minox ist. Die erste Behandlung hat 13 Monate gehalten. Danach habe ich aufgehört in der Hoffnung Fin könne die durch Minox gewonnenen Haare halten. Dies hat sich nach 3 Monaten nach einem fatalen Irrtum erwiesen.

In der Minox Zeit hat mir mein Friseur ein paarmal gesagt wie Dick und Dicht meine Haare geworden sind. Und vorletzte Woche hat er mich wieder drauf angesprochen. Ich dachte dabei nur:

COOLE SACHE DAT !

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Jackson](#) on Thu, 03 Jul 2008 11:16:22 GMT

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

Ach ja, ich schmiere nicht regelmäßig Minox aber 4-5x die Woche werdens schon. Wette das es sogar 3x ausreichen würde. Hatte ja Pilos mal erwähnt.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [eragon](#) on Thu, 03 Jul 2008 13:00:30 GMT

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

Das denke ich auch. Kann ja sein, dass mit 3 x pro Woche eine Effizienz von z. B. 86% und mit 2 x täglich gerade mal 89% erreicht wird. Weiß man ja nicht. Dann kommt noch das individuelle Ansprechverhalten hinzu - Nummer Sicher heißt eben 2 x täglich 1 ml oder 1 x täglich 2 ml.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Dane](#) on Fri, 04 Jul 2008 06:01:09 GMT

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

Jackson schrieb am Don, 03 Juli 2008 13:12

Das GROßE Problem mit Minox ist die Behandlungsdauer, denn wie lange hält man es aus Minox weiter zu schmieren... 2J,3J,5J...
Sobald man damit aufhört, gibt es ein riesen Haarausfall.

wie bei jedem anderen medi gegen haarausfall. wenn man aufhört zu schmieren/schlucken ist auf kurz oder lang alles wieder weg, egal ob minox, fin, spiro, fluta oder sonst was anderes. daher verstehe ich die argumente gegen minox nicht!

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend

Posted by [TonsiX](#) on Fri, 04 Jul 2008 06:38:48 GMT

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

Hmmm... Ich werde es bei mir für's erste bei einer reduzierten Minox - Only belassen, da ich auch einen großen Respekt vor den Nebenwirkungen von Fin habe.

Grundsätzlich hatte Proscar im Rahmen der Therapieplanung eine Rolle gespielt, aber ein befreundeter Arzt hat mir eindringlich davon abgeraten ("...bei Deinem (jungen) Alter kann ich Proscar mit keinem guten Gewissen verschreiben..."). Wahrscheinlich muß bei mir der Leidensdruck noch größer werden, so dass ich auf Fin zurückgreifen werde.

Schöne Grüße
TonsiX

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend

Posted by [Jackson](#) on Fri, 04 Jul 2008 06:53:15 GMT

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

Dane schrieb am Fre, 04 Juli 2008 08:01 Jackson schrieb am Don, 03 Juli 2008 13:12

Das GROßE Problem mit Minox ist die Behandlungsdauer, denn wie lange hält man es aus Minox weiter zu schmieren... 2J,3J,5J...
Sobald man damit aufhört, gibt es ein riesen Haarausfall.

wie bei jedem anderen medi gegen haarausfall. wenn man aufhört zu schmieren/schlucken ist auf kurz oder lang alles wieder weg, egal ob minox, fin, spiro, fluta oder sonst was anderes. daher verstehe ich die argumente gegen minox nicht!

Fin zu nehmen ist viel einfacher als Minox und man hat z.B. kein Kopfhautjucken. Es wird dir wohl kaum entgangen sein, dass der Hauptteil der leute hier Fin nimmt. Minox wird eher aus dem Programm genommen als Fin, dass wollte ich damit sagen.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Fritz Fantom](#) on Fri, 04 Jul 2008 15:48:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dane schrieb am Fre, 04 Juli 2008 08:01

wie bei jedem anderen medi gegen haarausfall. wenn man aufhört zu schmieren/schlucken ist auf kurz oder lang alles wieder weg, egal ob minox, fin, spiro, fluta oder sonst was anderes. daher verstehe ich die argumente gegen minox nicht!

Also so vergleichen kann man das nicht! Minox zu nehmen ist jedenfalls kein Zuckerschlecken. Ständig schmieren, Hautcreme nachschmieren, schmieren, Wasser, nochmal Hautcreme. Wenn gar nichts mehr geht wegkratzen, jucken, wieder Creme einschmieren...
Fin hingegen ist einmal schlucken und das wars. Jedes Glas Wasser auszutrinken ist mehr Arbeitsaufwand als einmal ein kleines Stückchen zu schlucken.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Foxi](#) on Fri, 04 Jul 2008 16:37:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fritz Fantom schrieb am Fre, 04 Juli 2008 17:48Dane schrieb am Fre, 04 Juli 2008 08:01

wie bei jedem anderen medi gegen haarausfall. wenn man aufhört zu schmieren/schlucken ist auf kurz oder lang alles wieder weg, egal ob minox, fin, spiro, fluta oder sonst was anderes. daher verstehe ich die argumente gegen minox nicht!

Also so vergleichen kann man das nicht! Minox zu nehmen ist jedenfalls kein Zuckerschlecken. Ständig schmieren, Hautcreme nachschmieren, schmieren, Wasser, nochmal Hautcreme. Wenn gar nichts mehr geht wegkratzen, jucken, wieder Creme einschmieren...
Fin hingegen ist einmal schlucken und das wars. Jedes Glas Wasser auszutrinken ist mehr Arbeitsaufwand als einmal ein kleines Stückchen zu schlucken.

sollte ich jemals Erfolg damit haben werd ich auf jedenfall
reduzieren auf 3xpro Woche
oder Versuchen ganz abzusetzen

meine Haare hat vorher Fin auch gut verdichtet und gehalten
und hab kein minox gebraucht

hab ziemliche Probleme mit Minox
Hauptsächlich mit den Augen zu kämpfen und Müdigkeit
und schwindlige Birne
ein paar Tage ohne und ich fühl mich wie ein Neuer Mensch
geht mir da so wie anderen die unter Fin leiden

Foxi

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Gast](#) on Sat, 05 Jul 2008 00:19:58 GMT

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

Ich finde Minox total unproblematisch.
Mittlerweile noch nicht mal mehr Schuppen trotz 2 mal täglich 5% (abends Liquid morgens Foam).
Ist wohl individuell.

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [TonsiX](#) on Wed, 16 Jul 2008 16:24:48 GMT

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

Nachdem ich nun Minox vor 1,5 Wochen auf 9 Sprühstöße abendlich reduziert habe, lässt sich mein erster Eindruck wie folgt beschreiben:

1. geringere Kopfhautreizung (weniger Schuppen & Kopfhautjucken)
2. weniger Haarausfall

Natürlich ist es nur ein erster Eindruck, aber bin bisher trotzdem glücklich mit meiner Entscheidung.

Schöne Grüße

TonsiX

Subject: Re: Reduktion von 5% Minox auf 1 x am Abend
Posted by [Brosec](#) on Sat, 19 Jul 2008 00:11:17 GMT

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

Ich nehme minox nur mehr alle 2 Tage mit Fin gemischt...
Seit dem Fallen weniger Haare aus ich glaube, dass es jetzt täglich weniger als 50 sind...Ob der Status besser wird kann ich nicht genau sagen....Ist halt irgendwie schwierig zu beurteilen wenn man sich täglich im Spiegel sieht....'Achja hat jemand vielleicht den Link zu der 5 Jahres Studie?
