
Subject: bitte helft mir

Posted by [freddy](#) on Sat, 20 Feb 2010 19:11:08 GMT

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

Hallo,

Meine leidensgeschichte punktum haarausfall begann beriets mit 19. jetzt bin ich 23. letztes jahr habe ich für ein paar monate mit fin aufgehört, da ich dummerweise gedacht habe, dass bei mir eine ernährungsumstellung ala basisch reichen würde. minox hatte ich immer nur sporadisch genommen.

ende november aufgrund extremen haarausfalls am gesamten kopf habe ich wieder mit fin begonnen und seit anfang jänner nehme ich auch minox täglich 2mal. am hinterkopf und an den seiten hat der haarausfall praktisch aufgehört. aber im vorderen bereich wirds immer schlimmer. ich bin ratlos. habe mir gestern bockshornkapseln bestellt. war das eine gute idee?

was kann ich noch nehmen? und nein eigentlich ist mir das jetzt schon zu teuer, aber ich will meine haare halten bzw zurückhaben. ich hatte so verdammt geile haare früher, konnte mir richtigen afrolook machen. echt schade.

derzeitiges regimen:

fin (1,25)/tag

minox: morgens/ abends je 3ml (aufgrund der haarlänge die dichte ist längst nicht mehr wie sie mal war

Fluta: seit gestern abgesetzt, weil ich das gefühl gerade an den verwendeten stellen der haarausfall besonders stark ist

zink

biotin

folsäure

Ig freddy

Subject: Aw: bitte helft mir

Posted by [Mink](#) on Sun, 21 Feb 2010 16:18:18 GMT

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

Da Du "1,25mg" schreibst, gehe ich davon aus, dass Du Proscar teilst. Und das ist Dir dann trotzdem noch zu teuer ? Das sind doch nur Cent-Beträge am Tag....

Was wichtig ist, ist Konsequenz. Wenn Du mal ein bißchen dies und dann ein bißchen jenes nimmst, dann immer mal wieder absetzt, so wird das nichts mit dem Afrolook zurückholen. Ernährungsumstellung hilft Dir bei einer echten AGA null.

Minox kann helfen aber es gibt auch Leute, wo es kontraproduktiv war. Wenn man mehrere

Sachen in seinem Regimen parallel fährt, ist die Beurteilung immer schwer, was hilft, was bringt nichts und was schadet vielleicht sogar.

Fluta ist ein Rezeptorenblocker und es wird Dir zumindest nicht schaden. Eher ist es wohl so, da Du Fluta ja vermutlich genau in die Problemzone schmierst, bist Du der Ansicht, dass es schadet weil es dort schlimm aussieht. Aber da zäumst Du das Pferd falsch rum auf. Wunder solltest Du dennoch davon nicht erwarten, Fluta kann nur als weitere Ergänzung zu anderen Massnahmen herhalten.

Boxhorn gehört zu den NEM und ist genauso potent (oder auch nicht) wie Zink, Biotin, Bierhefe und Co.

Gruß Mink

Subject: Aw: bitte helft mir
Posted by [HirschGeweih](#) on Sun, 21 Feb 2010 16:28:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vorne ist sowieso immer schwierig haare zu halten oder nachwachsen zu lassen. Wie schon beschrieben konsequenz und geduld sind wichtig, gib dem fin noch ein paar monate zeit richtig zu wirken. Das teure wird auch nicht das proscar sein sondern wahrscheinlich eher das minox. Nimmst du das regaine oder kirkland freddy? Kannst ja auch auf kirkland umsteigen, genau die gleichen inhalstoffe aber billiger. Werd mir demnächst auch mal kirkland holen für abends weil das foam doch ziemlich aufs geld geht, und ich finde es sehr schnell leer wird. Hab das gefühl in meiner tube ist nur noch die hälfte drin...

Subject: Aw: bitte helft mir
Posted by [freddy](#) on Sun, 21 Feb 2010 22:21:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi,

ja ich teile proscar und teuer ist es ja auch nicht wirklich.
aber gemeinsam mit fluta und minox und boxhorn doch recht teuer.

von boxhorn kann ich also wieder vertraglich zurücktreten, weil wenn das gar nichts bringt sind mir das die knapp 100€ natürlich nicht wert.

mfg freddy

Subject: Aw: bitte helft mir

Posted by [freddy](#) on Sun, 21 Feb 2010 22:24:33 GMT

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

hallo,

ja, bin nun auch auf kirkland umgestiegen, das bekommt man ja auf ebay richtig günstig.

schöne grüße

freddy
