
Subject: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Fri, 23 Apr 2010 08:05:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Ich frag jetzt einfach mal so in die Runde welche Methoden es gibt und welche zu empfehlen sind.
mir fallen da konkret ein:

- 3on/1off
- jeden zweiten Tag
- 4on/3off, was den Wochenzyklus (7 Tage) angeht

bei den letzten zwei Methoden bin ich mir nicht sicher, ob diese auch von Fin Benutzer
angewendet werden ^^.

Falls ihr noch irgendwelche Methoden kennt, bitte reinschreiben.
(Hatte eigentlich auch eine Umfrage geplant, war mir aber nicht sicher ob die letzten zwei
offizielle Methoden sind .. daher hab ichs gelassen)

Ich möchte auch wissen, ob manche Methoden völlig sinnlos sind, oder ob welche dennoch
Sinn ergeben

vielen dank schonmal im Vorraus.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [Fin](#) on Fri, 23 Apr 2010 08:25:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

jeden tag und aufteilen auf 2 dosen.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Fri, 23 Apr 2010 08:41:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pablo1 schrieb am Fri, 23 April 2010 10:25jeden tag und aufteilen auf 2 dosen.

sprich also 2x täglich ?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?

Posted by [pilos](#) on Fri, 23 Apr 2010 09:10:17 GMT

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

Pablo1 schrieb am Fri, 23 April 2010 11:25jeden tag und aufteilen auf 2 dosen.

wozu? wenn das Fin-5ARII-Komplex eine Halbwertszeit von 28 Tage hat?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?

Posted by [Fin](#) on Fri, 23 Apr 2010 16:29:42 GMT

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

pilos schrieb am Fri, 23 April 2010 11:10Pablo1 schrieb am Fri, 23 April 2010 11:25jeden tag und aufteilen auf 2 dosen.

wozu? wenn das Fin-5ARII-Komplex eine Halbwertszeit von 28 Tage hat?

hab das gefühl das es so besser wirkt

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?

Posted by [pilos](#) on Fri, 23 Apr 2010 16:44:03 GMT

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

Pablo1 schrieb am Fri, 23 April 2010 19:29

hab das gefühl das es so besser wirkt

ok

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?

Posted by [MatzMaker](#) on Mon, 26 Apr 2010 09:35:41 GMT

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

ok nochmal kurz zu NW und halbierung der Fin Dosis:

1. Fin einnahme

- leichtes Jucken (nicht weiter schlimm - psychisch bedingt)
 - am 4. Tag Kopfbrummen (was sich bis 2. verschlimmerte)
2. am 9. Tag -> halbieren der Dosis auf 0,5 mg
- am 10. Tag keine verbesserung
 - bis heute leichte besserung (es wurde erträglicher)

und das habe ich vor:

eine woche nach halbierung der Fin Dosis auf 0,5 mg will ich jetzt auf 0,25 verringern
ist das sinnvoll oder soll ich noch zusätzliche Tablette gegen Kopfbrummen nehmen ?

ich nehme dann an einem Werktag 3 unterschiedliche Tabletten

1. Ritalin (ADS = Aufmerksamkeits Defizit Syndrom)
2. Fin
3. eventuelle Mittel gegen Kopfbrummen

(am Wochenende ist kein Ritalin nötig)

was ziemlich viel Arzneien für einen 18 Jährigen sind

was ist empfehlenswert ?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [Teardrops](#) on Mon, 26 Apr 2010 21:25:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

aufzuhören damit ist empfehlenswert, du bist erst 18 und wenn du wirklich von fin kopfbrummen bekommen hast dann setz es ab und nimm nicht noch zusätzlich irgend ein schei.. ein.

oder versuch erstmal 4 wochen lang 0,12mg einzunehmen die 1mg tabs bekommste mit nem guten cuttermesser ganz gut geteilt.

danach kannst du erhöhen auf 0,25mg hab ich auch so gemacht ging wunderbar nehme jetzt sogar manchmal 0,5mg ohne nebenwirkungen .

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [masqe](#) on Tue, 27 Apr 2010 16:05:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jeden Tag 1mg Fin.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Tue, 27 Apr 2010 17:39:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

masqe schrieb am Tue, 27 April 2010 18:05Jeden Tag 1mg Fin.

wiso täglich 1mg Fin, wenn ich davon übelstes Kopfburmen kriege ?!
wie ist das gemeint ?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [Teardrops](#) on Tue, 27 Apr 2010 21:36:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nein er meint wahrscheinlich das er die methode jeden tag 1mg fin am besten findet.
war wohl nicht auf dich bezogen.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Wed, 28 Apr 2010 05:34:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Teardrops schrieb am Tue, 27 April 2010 23:36nein er meint wahrscheinlich das er die methode
jeden tag 1mg fin am besten findet.
war wohl nicht auf dich bezogen.

achsoooo ^^ entschuldige
konnt ich jetzt nicht genau zuordnen.

also heute wird halbiert auf 0,25 ... wirkungseffekt dürfte fast nicht schlechter sein als 0,5 oder
?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [Fin](#) on Thu, 29 Apr 2010 01:17:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ob so wenig überhaupt wirkt bei, wage ich zu bezweifeln, auch wenn irgendwelche unseriöse studien was anderes belegen.
würd mindestens 0,5 nehmen.

und zu deinem "kopfbrummen" glaube kaum dass das vom fin kommt, du redest dir da was ein.
das hat sicherlich nen anderen grund.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Thu, 29 Apr 2010 06:14:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pablo1 schrieb am Thu, 29 April 2010 03:17ob so wenig überhaupt wirkt bei, wage ich zu bezweifeln, auch wenn irgendwelche unseriöse studien was anderes belegen.
würd mindestens 0,5 nehmen.

und zu deinem "kopfbrummen" glaube kaum dass das vom fin kommt, du redest dir da was ein.
das hat sicherlich nen anderen grund.

bist du dir sicher ? nach halbierung der 1 mg Dosis nahm das Kopfbrummen ab. Es hat genau 4 Tage nach der ersten Fin einnahme angefangen, und war bis zur halbierung konstant.

wüsste nicht woher das sonst kommen sollte

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [humboldt](#) on Thu, 29 Apr 2010 13:51:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pablo, gib´ mal bei google fin + brainfog ein...dann weißte, was er meint. Oder in die Suchfunktion in den englischen AGA-Foren.
Bei mir wurde es nach einigen Jahren so schlimm, dass ich mit eigentlich ausreichend Schlaf morgens an der Uni nach Fineinnahme mich nicht mehr richtig konzentrieren konnte. Total der Brummschädel und müde wie sonstwas. Auch hat das Auffassungsvermögen natürlich -impliziert dadurch- merklich nachgelassen.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Thu, 29 Apr 2010 14:00:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

humboldt schrieb am Thu, 29 April 2010 15:51Pablo, gib´ mal bei google fin + brainfog ein...dann weißte, was er meint. Oder in die Suchfunktion in den englischen AGA-Foren.
Bei mir wurde es nach einigen Jahren so schlimm, dass ich mit eigentlich ausreichend Schlaf

morgens an der Uni nach Fineinnahme mich nicht mehr richtig konzentrieren konnte. Total der Brummschädel und müde wie sonstwas. Auch hat das Auffassungsvermögen natürlich -impliziert dadurch- merklich nachgelassen.

ja genau ^^

also habe ich doch noch jemanden gefunden, der genauso leidet wie ich . Freut mich irgendwie .
nundenn ... auf wie viel mg hast du Fin reduziert, um das Kopfbrummen zu vermindern bzw. zu stoppen? Oder hast du mit der Fineinnahme schon aufgehört ?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [humboldt](#) on Thu, 29 Apr 2010 14:44:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aufgehört. Hatte zu starken Einfluss auf meine Lebensqualität. Das wurde zum Schluss immer schlimmer, die hormonelle Achse im Körper war komplett verschoben und aus dem Gleichgewicht geraten.

Nehme nur noch topische Sachen.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Thu, 29 Apr 2010 14:57:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

humboldt schrieb am Thu, 29 April 2010 16:44Aufgehört. Hatte zu starken Einfluss auf meine Lebensqualität. Das wurde zum Schluss immer schlimmer, die hormonelle Achse im Körper war komplett verschoben und aus dem Gleichgewicht geraten.

Nehme nur noch topische Sachen.

aha. Wirken bei dir denn die topischen Sachen genauso gut wie das normale Fin ?
wie viel mg nimmst du denn vom topischen Fin ?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [humboldt](#) on Thu, 29 Apr 2010 15:29:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sogar besser. Solchen Neuwuchs wie unter Minox hatte ich mit Fin nicht, obwohl das auch gut bei mir gewirkt hat.

Ich nehme topisch nur eine sehr geringe Dosis...0,05%. Wie in der Mazzarella-Studie. Hab´ aber auch erst wieder damit angefangen, hatte ziemlich lange mit Fin komplett pausiert.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Thu, 29 Apr 2010 15:38:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

humboldt schrieb am Thu, 29 April 2010 17:29 Sogar besser. Solchen Neuwuchs wie unter Minox hatte ich mit Fin nicht, obwohl das auch gut bei mir gewirkt hat. Ich nehme topisch nur eine sehr geringe Dosis...0,05%. Wie in der Mazzarella-Studie. Hab´ aber auch erst wieder damit angefangen, hatte ziemlich lange mit Fin komplett pausiert.

wie lang nimmst du denn schon Minox ?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [humboldt](#) on Thu, 29 Apr 2010 18:34:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Puuuh, ich hab einfach irgendwann angefangen...kann ich gar nicht genau sagen. Aber ein paar Jahre sind es bestimmt schon.

Ich seh´ das eh nur als Überbrückung, bis es in einigen Jahren eine endgültige Lösung des Problems gibt.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Thu, 29 Apr 2010 19:27:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

humboldt schrieb am Thu, 29 April 2010 20:34 Puuh, ich hab einfach irgendwann angefangen...kann ich gar nicht genau sagen. Aber ein paar Jahre sind es bestimmt schon.

Ich seh´ das eh nur als Überbrückung, bis es in einigen Jahren eine endgültige Lösung des Problems gibt.

Ich ebenfalls

Esseidenn der Weltuntergang kommt uns zuvor ^^ ... nunja spaß beiseite. Es schade nie vorzuarbeiten, was den Kampf gegen den HA betrifft. Minox soll ja die ersten jahre sehr effektiv sein, jedoch mach ich mir sorgen, was Shedding betrifft. Daher bleibe ich erstmal bei Fin. Ist es dir denn so ergangen, dass du jegliche Erfolge mit Fin, durch Minox vermindert hast ?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [humboldt](#) on Thu, 29 Apr 2010 20:12:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also, man hat halt in der Regel sehr gute Synergieeffekte, wenn man beides benutzt. Es gibt viele Studien, die das bestätigen. Die Wirkung ist kombiniert um einiges besser als die jeweilige Einzelanwendung.

Bei mir ist durch Fin leider die Front etwas in Mitleidenschaft gezogen worden, was Minox aber sehr gut wieder in Griff bekommen hat. Unterm Strich war es die richtige Entscheidung, auch auf Minox zu setzen. Gerade wer auf signifikanten Neuwuchs spekuliert, wird um Minox nicht umhinkommen.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Fri, 30 Apr 2010 02:13:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

humboldt schrieb am Thu, 29 April 2010 22:12Also, man hat halt in der Regel sehr gute Synergieeffekte, wenn man beides benutzt. Es gibt viele Studien, die das bestätigen. Die Wirkung ist kombiniert um einiges besser als die jeweilige Einzelanwendung. Bei mir ist durch Fin leider die Front etwas in Mitleidenschaft gezogen worden, was Minox aber sehr gut wieder in Griff bekommen hat. Unterm Strich war es die richtige Entscheidung, auch auf Minox zu setzen. Gerade wer auf signifikanten Neuwuchs spekuliert, wird um Minox nicht umhinkommen.

interessant. Wie sieht denn deine jetzige Tagesration aus, die du zu dir nimmst?

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [humboldt](#) on Fri, 30 Apr 2010 14:09:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Minox? Max. die empfohlene Tagesdosis...nie mehr. Bringt auch nicht mehr. Manchmal pumpe ich nur einmal beim Gel statt 2x (was ca. 1 ml entspricht) Was aber die Wirkung verbessert bzw. mehr zu bringen scheint, ist der Dermaroller für die Front und GHE's. Denn nehme ich ja mittlerweile auch schon länger...in Kombi mit Minox und Folligen.

Subject: Aw: Welche Methoden findet ihr am besten ?
Posted by [MatzMaker](#) on Fri, 30 Apr 2010 16:26:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hast du auch schonmal Pausen gemacht ?
hat sich dann der HA sofort verstärkt ?
