
Subject: Will Haarausfall bekämpfen!

Posted by [Eddy21](#) on Mon, 06 Sep 2010 17:26:27 GMT

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

Hallo,

bin jetzt 21 Jahre alt und habe seit etwa 2 Jahren Haarausfall. Ich hatte eig schon immer kleine GHE, aber seit 2 Jahren werden die immer größer, dachte erstmal nicht daran, aber mir fällt's in letzter Zeit immer mehr auf dass die größer werden. Mein Ziel ist es nun den Haarausfall zu stoppen, bzw. zu verlangsamen, icgh erwarte keine Wunder, ich will nur nicht noch mehr richtung "Glatze" gehn, vor allem nicht mit erst 21 Jahren.

Mein Vater hat auch GHE allerdings eher kleine und der Haarausfall scheint langsamer voranzuschreiten als bei mir, ich hoffe ich werde ihn nicht in einigen Jahren "überholen".

Was kann ich machen, wenn ich nur auf natürliche Mittel setzt, was würdet ihr mir empfehlen. Reicht Minoxil alleine aus sowie extra Nährstoffe, Spurenelement, kann da jmd. aus Erfahrung heraus etwas sagen, zb Haarausfall kann man so verlangsamen? (will nicht auf tabletten wie finasterid etc angewiesen sein, teuer/ungesund?)

Wie weit würdet ihr meinen Haarausfall einschätzen, Skala, Stadium?

Hier ein Foto von meinen Haaren:

img843.imageshack.us/img843/272/55470568.jpg

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!

Posted by [Fin](#) on Mon, 06 Sep 2010 17:35:02 GMT

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

finasterid nehmen, damit kannst den status halten, eventuell verbessern. natürliche mittel gibt es nicht.

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!

Posted by [HirschGeweih](#) on Mon, 06 Sep 2010 17:39:40 GMT

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

lol willst kein fin nehmen aber minox willst du benutzen.... tut mir leid ich versteh die logik dahinter nicht. Fin und minox können beide krasse nebenwirkungen haben, minox ist im punkto mögliche nebenwirkungen kein bischen besser als fin.

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!
Posted by [Eddy21](#) on Mon, 06 Sep 2010 19:05:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

fin muss man als tabletten nehmen, minox nur auftragen, deshalb denk ich dass minox nur ortsabhängig wirkt? für minox braucht man außerdem kein rezept?

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!
Posted by [blub123](#) on Mon, 06 Sep 2010 19:08:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kannst auch 15mg fin in's minox mischen, so dass du alles in einem lokal aufträgst!
Es wirkt ähnlich gut, da fin lipophil ist....
Ein Schmerzgel wirkt ja auch lokal!

Minox only ist auf Dauer und für den gesamtem Kopf nicht empfehlenswert, da es DHT erhöht, somit wirst du ohne einen zusätzlichen DHT-Hemmer Probleme bekommen, vorausgesetzt, deine restlichen Haare sind DHT-intollerant!

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!
Posted by [nightwalker](#) on Mon, 06 Sep 2010 19:28:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

blub123 schrieb am Mon, 06 September 2010 21:08kannst auch 15mg fin in's minox mischen, so dass du alles in einem lokal aufträgst!
Es wirkt ähnlich gut, da fin lipophil ist....
Ein Schmerzgel wirkt ja auch lokal!

Minox only ist auf Dauer und für den gesamtem Kopf nicht empfehlenswert, da es DHT erhöht, somit wirst du ohne einen zusätzlichen DHT-Hemmer Probleme bekommen, vorausgesetzt, deine restlichen Haare sind DHT-intollerant!
An welcher medizinischen Fakultät hast du studiert ?

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!
Posted by [Homers](#) on Mon, 06 Sep 2010 21:39:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

blub123 schrieb am Mon, 06 September 2010 21:08kannst auch 15mg fin in's minox mischen, so dass du alles in einem lokal aufträgst!
Es wirkt ähnlich gut, da fin lipophil ist....
Ein Schmerzgel wirkt ja auch lokal!

Minox only ist auf Dauer und für den gesamtem Kopf nicht empfehlenswert, da es DHT erhöht,

somit wirst du ohne einen zusätzlichen DHT-Hemmer Probleme bekommen, vorausgesetzt, deine restlichen Haare sind DHT-intollerant!

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!
Posted by [kaineda](#) on Mon, 06 Sep 2010 23:40:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo , ich habe das ähnliche problem wie du und bin auch erst 22 , seit ca 2 monaten fallen mir meine doch recht langen haare allgemein mehr aus , sogar mehr als die "100" am tag.

Ich nehme seit genau 14 tagen jetzt Fin 1mg und ab morgen fange ich abends an Minoxidil auf die kopfhaut ein zu massieren. 5%
zusätzlich nehme ich Eisen+vitamine brause tabletten aus der Apotheke sowie Biotin 5mg tabletten aus dem Rossmann.

würde auch sehr gerne wissen was ich sonst noch unternehmen kann um meinen zurzeitigen Haarausfall erstmal wieder abzuschwächen , ich könnte aller 2 Tage Heulen , wenn ich meine Haare wasche und Föhne und sehe was im waschbecken bzw beim föhnen runter kommt.

(beim hautarzt war ich übrigens auch , der konnte nichts feststellen und hat mir finasterid AL 1mg verschrieben)

liebe grüße kaineda

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!
Posted by [hairline](#) on Tue, 07 Sep 2010 06:52:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1.

Nehmt 0,5 mg Fin tägl., etwa 3-4 Wochen lang, 1 - 2 Wochen Pause, usw. usw.

2.

Nehmt Fin topisch mit Wodka

3.

Minox kann ne Zeit lang helfen, ist KEINE Dauerlösung!
Bei einigen ganz wenigen, welche keine aggressive AGA haben hats auch länger gewirkt

4.

MSM

5.

Lesenlesenlesenlesen....

Gruß und viel Erfolg

hairline

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!
Posted by [blub123](#) on Tue, 07 Sep 2010 11:20:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nightwalker schrieb am Mon, 06 September 2010 21:28blub123 schrieb am Mon, 06 September 2010 21:08kannst auch 15mg fin in's minox mischen, so dass du alles in einem lokal aufträgst!
Es wirkt ähnlich gut, da fin lipophil ist....
Ein Schmerzgel wirkt ja auch lokal!

Minox only ist auf Dauer und für den gesamtem Kopf nicht empfehlenswert, da es DHT erhöht, somit wirst du ohne einen zusätzlichen DHT-Hemmer Probleme bekommen, vorausgesetzt, deine restlichen Haare sind DHT-intollerant!
An welcher medizinischen Fakultät hast du studiert ?

Wieso meinst du?
Wegen meines Kommafehlers in der letzten Zeile?

Subject: Dann doch besser Haarwachstum fördern
Posted by [f.j.neffe](#) on Thu, 09 Sep 2010 12:23:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie wäre es, statt Haarausfall zu bekämpfen, Dein Haarwachstum zu fördern? Zuerst einmal brauchst Du dazu genug Mineralstoffe. Wenn Du Schnitzel mit Pommes frites isst, ist das alles etwas "säurelastig", und damit die Säure Dich nicht verätzt gibt Dein Körper etwas von seinen basischen Mineralstoffen zur Neutralisierung ab - zum Beispiel aus dem Haarwurzelboden. Wenn Du diese Entwicklung ein wenig stoppst und umkehrst, gibt es noch weitere Möglichkeiten:
Deine Vitalfunktionen werden vom Gehirn gesteuert. Und Du - auch wenn Du noch gar nicht dran gedacht haben solltest - bist dort DER CHEF. Du bist der Chef aller Deiner Kräfte, Fähigkeiten,

Zellen usw.usw. Wann machst Du die erste Betriebsversammlung, stellst Dich vor und sagst Deinen Kräften, was sie für Dich tun sollen und wie wichtig sien dadurch sind? Ich habe diese "Eingriffsmöglichkeit" vor 35 Jahren in E. Coués Autosuggestion kennengelernt und man kann noch eine Menge mehr damit als "mit den Haaren reden". Zu Coué kamen damals jährlich zehntausende Hilfesuchende aus aller Welt; sein kleines Buch wurde in ca. 20 Sprachen übersetzt.

Überprüfe mal Dein alltägliches Denken! Wie könnte man Deine Gedanken als Haar auffassen: als Stärkung, Aufrichtung, Auftrag zur Weiterentwicklung oder als Angst, Unsicherheit, Rückzug,.....? Deine Haare bzw. alle beteiligten Organe fassen Dein Denken als AUFTRAG auf. Denken kann man immer wieder ändern. Guten Erfolg!

Franz Josef Neffe

Subject: Aw: Dann doch besser Haarwachstum fördern
Posted by [asdfghj](#) on Thu, 09 Sep 2010 12:40:51 GMT

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

f.j.,neffe schrieb am Thu, 09 September 2010 14:23Wie wäre es, statt Haarausfall zu bekämpfen, Dein Haarwachstum zu fördern? Zuerst einmal brauchst Du dazu genug Mineralstoffe. Wenn Du Schnitzel mit Pommes frites isst, ist das alles etwas "säurelastig", und damit die Säure Dich nicht verätzt gibt Dein Körper etwas von seinen basischen Mineralstoffen zur Neutralisierung ab - zum Beispiel aus dem Haarwurzelboden. Wenn Du diese Entwicklung ein wenig stoppst und umkehrst, gibt es noch weitere Möglichkeiten:

Deine Vitalfunktionen werden vom Gehirn gesteuert. Und Du - auch wenn Du noch gar nicht dran gedacht haben solltest - bist dort DER CHEF. Du bist der Chef aller Deiner Kräfte, Fähigkeiten, Zellen usw.usw. Wann machst Du die erste Betriebsversammlung, stellst Dich vor und sagst Deinen Kräften, was sie für Dich tun sollen und wie wichtig sien dadurch sind? Ich habe diese "Eingriffsmöglichkeit" vor 35 Jahren in E. Coués Autosuggestion kennengelernt und man kann noch eine Menge mehr damit als "mit den Haaren reden". Zu Coué kamen damals jährlich zehntausende Hilfesuchende aus aller Welt; sein kleines Buch wurde in ca. 20 Sprachen übersetzt.

Überprüfe mal Dein alltägliches Denken! Wie könnte man Deine Gedanken als Haar auffassen: als Stärkung, Aufrichtung, Auftrag zur Weiterentwicklung oder als Angst, Unsicherheit, Rückzug,.....? Deine Haare bzw. alle beteiligten Organe fassen Dein Denken als AUFTRAG auf. Denken kann man immer wieder ändern. Guten Erfolg!

Franz Josef Neffe

Subject: Aw: Dann doch besser Haarwachstum fördern
Posted by [HirschGeweih](#) on Thu, 09 Sep 2010 15:58:38 GMT

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

f.j.,neffe schrieb am Thu, 09 September 2010 14:23Wie wäre es, statt Haarausfall zu

bekämpfen, Dein Haarwachstum zu fördern? Zuerst einmal brauchst Du dazu genug Mineralstoffe. Wenn Du Schnitzel mit Pommes frites isst, ist das alles etwas "säurelastig", und damit die Säure Dich nicht verätzt gibt Dein Körper etwas von seinen basischen Mineralstoffen zur Neutralisierung ab - zum Beispiel aus dem Haarwurzelboden. Wenn Du diese Entwicklung ein wenig stoppst und umkehrst, gibt es noch weitere Möglichkeiten:

Deine Vitalfunktionen werden vom Gehirn gesteuert. Und Du - auch wenn Du noch gar nicht dran gedacht haben solltest - bist dort DER CHEF. Du bist der Chef aller Deiner Kräfte, Fähigkeiten, Zellen usw.usw. Wann machst Du die erste Betriebsversammlung, stellst Dich vor und sagst Deinen Kräften, was sie für Dich tun sollen und wie wichtig sien dadurch sind? Ich habe diese "Eingriffsmöglichkeit" vor 35 Jahren in E. Coués Autosuggestion kennengelernt und man kann noch eine Menge mehr damit als "mit den Haaren reden". Zu Coué kamen damals jährlich zehntausende Hilfesuchende aus aller Welt; sein kleines Buch wurde in ca. 20 Sprachen übersetzt.

Überprüfe mal Dein alltägliches Denken! Wie könnte man Deine Gedanken als Haar auffassen: als Stärkung, Aufrichtung, Auftrag zur Weiterentwicklung oder als Angst, Unsicherheit, Rückzug,.....? Deine Haare bzw. alle beteiligten Organe fassen Dein Denken als AUFTRAG auf. Denken kann man immer wieder ändern. Guten Erfolg!

Franz Josef Neffe

Subject: Aw: Dann doch besser Haarwachstum fördern
Posted by [jpo03](#) on Thu, 09 Sep 2010 17:26:35 GMT

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

wenn das so einfach wäre...

Subject: Aw: Dann doch besser Haarwachstum fördern
Posted by [HirschGeweih](#) on Thu, 09 Sep 2010 17:32:10 GMT

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

jpo03 schrieb am Thu, 09 September 2010 19:26wenn das so einfach wäre...

eben. Ausserdem haben sogar neben mir früher noch, auch zig andere leute übersäuerung ausprobiert --> null erfolg. Evtl. werden knochen härter und sodbrennen verschwindet, aber null wirkung auf die haare.

Subject: Aw: Dann doch besser Haarwachstum fördern
Posted by [jpo03](#) on Thu, 09 Sep 2010 17:51:32 GMT

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

finde ich auch total absurd. gesunde ernährung befürworte ich zwar, aber einen solch starken effekt damit zu erzielen, dass dadurch der haarausfall besiegt wird, ist reines wunschdenken.

Subject: Aw: Will Haarausfall bekämpfen!

Posted by [Eddy21](#) on Tue, 14 Sep 2010 18:33:19 GMT

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

Hallo, danke schonmal für die Antworten.

Wie es aussieht muss ich wohl doch Fin nehmen denn anders wird der Haarausfall wohl nicht zu stoppen sein...

Kann mir jemand sagen, wie weit mein Haarverlust schon fortgeschritten ist, ich kann nur das Hamilton-Norwood-Schema finden, dort kann ich meinen Haarstatus aber nicht einordnen, ich finde bei mir komisch, dass die Geheimratsecken hinten sozusagen, zusammenwachsen, habe Angst, dass bald vorne nur noch eine Insel übrig bleibt. Hinten ist kein Haarausfall erkennbar.

Wie lang werd ich wohl noch haben bis ich eine Glatze haben werde, kann mir da jemand aus erfahrung etwas sagen, vielleicht hatt hier jemand einen ähnlichen Haarstatus? Kann ich hoffen, dass es bei mir nicht auf eine Glatze hinausläuft und mein HA irgendwann stoppt (die Hoffnung bleibt; HA mit 21 ist schon deprimierend, vor allem da es aus meinem näherem Kreis nur mich betrifft).

Hoffe ihr könnt mir helfen.
