Subject: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by olli2010 on Wed, 08 Sep 2010 11:50:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hallo leute,

hier mal ein fotovergleich für euch. leider sind die haare auf dem sep09-foto noch leicht nass.

ganz objektiv würde ich aber mal behaupten, dass sich rein gar nichts verändert hat...seht ihr das auch so?

folgendes habe ich dieses jahr probiert:
okt-dez09: minox 2% (täglich morgens/abends)
dez-juli10: minox 5% (täglich morgens/abends)
juli10-heute: minox 5% und fin topisch (10mg auf 100ml minox; 5mg fin tabletten einfach zerstampft und hinzugefügt).

habt ihr noch tips für mich?

wenn der status so bleiben würde, wäre es ok. gerne hätte ich allerdings, dass sich die rechte seite (keine ahnung warum die lichter ist) der linken noch anpasst!

eine frage hätte ich noch an jemanden der sich auskennt:
ich habe hier einen aktuellen blutbefund von mir. und zwar geht es um die eisenwerte:
eisen 8.8umol (normbereich wäre 11-28)
transferrin 248 (ist in norm)
ferritin 189 ug/l (ist in norm)
transferrinsättigung 14% (norm wäre 16 - 45))

ich habe dann meinen arzt wegen dem eisenwert (bez. haarausfall) angesprochen und er meinte, dass der eisenwert nichts zu bedeuten hätte. wichtig sei anscheinend der transferrin-wert (und der wäre ja in der norm).

kann mir das irgendwer bestätigen?

gibt es vielleicht noch irgendeinen wert aus dem befund, den ich bezüglich haarausfall mal kontrollieren sollte?

lg

File Attachments

1) haarvergleich.jpg, downloaded 791 times

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by pilos on Wed, 08 Sep 2010 13:09:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

das sieht gut aus...

nimm einfach minox mit fin weiter bis es 6 monate sind..sind ja erst 2 monate...hättest gleich vom anfang an das die kombi nehmen können...

danach kannst immernoch über zusätze nachdenken.

blutwerte brauchst du keine mehr.

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by malle on Wed, 08 Sep 2010 14:13:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Leute,

ist das die gängige Dosis bei einem Minox/Fin-Gemisch? 10mg auf 100ml? Würde das sonst aufgrund meiner Probleme bei oralem Fin (Augen) auch mal ausprobieren...

Gruß
malle

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by olli2010 on Sat, 13 Nov 2010 17:54:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

...mal ein kleines update!

eigentlich keine veränderung...leider!

okt-dez09: minox 2% (täglich morgens/abends)
dez-juli10: minox 5% (täglich morgens/abends)
juli10-heute: minox 5% und fin topisch (10mg auf 100ml minox; 5mg fin tabletten einfach zerstampft und hinzugefügt).
seit aug10: zusätzlich täglich 0,15mg fin oral

bin momentan am überlegen die orale dosis zu erhöhen...was meint ihr?

bin über tipps, objektive meinungen usw. sehr dankbar!

File Attachments

1) haarvergleich.jpg, downloaded 262 times

SEP10

OKT09

Okt10

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by Sunken on Sat, 13 Nov 2010 18:05:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Zitat:ist das die gängige Dosis bei einem Minox/Fin-Gemisch? 10mg auf 100ml? Würde das sonst aufgrund meiner Probleme bei oralem Fin (Augen) auch mal ausprobieren...
Die Nebenwirkungen auf die Augen sind bei topischem Fin um ein Vielfaches höher - zumindest bei mir und allen Erfahrungsberichten, die ich dazu kenne. probiere also wenn überhaupt erstmal eine Minidosis Fin im Minox aus.

@Olli
Ist doch schon super, dass der Haarausfall gestoppt ist. Mit etwaigem Neuwuchs musst du Geduld haben.

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by olli2010 on Sat, 13 Nov 2010 18:09:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

aber ich habe immer noch viele haare am kopfpolster bzw. beim haarewaschen im sieb

---

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by Sunken on Sat, 13 Nov 2010 18:28:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

olli2010 schrieb am Sat, 13 November 2010 19:09aber ich habe immer noch viele haare am kopfpolster bzw. beim haarewaschen im sieb

Das kann gut sein, ist aber unerheblich. Worauf es ankommt, ist der Haarstatus und der hat sich deinen Vergleichsbildern nach nicht verändert. Haare fallen immerzu aus - ob sie wiederkommen, ist entscheidend. Und deine scheinen das zu tun.

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by olli2010 on Sat, 13 Nov 2010 18:36:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

na hoffentlich kommen dann mit der zeit mehr als ausfallen *g*

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by HirschGeweih on Sat, 13 Nov 2010 19:00:13 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Sunken schrieb am Sat, 13 November 2010 19:05Zitat:ist das die gängige Dosis bei einem Minox/Fin-Gemisch? 10mg auf 100ml? Würde das sonst aufgrund meiner Probleme bei oralem Fin (Augen) auch mal ausprobieren...
Die Nebenwirkungen auf die Augen sind bei topischem Fin um ein Vielfaches höher - zumindest bei mir und allen Erfahrungsberichten, die ich dazu kenne. probiere also wenn überhaupt erstmal eine Minidosis Fin im Minox aus.

@Olli
Ist doch schon super, dass der Haarausfall gestoppt ist. Mit etwaigem Neuwuchs musst du Geduld haben.

topisches fin verursacht weniger nebenwirkungen, mit einziger ausnahme eben der augen was userberichte eindeutig gezeigt haben da ist die chance höher als bei der oralen einnahme. Ne minidosis ist aufjedenfall ne gute idee, du solltest aber bald anfangen da bekanntlich minox alleine nicht lange das ergebniss hält. Deine haare sehen definitiv etwas dichter und besser aus durch minox. Die menge der haare die ausfällt kann zwar tendenzen zeigen, aber unterm strich zählt ob sich der haarstatus verändert, es gibt auch ausnahmen wo mehr haare fallen und das ergebniss trotzdem besser wurde und blieb.

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by olli2010 on Sun, 21 Nov 2010 17:06:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich beobachte bei mir seit 1er woche jetzt wieder verstärkten haarausfall.

eigentlich merkwürdig oder?

nehme inzwischen seit 4 monaten fin. eine kleine dosis oral (ca. 0,2mg/tag) & eine große dosis in minox gelöst (20mg in 100ml)! 5% minox alleine habe ich seit dez09 verwendet.

da ich auch das orale fin pulverisiert zu mir nehme, kann die dosis natürlich immer leicht schwanken, aber das sollte doch auch nicht spürbar sein oder?

nebenwirkungen habe ich überhaupt keine...sollte ich generell die dosis steigern?

oder minox nur noch in den geheimratsecken verwenden? bis jetzt hat minox nämlich am oberkopf in einem jahr gar nichts bewirkt!

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by Foxi on Sun, 21 Nov 2010 17:10:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

olli2010 schrieb am Sun, 21 November 2010 18:06ich beobachte bei mir seit 1er woche jetzt wieder verstärkten haarausfall.

eigentlich merkwürdig oder?

nehme inzwischen seit 4 monaten fin. eine kleine dosis oral (ca. 0,2mg/tag) & eine große dosis in minox gelöst (20mg in 100ml)! 5% minox alleine habe ich seit dez09 verwendet.

da ich auch das orale fin pulverisiert zu mir nehme, kann die dosis natürlich immer leicht schwanken, aber das sollte doch auch nicht spürbar sein oder?

nebenwirkungen habe ich überhaupt keine...sollte ich generell die dosis steigern?

oder minox nur noch in den geheimratsecken verwenden? bis jetzt hat minox nämlich am oberkopf in einem jahr gar nichts bewirkt!

würde Topisch Fin weglassen und Oral 1mg nehmen
du sagst ja du hast keine NW's

Topisch Fin ist äzend vieleicht tut das den Haaren gar nicht gut

Foxi

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by Tabletop on Sun, 21 Nov 2010 18:45:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

nimm es lieber topisch und warte noch ein paar monate. ich selber nehme jetzt wieder fin topical da dut topical irgendwie versagt hat. damit konnte ich meinen status ganz gut halten.

auch bei fin topisch geht etwas in den blutkreislauf d.h. wirkt systemisch...jedoch nicht in dem maße wie oral. es gibt eine studie, da hat fin topical immerhin 40% dht gehemmt...jedoch ist mir diese Hemmung angenehmer als die 70% bei der oralen einnahme. auf langfristige sicht wird sich so eine dht hemmung garantiert bemerkbar machen.

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by olli2010 on Sun, 21 Nov 2010 21:30:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

und wieviel fin nimmst du topisch?

glaubst du auch dass fin topisch zu scharf sein könnte?

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by Tabletop on Sun, 21 Nov 2010 22:07:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich nehme 3 proscar in 60ml gelöst...davon 2ml am tag

ich habe davon keine merkbaren nebenwirkungen...wenn du das mit zu scharf meinst.

der nachteil von topicals ist leider die "gesellschaftstauglichkeit", da das zeug erst nach einer weile getrocknet ist und auch bei sehr kurzen Haaren immer was in den Haaren "hängenbleibt" obwohl es auf die kopfhaut soll

Subject: Aw: Bericht 1 Jahr Minox
Posted by Foxi on Mon, 22 Nov 2010 04:24:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

olli2010 schrieb am Sun, 21 November 2010 22:30und wieviel fin nimmst du topisch?

glaubst du auch dass fin topisch zu scharf sein könnte?

meine Meinung
Minox mal weglassen

Foxi