
Subject: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Bernie2010](#) on Mon, 20 Sep 2010 23:49:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

ich bin 36 Jahre alt und habe z.Z. starken Haarausfall.
Auf der Suche nach Hilfe bin ich auf dieses informative Forum gestoßen.
Nach ausführlichem lesen habe ich mich entschlossen Fin zu nehmen.
Wie sieht es mit der Dosierung aus, kommt es darauf an wie viel man wiegt und welche NEM sind zu Empfehlen?
Ich lese sehr oft z.B. von Zink Chelat.

Grüße
Bernd

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Fin](#) on Tue, 21 Sep 2010 07:06:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hilft nichts, fin/dut sind die einzige wirksamen mittel.

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Gast](#) on Tue, 21 Sep 2010 07:09:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

+ minoxidil(und ich spreche aus Erfahrung - nehms seit nem Jahr)

....NUR minoxidil alleine hilft nix. Fin musst du schon dazu nehmen...

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Sunken](#) on Tue, 21 Sep 2010 09:09:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zur Haargesundheit können NEMs schon beitragen - nur den Ausfall werden sie nicht verhindern.

Die Dosierung ist schwierig. Kannst natürlich einfach mit 1 mg täglich anfangen, um einen konstanten Spiegel zu erhalten. Solltest du Nebenwirkungen bekommen, drossle einfach die Fin-Zufuhr ab. Nach einer Studie sind selbst 0.05 mg am Tag nahezu so wirksam wie 5 mg.

Was Tabletten betrifft, würde ich bis 0.25 mg alle 2 Tage runter gehen, wenn du Nebenwirkungen hast - kleiner kriegt man die Tabletten nicht so gut. Wenn du dann noch immer Nebenwirkungen hast, kannst du dir eine topische Lösung anfertigen, in die du noch weniger

hinein bekommst.

Aber probier ruhig erstmal das Standardverfahren.

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Bernie2010](#) on Tue, 21 Sep 2010 22:00:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe bereits bei generics24.com die 5mg Tabletten bestellt.
In wie viel Teile kann ich Tabletten maximal teilen, falls ich Nebenwirkungen bekomme?
Wegen den NEM habe ich gefragt, weil ich es so verstanden habe, das sie die NW reduzieren.
Mit Minox wollte ich erst mal nicht anfangen, weil ich eine sehr empfindliche Kopfhaut habe.

Grüße
Bernd

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Mink](#) on Wed, 22 Sep 2010 05:40:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bernie2010 schrieb am Wed, 22 September 2010 00:00Wegen den NEM habe ich gefragt, weil ich es so verstanden habe, das sie die NW reduzieren.

Das trifft höchstens in ganz geringem Mass auf Zink zu. Ansonsten haben NEM auf die NW leider kaum einen Einfluss.

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Sunken](#) on Wed, 22 Sep 2010 09:09:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Das trifft höchstens in ganz geringem Mass auf Zink zu. Ansonsten haben NEM auf die NW leider kaum einen Einfluss.
Arginin hilft bei Potenzproblemen durch Fin. (zumindest mir).

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Mink](#) on Wed, 22 Sep 2010 11:10:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sunken schrieb am Wed, 22 September 2010 11:09Zitat:Das trifft höchstens in ganz geringem Mass auf Zink zu. Ansonsten haben NEM auf die NW leider kaum einen Einfluss. Arginin hilft bei Potenzproblemen durch Fin. (zumindest mir).

sicherlich ! Aber Aminosäuren zähle ich jetzt weniger zu den klassischen NEM's. Sinnvoll ist es bestimmt.

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [HirschGeweih](#) on Wed, 22 Sep 2010 17:01:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bernie2010 schrieb am Wed, 22 September 2010 00:00Ich habe bereits bei generics24.com die 5mg Tabletten bestellt.

In wie viel Teile kann ich Tabletten maximal teilen, falls ich Nebenwirkungen bekomme?
Wegen den NEM habe ich gefragt, weil ich es so verstanden habe, das sie die NW reduzieren.
Mit Minox wollte ich erst mal nicht anfangen, weil ich eine sehr empfindliche Kopfhaut habe.

Grüße
Bernd

nicht allzuoft. ich denke bei 8 oder 16max. ist die grenze ohne das die dinger zerbröseln. Wenn du ne noch kleinere dosis willst ganz einfach: Fin in vodka auflösen und täglich 1ml davon schlucken was dann z.b. 0,05 oder 0,2 etc. mg fin entsprechen, je nach gewünschter dosis.

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [NW5a](#) on Wed, 22 Sep 2010 18:52:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sunken schrieb am Tue, 21 September 2010 11:09Zur Haargesundheit können NEMs schon beitragen - nur den Ausfall werden sie nicht verhindern.

Die Dosierung ist schwierig. Kannst natürlich einfach mit 1 mg täglich anfangen, um einen konstanten Spiegel zu erhalten. Solltest du Nebenwirkungen bekommen, drossele einfach die Fin-Zufuhr ab. Nach einer Studie sind selbst 0.05 mg am Tag nahezu so wirksam wie 5 mg.

Was Tabletten betrifft, würde ich bis 0.25 mg alle 2 Tage runter gehen, wenn du Nebenwirkungen hast - kleiner kriegt man die Tabletten nicht so gut. Wenn du dann noch immer Nebenwirkungen hast, kannst du dir eine topische Lösung anfertigen, in die du noch weniger hinein bekommst.

Aber probier ruhig erstmal das Standardverfahren.

Warum fallen denn Haare bei einem Vitalstoff Mangel aus ? Was ist, wenn man Flöhe und Läuse gleichzeitig hat ? Nicht immer ist es nur AGA.

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Bernie2010](#) on Wed, 22 Sep 2010 21:46:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HirschGeweih schrieb am Wed, 22 September 2010 19:01

nicht allzuoft. ich denke bei 8 oder 16max. ist die grenze ohne das die dinger zerbröseln. Wenn du ne noch kleinere dosis willst ganz einfach: Fin in vodka auflösen und täglich 1ml davon schlucken was dann z.b. 0,05 oder 0,2 etc. mg fin entsprechen, je nach gewünschter dosis.
@HirschGeweih

Handelsüblichen Wodka und in welchem Mischverhältnis?

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Gast](#) on Wed, 22 Sep 2010 22:14:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

normaler vodka. 60ml -> 1 - 2 Proscar (also 5-10 mg auf 60 ml)

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Bernie2010](#) on Sun, 26 Dec 2010 23:23:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo noch mal,

ich nehme jetzt seit fast 3 Monaten Fin ein, und was soll ich sagen "ich bin begeistert". Ich habe das Gefühl, das meine Haare dicker geworden sind und nicht mehr ausfallen. Habe den Tipp von HirschGeweih befolgt und nehme 60ml Wodka mit 3 Tabletten a 5mg, davon nehme ich täglich 2ml mit der Spritze ein, also 0,5mg /Tag.

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [heyerfe](#) on Tue, 28 Dec 2010 11:46:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mit was für einer Spritze? So richtig indiziert oder ist das eher so ne Insulinspritze?

Subject: Aw: Anfangen mit Fin, Dosis und NEM?
Posted by [Bernie2010](#) on Wed, 29 Dec 2010 22:23:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

heyerfe schrieb am Tue, 28 December 2010 12:46Mit was für einer Spritze? So richtig indiziert oder ist das eher so ne Insulinspritze?

Mit einer gewöhnlich 5ml Spritze aus der Apotheke, oral eingenommen.
