

Hallo,

ich nehme seit ca. 2 Monaten Minox (Rogaine Foam), Anwendung einmal täglich abends an den GHE (lege mich nach dem Auftragen hin und lasse den Schaum schmelzen, damit das ganze dann über den Oberkopf nach hinten läuft, was in der Anwendung mMn sehr angenehm ist und auch sehr schnell geht). Habe bisher auch meiner Einschätzung nach ganz ordentlichen Erfolg damit, bei mir beginnt das Schläfendreieck auf beiden Seiten wieder zuzuwachsen und in den GHE bilden sich auch allmählich wieder pigmentierte Flaumhärchen.

Nehme zusätzlich ein paar NEMs:

- Dr. Jacobs Basentabletten ([amazon.de/gp/product/B001O1GHBA](https://www.amazon.de/gp/product/B001O1GHBA)), 4 Tabletten mittags.
- Abtei Kieselerde Biotin Plus Magnesium Calcium ([amazon.de/gp/product/B0041MF3NM](https://www.amazon.de/gp/product/B0041MF3NM)), 1 Tablette mittags.
- Manako MSM VegiCaps ([amazon.de/gp/product/B000XQ7MPC](https://www.amazon.de/gp/product/B000XQ7MPC)), 1 Tablette mittags.
- Das gesunde Plus Eisentabletten ([amazon.de/gp/product/B005G3OXIQ](https://www.amazon.de/gp/product/B005G3OXIQ)), 1 Tablette abends.

Außerdem habe ich noch:

- Peak Tabletten Vitamins ([amazon.de/gp/product/B002E6HXRQ](https://www.amazon.de/gp/product/B002E6HXRQ))

hier, davon habe ich bisher allerdings noch keine genommen, weil einige Vitamine/Mineralien davon auch in den anderen NEMs vorkommen.

Da Minox alleine den Status anscheinend eher selten über längeren Zeitraum verbessern bzw. halten kann, würde ich gerne zusätzlich Finasterid ins Sortiment aufnehmen. Die Tabletten sind heute angekommen, habe Finpecia bei generics24 bestellt (Lieferdauer ca. 3 Wochen). Aufgrund der jüngst vielbrichteten Nebenwirkungen bin ich mir wegen einer oralen Einnahme allerdings etwas unsicher und würde Fin nach Möglichkeit gerne topisch anwenden, da die Wahrscheinlichkeit von Nebenwirkungen hierbei geringer ist. Allerdings wäre es mir ganz recht, wenn ich weiterhin den Minox-Schaum benutzen könnte, weil er wie oben beschrieben in der Anwendung sehr angenehm ist und das flüssige Minox wohl recht lange zum Einziehen braucht und ganz gerne mal zu Schuppen führt.

Meine Frage ist daher, ob es einen Weg gibt, wie ich Finasterid zusammen mit dem Schaum (naja, das wird wohl nicht gehen) oder seperat davon topisch anwenden könnte? Habe im Forum dazu nichts weiter gefunden, grundsätzlich wird bei Fin topisch ja empfohlen, Minox mit Wodka zu verdünnen und dann ein paar Fin-Tabletten darin aufzulösen.

Wenn jemand was zu meinem Regiment an NEM sagen könnte (Was davon ist Quatsch? Was könnte ich zusätzlich ergänzen? Einnahmemengen?) wäre das auch sehr freundlich.

Beste Grüße,
SandKing

PS: Sorry wegen dem fehlenden Präfix vor den Links, darf leider noch keine vollständigen Links verwenden. Die oben angegebenen unvollständigen Links sollten bei Kopie und Einfügen in den Browser aber auch gehen.

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 05 Nov 2012 21:15:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier was zur Herstellung von topischem Fin.
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/22047/>

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [SandKing](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:05:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ah, ins Selbsthilfe-Forum hab ich noch nicht geschaut, vielen Dank.

Was ist der Vorteil der aufwändigeren Variante? Länger haltbar? Oder hält auch die einfache Variante bis zu 3 Monate?

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [Haar2O](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:17:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Edit

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [Yes No](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:24:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

SandKing schrieb am Mon, 05 November 2012 21:52
Wenn jemand was zu meinem Regiment an NEM sagen könnte (Was davon ist Quatsch? Was könnte ich zusätzlich ergänzen? Einnahmemengen?)

Alles davon ist Quatsch. Warum denkst du, dass du etwas davon brauchst? Ist deine Ernährung miserabel?

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [Mr.Goodkat](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:26:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Sandking,

ich habe einen recht guten Überblick über die NW von Finasterid. Es gibt sehr sehr wenige leute, die sowas wie PFS von topischen Fin bekommen haben. Generell würde ich dir aber von Fin abraten. Da es auch topisch angewendet auch systemisch wirkt.

Seh es mal so, Fin ist ein synthetisches Steroid, welches Testo sehr ähnelt, um eine Wirkung zu machen, muss es bis zu den Haarzellen vordringen, welche gut durchblutet sind, schafft es dies, wird es auch systemisch wirken und dies tut es ja, zu dem umgeht es so die Leber. Testosteron wird u.a auch topisch angewendet. Ich selber habe damals das normale minox 2-3 mal an einer kleinen stelle versucht, da wußte ich noch nix von dem schaum, bei mir hat der alk das ganze gejucke noch schlimmer gemacht, warum ich nicht die topisch fin lösung versucht habe. Da das gejucke so unerträglich war, war mein plan, alle 3 tage 0,25mg fin und dies für ca. 2 wochen versuchen (als nur mal testen), da ich hier gelesen hatte, dass einige schon nach kurzer zeit ihr gejucke los waren und auch nach dem absetzten es verschunden war. Da ich dann schon nach der Ersten Einnahme NW in form von hodenschmerzen bekommen habe lies ich es ganz bleiben. Das war einfach ein riesen Fehler. Was du tust ist natürlich deine Entscheidung, ich kann dir nur meine Erfahrung schildern.

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [pilos](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:36:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

SandKing schrieb am Wed, 07 November 2012 15:05Ah, ins Selbsthilfe-Forum hab ich noch nicht geschaut, vielen Dank.

Was ist der Vorteil der aufwändigeren Variante? Länger haltbar? Oder hält auch die einfache Variante bis zu 3 Monate?

die aufwendigere variante hat nur einen optischen vorteil...etwas füllstoffe entfernt

die schnelle rezeptur ist immer für 50 ml , damit man sie recht schnell verbraucht

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [SandKing](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:43:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

swipe schrieb am Wed, 07 November 2012 14:24

Alles davon ist Quatsch. Warum denks du, dass du etwas davon brauchst? Istdeine Ernährung miserabel?

Naja, insgesamt könnte sie denke ich schon etwas besser sein. Insbesondere esse ich eigentlich relativ wenig Fleisch, weshalb ich dafür dann die Eisentabletten ins Programm aufgenommen habe. Die eigentliche Motivation dahinter war aber, die Wirkung von Minox etwas zu unterstützen, da bei Minox ja die Durchblutung der Haarwurzel und somit die Nährstoffzufuhr verbessert wird...durch die zusätzlich in den Tabletten enthaltenen Inhaltsstoffe könnte die Wirkung dann eben eventuell noch etwas begünstigt werden, sollte irgendeine Form der "Mangelernährung" etwas zu dem HA beitragen, hab ich mir gedacht.

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [SandKing](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:46:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mr.Goodkat schrieb am Wed, 07 November 2012 14:26Da ich dann schon nach der Ersten Einnahme NW in form von hodenschmerzen bekommen habe lies ich es ganz bleiben. Das war einfach ein riesen Fehler. Was du tust ist natürlich deine Entscheidung, ich kann dir nur meine Erfahrung schildern.

Ja, ich bin mir schon im Klaren darüber, dass Fin einige Nebenwirkungen haben kann. Bin deshalb momentan auch am Zögern, ob ich es tatsächlich nehmen sollte, obwohl die Tabletten ja schon hier rumliegen. Wenn ich das richtig verstehe, hast du nur einmal eine Tablette genommen und bis heute NW davon? Wie lange ist die Einnahme her?

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [SandKing](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:49:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Wed, 07 November 2012 14:36
die aufwendigere variante hat nur einen optischen vorteil...etwas füllstoffe entfernt

die schnelle rezeptur ist immer für 50 ml , damit man sie recht schnell verbraucht

Ok, danke.

Nach dem über Nacht einwirken lassen sollten die Haare dann ja vermutlich am Morgen gewaschen werden, oder? Oder macht es nichts (hinsichtlich Schuppen/Juckreiz), wenn man die Haare erst am nächsten Tag abends wäscht?

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [Mr.Goodkat](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:53:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich schreib dir ne PN, damit dein Thread nicht wieder zu nem NW von Fin Thread wird.

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [Yes No](#) on Wed, 07 Nov 2012 14:18:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

SandKing schrieb am Wed, 07 November 2012 14:43

Naja, insgesamt könnte sie denke ich schon etwas besser sein. Insbesondere esse ich eigentlich relativ wenig Fleisch, weshalb ich dafür dann die Eisentabletten ins Programm aufgenommen habe.

Gut. Also Eisen ist auch nicht etwas das man überdosieren wollte. So viel wie nötig und so wenig wie möglich, heißt die Devise.

Wenig Fleisch ist sehr intelligent.

Die genannten NEM sind zum Teil billige Ramschware (Peak) und auch wenig sinnvoll (Kieselerde - wenn dann sollte es Kieselsäure heißen - etwa Kieselsäuregel aus der Apo).

Lebst du auf dem Dorf oder warum bestellst du so Sachen bei Amazon? :d Weil das gibt es in der Drogerie, da spart man sich evtl das Porto.

Um speziell die Haare zu unterstützen (und nicht nur die Haare) müssten es schon exotischere Sachen sein, wie z.B. Resveratrol.

Oder Acetyl-L-Cystein, Tocotrienole, evtl Acetylcarnitin usw. Ich habe gute Erfahrung mit ca 1g L-Lysin vor dem Schlafengehen gemacht (war aber noch Zink / Magnesium dabei); d.h. man könnte hier sowas wie ZMA und Lysin nehmen. In dem Peak-Produkt sind unbrauchbares Zinkoxid und Magnesiumoxid drin. NEM in Deutschland sind grundsätzlich grausig - alles nur die billigsten Rohstoffe zu üppigen Preisen. So etwas wie z.B. K2 (MK4 / Menatetrenone) gibt es praktisch nirgends. Absolut armes Land.

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox
Posted by [SandKing](#) on Thu, 08 Nov 2012 18:24:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

swipe schrieb am Wed, 07 November 2012 15:18

Gut. Also Eisen ist auch nicht etwas das man überdosieren wollte. So viel wie nötig und so wenig wie möglich, heißt die Devise.

Wenig Fleisch ist sehr intelligent.

Die genannten NEM sind zum Teil billige Ramschware (Peak) und auch wenig sinnvoll (Kieselerde - wenn dann sollte es Kieselsäure heißen - etwa Kieselsäuregel aus der Apo).

Lebst du auf dem Dorf oder warum bestellst du so Sachen bei Amazon? Weil das gibt es in der Drogerie, da spart man sich evtl das Porto.

Zum einen lebe ich tatsächlich auf dem Dorf, weshalb ich mir nicht unbedingt sicher war, dass

die Dorf-Apotheke gerade das hat, was ich mir rausgesucht habe. Zum anderen bestelle ich recht viel bei Amazon, da kann ich mir schon mal ein paar NEMs bestellen wenn ich sowieso über 20€ bin, da kommt nichts mehr Porto-mäßig dazu. Also keine Sorge, dass ich wg. überhöhter Portokosten demnächst in Privatinsolvenz gehen muss.

Die Eisentabletten decken laut Packung 100% des täglichen Eisenbedarfs ab (dazu noch meist 100% von diversen Vitaminen, teilweise sogar bis zu 225% des Tagesbedarfes). Sollte das dann wohl eher auf eine halbe Tablette bzw. 1 Tablette alle zwei Tage beschränken?

Die Peak-Tabletten habe ich noch gar nicht eingeschmissen, die sahen mir ehrlich gesagt auch etwas ramschig und nicht gerade vertrauenserweckend aus. Von den MSM Kapseln und den Basentabletten hältst du demnach auch nicht viel, oder sind da z.B. die Basentabletten vielleicht ganz ok?

swipe schrieb am Wed, 07 November 2012 15:18

Um speziell die Haare zu unterstützen (und nicht nur die Haare) müssten es schon exotischere Sachen sein, wie z.B. Resveratrol.

Oder Acetyl-L-Cystein, Tocotrienole, evtl Acetylcarnitin usw. Ich habe gute Erfahrung mit ca 1g L-Lysin vor dem Schlafengehen gemacht (war aber noch Zink / Magnesium dabei); d.h. man könnte hier sowas wie ZMA und Lysin nehmen. In dem Peak-Produkt sind unbrauchbares Zinkoxid und Magnesiumoxid drin. NEM in Deutschland sind grundsätzlich grausig - alles nur die billigsten Rohstoffe zu üppigen Preisen. So etwas wie z.B. K2 (MK4 / Menatetrenone) gibt es praktisch nirgends. Absolut armes Land.

Hast du da evtl. eine Empfehlung für mich, was für ZMA- bzw. Lysinmarken man probieren könnte? Bei Amazon gibt es da zu beiden wieder eine seeehr große Auswahl (ZMA unter anderem von den Qualitätsfachmännern von Peak).

Und, wie genau helfen ZMA und Lysin den Haaren (wenn es nicht zu viel Mühe macht, das zu erklären. Ansonsten einfach überlesen).

Subject: Aw: Fin topisch ohne Minox

Posted by [Yes No](#) on Thu, 08 Nov 2012 22:00:34 GMT

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

Nicht mißverstehen, Peak ist eine gute, innovative Firma, nur, alle die A-Z Vitamintabletten sind idR kagge. Eine löbliche Ausnahme wäre zB (gibt es auch in dt. Shops):

<http://www.bodybuilding.com/store/gn/anavite.html>

Das MSM kann man nehmen; auch die Basen, sind aber sicherlich überteuert..

Das ZMA/Lysin hat mir guten Schlaf gebracht und Immunsystem gepusht, so dass ich morgens aufstehen konnte "wie ein junger Gott"; die Haare fühlten sich kräftig und gesund an. Kann natürlich eine individuelle Geschichte sein. Wachstum oder so will ich nicht herbeireden - also eher mehr Qualität.
