

---

Subject: Mein Plan. Gut oder Schlecht?

Posted by [Gast](#) on Sat, 09 Mar 2013 12:29:07 GMT

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

---

Hallo Leute.

Seit einiger Zeit werden meine Kopfhaare immer dünner. Wenn ich mir am Oberkopf durch die Haare fahre fühlt dich das kaum noch nach Haaren an. Ich habe zwar noch ziemlich viele, diese werden aber immer dünner und dünner. Außerdem verliere ich jeden Tag so 50-100 Haare. GHE und Tonsur sind nur leicht auffällig, viel mehr stört mich diese Ausdünnung.

Ich will da jetzt was dagegen unternehmen, mein Plan nachdem ich das Forum tagelang durchstöbert habe:

- Lipogain (Minox + top. DHT Hemmer) gemischt mit Pantostin, 1x tgl.
- Keratene oder sehr geringe Dosis FIN, systemisch um den DHT Spiegel im Körper leicht zu senken.
- Außerdem alle möglichen NEM

Ich versuche mit dem Plan meinen Haarausfall zu verlangsamen und erhoffe mir das die Haare wieder etwas dicker werden.

1mg Fin/Tag kommt für mich nicht in Frage weil ich meine Männlichkeit gerne noch behalten möchte, das ist mir wichtig.

Denkt ihr dass ich mit den Mitteln ein gutes Kompromiss gefunden habe und mir Besserung erhoffen darf?

Oder hat jemand Verbesserungsvorschläge?

Schönes Wochenende allen!

---

---

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?

Posted by [Mr.Goodkat](#) on Sat, 09 Mar 2013 12:51:31 GMT

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

---

nightcrawler88 schrieb am Sat, 09 March 2013 13:29Hallo Leute.

Seit einiger Zeit werden meine Kopfhaare immer dünner. Wenn ich mir am Oberkopf durch die Haare fahre fühlt dich das kaum noch nach Haaren an. Ich habe zwar noch ziemlich viele, diese werden aber immer dünner und dünner. Außerdem verliere ich jeden Tag so 50-100 Haare. GHE und Tonsur sind nur leicht auffällig, viel mehr stört mich diese Ausdünnung.

Ich will da jetzt was dagegen unternehmen, mein Plan nachdem ich das Forum tagelang durchstöbert habe:

- Lipogain (Minox + top. DHT Hemmer) gemischt mit Pantostin, 1x tgl.
- Keratene oder sehr geringe Dosis FIN, systemisch um den DHT Spiegel im Körper leicht zu senken.

- Außerdem alle möglichen NEM

Ich versuche mit dem Plan meinen Haarausfall zu verlangsamen und erhoffe mir das die Haare wieder etwas dicker werden.

1mg Fin/Tag kommt für mich nicht in Frage weil ich meine Männlichkeit gerne noch behalten möchte, das ist mir wichtig.

Denkt ihr dass ich mit den Mitteln ein gutes Kompromiss gefunden habe und mir Besserung erhoffen darf?

Oder hat jemand Verbesserungsvorschläge?

Schönes Wochenende allen!

Hallo,

ich würde den DHT Hemmer völlig weglassen. Selbst wenn es nur topisch ist, völlig unabhängig davon ist es in meinen Augen, aufgrund solcher Studien.

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/22127/246812/#msg\\_246812](http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/22127/246812/#msg_246812)

<http://www.ehrs.org/conferenceabstracts/2000marburg/guestlectures/s04-sawaya.htm>

...auf dauer nicht gut für die Haare. Guckt man sich hier im forum um sieht man auch, dass es bei einigen die wirkung verliert und der Haarausfall teilweise eben nach dem Absetzen schlimmer ist als vorher. Das wird dann damit erklärt, weil man ja kein Fin mehr nimmt und es die Haare nicht mehr schützt, aber nimmt man der Zelle DHT weg, versucht der Körper sowas auszugleichen. Resultat, die Zellen werden noch empfindlicher auf DHT. Das geht unterschiedlich schnell.

Also, unabhängig von den NW von finasterid ist es halt nicht die tolle Lösung.

Da ich mir nicht unterstellen lassen möchte (was schon vorgekommen ist, obwohl ich noch nie zu einem Produkt geraten habe) kann ich dir was alternativen angeht jedoch keinen Ratschlag geben. Tut mir sehr leid. An NEM's würde ich mir auch nicht Alles reinziehen, viele Stoffe wirken unterschiedlich. Z.B. Zink....angeblich ein 5AR hemmer.

Jedoch erhöht, Zink den Testo spiegel, senkt Zink jetzt die 5AR weil es Testo erhöht und somit weniger DHT benötigt wird? Gute Frage halt. Wenns jetzt den Testowert erhöht würde der Haarausfall anfangs schlimmer werden, aber auf "Dauer" besser... jaja aber wie lange dauert das?? Bis man keine Haare mehr hat, ums übertrieben auszudrücken. Darum, bei vielen NEMS weiß man gar nicht genau wo und wie sie tatsächlich in einen System wirken und welchen Einfluss sie in einem ganzen System haben. Ob sie überhaupt aufgenommen werden und und und.....

guck dir mal diesen Thread an.

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/258179/#msg\\_258179](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/258179/#msg_258179)

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?  
Posted by [Gast](#) on Sat, 09 Mar 2013 13:18:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Aber ich habe schon von vielen Hier im Forum gelesen, dass sie mit niedrig dosiertem Fin gute Ergebnisse und wenig Nebenwirkungen hatten.  
Wäre doch mal nen Versuch wert?

---

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?  
Posted by [samy1.0](#) on Sun, 10 Mar 2013 12:16:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mr.Goodkat schrieb am Sat, 09 March 2013 13:51nightcrawler88 schrieb am Sat, 09 March 2013 13:29Hallo Leute.

Seit einiger Zeit werden meine Kopfhaare immer dünner. Wenn ich mir am Oberkopf durch die Haare fahre fühlt dich das kaum noch nach Haaren an. Ich habe zwar noch ziemlich viele, diese werden aber immer dünner und dünner. Außerdem verliere ich jeden Tag so 50-100 Haare. GHE und Tonsur sind nur leicht auffällig, viel mehr stört mich diese Ausdünnung.

Ich will da jetzt was dagegen unternehmen, mein Plan nachdem ich das Forum tagelang durchstöbert habe:

- Lipogain (Minox + top. DHT Hemmer) gemischt mit Pantostin, 1x tgl.
- Keratene oder sehr geringe Dosis FIN, systemisch um den DHT Spiegel im Körper leicht zu senken.
- Außerdem alle möglichen NEM

Ich versuche mit dem Plan meinen Haarausfall zu verlangsamen und erhoffe mir das die Haare wieder etwas dicker werden.

1mg Fin/Tag kommt für mich nicht in Frage weil ich meine Männlichkeit gerne noch behalten möchte, das ist mir wichtig.

Denkt ihr dass ich mit den Mitteln ein gutes Kompromiss gefunden habe und mir Besserung erhoffen darf?

Oder hat jemand Verbesserungsvorschläge?

Schönes Wochenende allen!

Hallo,

ich würde den DHT Hemmer völlig weglassen. Selbst wenn es nur topisch ist, völlig unabhängig davon ist es in meinen Augen, aufgrund solcher Studien.

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/22127/246812/#msg\\_246812](http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/22127/246812/#msg_246812)

<http://www.ehrs.org/conferenceabstracts/2000marburg/guestlectures/s04-sawaya.htm>

...auf dauer nicht gut für die Haare. Guckt man sich hier im forum um sieht man auch, dass es bei einigen die wirkung verliert und der Haarausfall teilweise eben nach dem Absetzen schlimmer ist als vorher. Das wird dann damit erklärt, weil man ja kein Fin mehr nimmt und es die Haare nicht mehr schützt, aber nimmt man der Zelle DHT weg, versucht der Körper sowas auszugleichen. Resultat, die Zellen werden noch empfindlicher auf DHT. Das geht unterschiedlich schnell.

Also, unabhängig von den NW von finasterid ist es halt nicht die tolle Lösung.

Da ich mir nicht unterstellen lassen möchte (was schon vorgekommen ist, obwohl ich noch nie zu einem Produkt geraten habe) kann ich dir was alternativen angeht jedoch keinen Ratschlag geben. Tut mir sehr leid. An NEM's würde ich mir auch nicht Alles reinziehen, viele Stoffe wirken unterschiedlich. Z.B. Zink....angeblich ein 5AR hemmer.

Jedoch erhöht, Zink den Testo spiegel, senkt Zink jetzt die 5AR weil es Testo erhöht und somit weniger DHT benötigt wird? Gute Frage halt. Wenns jetzt den Testowert erhöht würde der Haarausfall anfangs schlimmer werden, aber auf "Dauer" besser... jaja aber wie lange dauert das?? Bis man keine Haare mehr hat, ums übertrieben auszudrücken. Darum, bei vielen NEMS weiß man gar nicht genau wo und wie sie tatsächlich in einen System wirken und welchen Einfluss sie in einem ganzen System haben. Ob sie überhaupt aufgenommen werden und und und.....

guck dir mal diesen Thread an.

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/258179/#msg\\_258179](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/258179/#msg_258179)

oh gott...

---

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?

Posted by [derbrecher](#) on Sun, 10 Mar 2013 13:18:09 GMT

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

auf jedenfall!

les dir mal meinen erfahrungsbericht durch

---

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?

Posted by [Mr.Goodkat](#) on Sun, 10 Mar 2013 13:48:23 GMT

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

nightcrawler88 schrieb am Sat, 09 March 2013 14:18Aber ich habe schon von vielen Hier im Forum gelesen, dass sie mit niedrig dosiertem Fin gute Ergebnisse und wenig Nebenwirkungen hatten.

Wäre doch mal nen Versuch wert?

Deine Gesundheit. Musst du selber wissen. Es gibt so einige die Fin "nur" versucht haben.

samy1.0 schrieb am Sun, 10 March 2013 13:16[

oh gott...

Auto

Schöner wäre es, wenn du dann etwas schreiben würdest, warum. Weil der infogehalt, ist gelich null. Außer, dass du was ich geschrieben habe einfach nur blöd findest.

---

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?  
Posted by [Gast](#) on Sun, 10 Mar 2013 18:55:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guter Bericht, bis zu dem Teil wo du mit fin angefangen hast könnte er von mir kommen

Hattest du auch das Gefühl das alle Haare am Oberkopf immer dünner und strohiger wurden?

Wieviel mg fin nimmst du? und wann hast du eine erste wirkung bemerkt?

---

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?  
Posted by [samy1.0](#) on Mon, 11 Mar 2013 06:29:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mr.Goodkat schrieb am Sun, 10 March 2013 14:48

Außer, dass du was ich geschrieben habe einfach nur blöd findest.

Exakt

---

Subject: Aw: Mein Plan. Gut oder Schlecht?  
Posted by [derbrecher](#) on Mon, 11 Mar 2013 10:10:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zu hundertprozentig sicher sein kann ich nicht aber ich glaube zu der zeit waren meine haare schon ein wenig dünner und kraftlos geworden.

strohiger wurden sie aber nicht. mittlerweile sind sie aber wieder richtig dick und fühlen sich ziemlich stabil an.

ich nehme im 3on 1off zyklus 1mg fin.

wann der wirkungseintritt wirklich kam kann ich nicht genau sagen.

ich glaube das ist eher ein schleichender prozess in dem sich die haare ganz langsam erholen können.

zb nach einem jahr einnahme hatte ich immer noch übermäßigen haarausfall, das war aber weiter nicht schlimm weil mein status gehalten bzw verbessert wurde.

---