

---

Subject: Ist es schon zu spät?

Posted by [Mehrhaare92](#) on Tue, 28 May 2013 18:21:35 GMT

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

---

So hier sind mal Bilder und die Frage was kann ich dagegen tun? Als Information sollte ich vllt. erwähnen, habe leichten Eisenmangel + Thalassämie. Verwandte (Bei meinem Vater, Brüder von Mutter und Vater ging der Haarausfall mit Mitte 20 los ... bei mir aber leider schon mit 20 letztes Jahr ...)

Habe bis jetzt nichts dagegen unternommen und wollte Fragen, was ich zu mir nehmen kann, um den HA anzukämpfen.

Damit sind vor allem Shampoos, Tabletten und anderer Kram gemeint. (Bitte schreiben welche Marke und wie viel von etwas) Habe hier einige Threads durchgelesen und lese immer verschiedene Sachen die bei dem einen as brachten und bei dem anderen dagegen nichts.

Habe kein Problem damit die Haare unter 1 Cm zu halten, mir wäre es aber lieber wenn sie halbwegs voller wären.

### File Attachments

---

1) [Haare.jpg](#), downloaded 930 times



Subject: Aw: Ist es schon zu spät?

Posted by [Mehrhaare92](#) on Tue, 28 May 2013 18:22:09 GMT

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

---

Weiteres Bild

### File Attachments

---

1) [Haare 2.jpg](#), downloaded 700 times



Subject: Aw: Ist es schon zu spät?  
Posted by [Gast](#) on Tue, 28 May 2013 22:08:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haarausfall ist ein trial und Error!  
Jeder schlägt anders ein auf die Medikation.  
Mach mal ein bild von deiner kompletten front, haste geheimratsecken, usw.  
Man sieht auf dem Bild eine AUdünnung, aber die front sieht normal aus.m:M  
Zum arzt hormonwerte, schilddrüse, blutbild untersuchen lassen.  
Du sagstes du hast eisenmangen, dann unternimm was dagegen.  
Sollten es nicht daran liegen, dann haste eine aga nach diffuser Ausdünnung.  
Dann würde ich Finasterid ausprobieren, weil es bei diffuser ausdünnung nach aga sehr gut hilft, m:M  
Shampoos haben kein Einfluss nur optisch her.  
Du könntest Ket-shampoo dazu tun. Aber wird bei aga auch nichts bringen. m:M  
wie ist deine Kopfhaut , haste juckreit, fettige schuppen, glänzt deine kofhaut,usw

---

---

Subject: Aw: Ist es schon zu spät?  
Posted by [Knorkell](#) on Wed, 29 May 2013 01:33:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Finasterid (einlesen )  
Minoxidil, relativ bedenkenlos.  
[http://www.biovea.com/de/product\\_detail.aspx?NAME=MINOXIDIL-5-MAENNER-12-X-60ml-12-Monatspackung&PID=2024](http://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?NAME=MINOXIDIL-5-MAENNER-12-X-60ml-12-Monatspackung&PID=2024)

Alles andere bringt entweder nichts (Coffein Geschwurbel, Zink, Biotin etc. Tabletten) oder ist zu heftig für den Körper, orale Antiandrogene.  
Und wie gesagt auch Fin KANN NW's mit sich führen, hierzu einlesen.

Beides die populärsten und wirksamsten Stoffe bei der AGA Bekämpfung wenn man nicht Transgender werden will

---

---

Subject: Aw: Ist es schon zu spät?  
Posted by [Mehrhaare92](#) on Wed, 29 May 2013 11:20:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Finasterid kommt nicht in Frage. Dachte schon daran mir Minox zu bestellen.

Nun zu der Frage. Hier nehmen einige auch Sachen wie Biotin, Zink usw. und benutzen auch bestimmte Shampoos. Was davon ist wirklich nützlich und was davon ist weniger wirksam?

Spiele auch mit der Idee mir Biotin, Zink, Eisen und L-Arginin zuzulegen. Und sollte ich statt Head and shoulders Shampoo lieber ein Babyshampoo benutzen? Habe hier auch gelesen wie nicht nur einer Babyshampoo vorschlug.

---

---

Subject: Aw: Ist es schon zu spät?

Posted by [SirRagusa](#) on Fri, 14 Jun 2013 10:03:11 GMT

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

---

Würde das denn Immernoch dünn aussehen wenn du die länger wachsen lässt? Versuch es mit minox Schaum und Arginin und guck ob's was bringt.

---

Subject: Aw: Ist es schon zu spät?

Posted by [Mehrhaare92](#) on Wed, 14 Aug 2013 16:54:05 GMT

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

---

Habe mir jetzt mal Minoxidil 5% bestellt doch bevor ich damit anfangen sollte ich vllt. mal zum Hausarzt und ein letztes mal mein Blutbild usw. überprüfen lassen? Vllt. auch andere Sachen, da ich mich jetzt nicht 100% damit auskenne. Der Hautarzt meinte als er mir Regaine verschrieben hat, ich solle mich mal beim Arzt untersuchen lassen. Was genau soll ich denn den Arzt untersuchen lassen?

Ebenfalls wollte ich mir ein Ket Shampoo besorgen, was ich 2-3 mal in der Woche benutzen werde.

Biotin und Arginin Tabletten/Kapseln wollte ich auch noch kaufen. Wie oft sollte ich das denn jeweils benutzen? Brauche ich überhaupt beide Tabletten, oder kann ich eins streichen und dafür lieber Zink oder Vitamintabletten benutzen?

Eine weitere Frage hätte ich zu der Ernährung. Spielt das wirklich eine Rolle beim Haarausfall? Ein Bekannter meinte desto fettreicher und ungesünder man sich ernährt, desto schlechter ist es für die Haare. Es würde zu Übersäuerung führen. Man soll laut ihm Süßigkeiten und Milchprodukte soweit es geht meiden.

---

Subject: Aw: Ist es schon zu spät?

Posted by [ru-power](#) on Wed, 14 Aug 2013 17:33:19 GMT

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

---

Mehrhaare92 schrieb am Wed, 14 August 2013 18:54 Habe mir jetzt mal Minoxidil 5% bestellt doch bevor ich damit anfangen sollte ich vllt. mal zum Hausarzt und ein letztes mal mein Blutbild usw. überprüfen lassen? Vllt. auch andere Sachen, da ich mich jetzt nicht 100% damit auskenne. Der Hautarzt meinte als er mir Regaine verschrieben hat, ich solle mich mal beim Arzt untersuchen lassen. Was genau soll ich denn den Arzt untersuchen lassen?

Ebenfalls wollte ich mir ein Ket Shampoo besorgen, was ich 2-3 mal in der Woche benutzen werde.

Biotin und Arginin Tabletten/Kapseln wollte ich auch noch kaufen. Wie oft sollte ich das denn jeweils benutzen? Brauche ich überhaupt beide Tabletten, oder kann ich eins streichen und dafür lieber Zink oder Vitamintabletten benutzen?

---

Eine weitere Frage hätte ich zu der Ernährung. Spielt das wirklich eine Rolle beim Haarausfall? Ein Bekannter meinte desto fettreicher und ungesünder man sich ernährt, desto schlechter ist es für die Haare. Es würde zu Übersäuerung führen. Man soll laut ihm Süßigkeiten und Milchprodukte soweit es geht meiden.

Klopp die ganzen Vitamin etc Tabs in die Tonne, die sind nur ungesund..

Nimm das Minox und gut ist, misch es vielleicht noch mit Voltaren (siehe etliche Threads hier), KET kannst du auch ersetzen durch Nizoral Creme jeden Tag wenn dir das lieber ist.

Was was bringen kann sind Phytoöstrogene, aber auch hier nicht übertrieben (50-100mg/Tag).

Ohne Fin wirds aber wahrscheinlich nichts dauerhaftes werden. Voltaren könnte was bringen -> testen

Sikapur Kieselsäuregel jeden Tag ist auch noch sinnvoll..

---