
Subject: Haarausfall mit Minox - wie viele Haare pro Tag?

Posted by [Piotr](#) on Sun, 10 Nov 2013 13:49:22 GMT

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

Hey Leute,

sorry, falls es dieses Thema schon gegeben hat, hab auf die Schnelle nichts gefunden.

Ich nehme nun seit etwas mehr als drei Monaten Regaine Foam zwei Mal täglich. Bisher kann ich nicht sagen, dass mir irgendwo neue Haare gewachsen wären.

Ich hatte bis vor kurzem nur das Gefühl, dass der Haarausfall zurück ging.

Gestern habe ich mal meine Haare am Waschbecken unterm Wasserhahn gewaschen und dabei den Stöpsel rein und danach das Wasser ganz langsam ablaufen lassen, damit die Haare nicht rausgeschwemmt werden (hab in der Dusche kein Sieb im Abfluss).

So grob überschlagen habe ich ca. 30 - 40 Haare gezählt. Längere und kürzere.

Ansonsten fällt mir eigentlich nicht auf, dass ich extrem viele Haare verliere. Am Kopfkissen ist am morgen wenig bis gar nichts zu finden und auch tagsüber kommt es eher selten vor, dass mal ein Haar am Schreibtisch liegt bei der Arbeit.

Mir ist nur aufgefallen, dass, wenn ich mal 10 - 15 Sek. in den Haaren wuschel, bestimmt auch 15 - 20 Haare da liegen.

Mich würde interessieren, ob diese Werte bedenklich oder normal sind? Ich muss dazu sagen, dass mein Haarausfall eher schleichend voran geht (bin 25 Jahre alt). Habe im Moment NW3, mein Hinterkopf ist noch top. Nur halt größere Geheimratsecken, mit denen ich aber gut zurecht komme und es mich auch nicht weiter stört. Andere Leute, die ich kenne, haben mit 21 schon ne Platte, von daher könnte es durchaus schlimmer sein für mich.

Bin halt nur am Überlegen, ob ich Minox noch weiter anwenden soll oder auf Fin umsteige (worauf ich eigentlich absolut keinen Bock habe wegen den Nebenwirkungen).

Ein Shedding aufgrund von Minox hatte ich bisher noch nicht wirklich feststellen können. Ich weiß ja nicht, ob das eher als positiv oder negativ zu werten ist.

Vielleicht bin ich im Moment in der Shedding-Phase? Wie lang sollte man Minox anwenden, um eine aussagekräftiges Ergebnis zu haben?

Sind die 100 Haare am Tag als Richtwert wirklich "normal" oder schon eher grenzwertig? So genau kann ich es nicht feststellen, wie viele Haare ich täglich verliere aber ich denke mal, die meisten werden beim Waschen draufgehen. Und dann würde ich ja noch ziemlich gut liegen, denn mehr als 120 Haare werden nicht draufgehen (wie gesagt, so genau kann ichs auch nicht feststellen).

Grüße,
Peter

PS: Shampoo-mäßig verwende ich Alpecin C1 Coffein Shampoo.

Subject: Aw: Haarausfall mit Minox - wie iele Haare pro Tag?

Posted by [hako1986](#) on Sun, 10 Nov 2013 18:25:39 GMT

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

Weiter anwenden. 3 Monate sind zu kurz. Haarwechsel unter Minoxidil ist bei jedem bestimmt anders. Mindestens noch 3 weitere Monate.

Bei Finasterid musst du selbst entscheiden. NW können aber müssen nicht auftreten.

Ich hatte nur etwas flüssigeres Sperma. Aber ich benutze auch Progesteron und muss sagen, dass ich keine NW mehr habe. Ketoconazol kannst du noch dazu nehmen.

Subject: Aw: Haarausfall mit Minox - wie iele Haare pro Tag?

Posted by [Piotr](#) on Sun, 10 Nov 2013 20:06:30 GMT

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

Hatte ich auch so vor, dass ich Minox auf jeden Fall noch weiternehme. Muss ja meine zweite 3-Monatspackung leer bekommen ^^

Sonst noch irgendwelche Meinungen zu der Anzahl verlorener Haare?

Hab gelesen, dass bei den 100 Haaren täglich die Haarwäsche gar nicht mit eingerechnet ist. Stimmt das?

Subject: Aw: Haarausfall mit Minox - wie iele Haare pro Tag?

Posted by [Emolufu](#) on Sun, 10 Nov 2013 22:45:39 GMT

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

Es ist meiner Meinung nach normal, sofern es nur eine Phase ist. Auf Dauer ca. 100 Haare tägl. zu verlieren ist denke ich etwas kritisch. Bzw habe mal gelesen, dass es so ist. Evtl mal nen Hautarzt aufsuchen. Aber ich denke Fin hilft da nicht. Kann sein dass dein AGA von diffusem Haarausfall begleitet wird. Keine Seltenheit... In diesem Falle musst du bestimmte Nährstoffe zu dir nehmen oder halt auch vorsichtshalber zum Arzt.

Subject: Aw: Haarausfall mit Minox - wie iele Haare pro Tag?

Posted by [thereishope](#) on Mon, 11 Nov 2013 12:40:32 GMT

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

wenn du eine vergrößerung der geheimratsecken in den letzten jahren feststellen konntest, leidest du unter erblich bedingtem harausfall, da sei dir mal sicher. die anzahl an haaren, die du täglich verlierst, ist auch ein anzeichen hierfür.

wende regaine weiterhin konsequent an. zusätzlich empfehle ich dir das angesprochene finasterid zu benutzen. mach dir nicht schon vor der anwendung gedanken über nebenwirkungen, sondern sei dir bwusst, dass die allermeisten anwender keine oder vernachlässigbare nebenwirkungen haben. lass dich von den internetforen nicht verunsichern. ich weiss zwar nicht genau, wie es in diesem forum aussieht, aber in den amerikanischen

haarausfall foren wird eine unbegündete und mitunter unerträgliche panikmache bezüglich der nebenwirkungen von finasterid betrieben.
probiere es einfach mal aus. falls du -wider erwarten- dennoch nebenwirkungen feststellen solltest, setze es halt wieder ab.

unterm strich ist es eben DIE chance deine haare noch ein paar jährcchen auf der birne zu behalten, und Du bist ja noch in einem alter, in dem das aussehen eine zentrale rolle, auch im umgang mit dem anderen geschlecht, spielt

viel glück

Subject: Aw: Haarausfall mit Minox - wie iele Haare pro Tag?

Posted by [Piotr](#) on Mon, 11 Nov 2013 15:24:12 GMT

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

Ja, stimmt schon, dass Fin eine Option wäre. Allerdings hab ich halt keinen Bock auf Libidoerlust und dergleichen.

Vor allem gibt es doch bei Fin sogar non-reversible Nebenwirkungen (oder wie man das nennt), so dass das mit "einfach absetzen" leider nicht mehr rückgängig gemacht werden kann.

Es wird mit Sicherheit so sein, dass in Foren vieles hochgepusht wird, aber so ganz ohne ist Fin auch nicht.
