
Subject: 4,5 Jahren Minox, was nun?

Posted by [lux123](#) on Wed, 08 Jan 2014 14:49:00 GMT

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

Hallo zusammen,

nach nun fast 4,5 Jahren Minox würde ich gerne ein Fazit ziehen und eventuell andere Therapien versuchen.

Zunächst zu den Fakten/Status Quo:

- Seit Juni 2009 nehme ich Minox, allerdings verdünnt auf 2,5%. Bei 5% ist die Schuppenbildung einfach zu stark.
- GHE würde ich zwischen NW 1 und 2 sehen. Haarausfall pro Tag konnte durch Minox stark reduziert werden, allerdings weiterhin diffuser Ausfall am Oberkopf und folglich weniger dichtes Haar am Oberkopf, so dass die Kopfhaut zu sehen ist. Also eine langsame Verschlechterung zu damals.
- NW von Minox: Haarfarbe ist dunkler geworden, verstärkter Haarwuchs nicht nur am Kopf von Einzelhaaren, eventuell etwas kräftigeres Gesicht
- In den GHE sind besonders am Rand noch viele pigmentierte aber miniaturisierte Haare zu sehen.
- Sonst nehme ich außer einem Schuppenshampoo und aktuell Voltaren nichts.

Was noch relevant sein könnte:

- Die Augenbrauen lassen sich teilweise sehr leicht mit den Finger zupfen. Da hat man dann 3-4 auf einmal gezupft ohne Schmerzen.
- Ich habe diverse Allergien gegen Pollen, Staub und Schimmelpilze und an 3 Fingern chronisch trockene Haut, fast wie Neurodermitis. Kommt angeblich von der Seife/häufigem Händewaschen. Ich bemerke aber oft einen Zusammenhang mit Stress im Job.

Die Frage, welche sich nun mir stellt, soll ich so weitermachen wie bisher oder soll ich etwas anderes oder zusätzliches versuchen?

Ich habe nun 2 Wochen das Forum durchgelesen, bin aber wenig schlauer geworden. Es gibt es ja unglaublich viele Ansätze, von den ganzen Abkürzungen brummt mir jetzt noch der Kopf und zu jedem Thema finde man Befürworter und welche, die es verteufeln. Ich habe schon ernsthaft überlegt ob eine Transplantation nicht die finale und bessere Lösung wäre, da auf lange Sicht weniger Chemie.

Aber ansonsten FIN, Dut, Prog, topisch und nicht topisch. Minox, Foam, Shampoo, Laser, etc.. Dann hier noch eine Creme und da noch eine selbstgemixte Lotion und das alles in unterschiedlichen Dosierungen. Wer soll da durchblicken? Ich versuche es, aber die schiere Informationsfülle und die unzähligen Threads und Kommentare, welche sich dann im Zeitverlauf auch noch widersprechen überfordern mich.

Aus meiner laienhaften Position sehe ich Fin als Option, allerdings schrecken mich die Horrorgeschichten von irreversiblen NW immer wieder ab.

Schließlich möchte ich noch mal Kinder haben und nicht mit vollerem Haar mit 60 aufgrund der

Chemie den Löffel abgeben.

Mein Ziel ist es, etwas mehr Haardichte zu bekommen und die Miniaturisierung umzukehren. Die GHE müssen gar nicht wieder voll zu wachsen, falls das überhaupt gehen könnte.

Ich wäre daher für jeden Rat dankbar, welcher meine aktuellen Umstände/Status und Versuche berücksichtigt.

Ich bin mal gespannt und schon mal danke.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [hako1986](#) on Wed, 08 Jan 2014 15:37:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nimm Minoxidil weiter. Finasterid muss einfach dabei sein.
Ohne ein DHT Blocker ist es schwer.
Finasterid stoppt ja auch nicht den Haarausfall komplett.
Es kommt vor das es nur langsamer voranschreitet.
Nebenwirkungen leichte Libidoschwächung, etwas wässriges Sperma und keine richtige Morgenlatte. Muss aber auch nicht bei jedem sein.
Darüber hinaus kannst du noch KET Creme dazu nehmen.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [Foxi](#) on Wed, 08 Jan 2014 18:51:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fin ist eben ein muß bei HA

wenn du es nicht Oral nehmen willst, probiers mal mit Topisch Finasterid
5-10mg in Minox lösen (vorher zermörsern)
vielleicht hast du da gar keine Probleme

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [hako1986](#) on Wed, 08 Jan 2014 20:54:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dann lieber Dutasterid topisch.
Fin topisch wird ihm nicht bringen.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [SomeDude](#) on Wed, 08 Jan 2014 21:55:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey,

fand den versuch mit voltaren, respektive der salbe von Jose ganz interessant (thread heisst glaub THE WAY TO GO), Ket nehme ich jetzt seit drei monaten, Würd ich auch probieren, bist jetzt seh ich noch nichts an krassem haarverlust, hab aber erst seit mitte september FIN abgesetzt, also kanpp 4 monate, Minox nehme ich seit neuem (mitte november), Sprich ich versuche mit KET, der Jose crem (ist noch ausverkauft) und Minox meinen status zu halten,,,,,,

Zu Fin; Ich habe sieben jahre fin genommen, brav auch immer 1 mg (ist zu viel!! weniger reicht), habs natürlich auch häufiger vergessen bzw, absichtlich sein gelassen, soweit lief immer gut unten rum, habe ich mir dann auch keine gedanken über weitere nebenwirkungen gemacht, Im august hab ich dann mich nach jahren eingelesen, weil ich schelchter eine erektion bekam,

Ich hatte natürlich über all die jahre auch; immer wieder sehr wässriges sperma, sehr oft augen brenn (hab mir sogar ne brille deswegen gekauft), immer wieder sehr sehr kurze anzeichen von tinitus, ziehen in der brust, sehr sehr leicht gyno, sehr leichtes fremdheitsgefühl im penis,,,,,,--> es ist eigentlich ALLLES seit her wieder besser geworden,

Generell sind die NW glaub ich auch irgendwo ertragbar, ich mein mir sind sie aufgefallen, aber da ich mich jahrelang nicht mit FIN beschäftigt habe konnte ich einige erst im nachhinein FIN zuschreiben, eben seit august (und ich wollte mich eigentlich nur damit beschäftigen ob endlich was anderes rauskommt), Sprich bei mir waren einige (hab nicht alle aufgezählt) NW von FIN da, ohne diese direkt dem Medi zuzuordnen, Ich hab eben die verbindung erst im august gesehen, da die NW "ich sag mal tolerierbar" waren! Ich habs eben auch verdammte sieben jahre geschluckt, Ich denke mittlerweile das bei den meisten sich früher oder später NW einschleichen!! Ich persönlich nehms nichtmehr!! Würde ich auch keinem raten!! über 20 / 30 jahre wirds sehr viele ähm f****n

Sieben jahre sind einfach ne verdammt lange zeit in seinem hormonhaushalt unsachgemäß, (wenn auch geringfügig) rumzupfuschen! und du musst die scheisse die nächsten 40,60 whatever jahre fressen, bei den meisten werden die NW eben langsam mehr,,,,,,Wie gesagt ich möcht keine panik machen, ich habs sieben jahre genommen und mich ein dreck um die NW geschert da ich noch nen komplett steifen hatte, aber NW gibts anscheinend auf vielen ebenen, leider auch wenn man sich so wie ich nicht in solchen foren hier rumtreibt und den ganzen tag über NW liest und so,,,,,

Probiere mit was anderem wenn möglich ohne hier panik machen zu wollen,,,,,Meine meinung, cheers

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Thu, 09 Jan 2014 00:00:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke schon mal für eure Antworten.

Ist die KET Creme denn nicht in erster Linie gegen die Schuppenbildung?

Dutasterid ist ja noch stärker als Fin. Wenn ich Pilos Beitrag hier richtig verstehe
<http://www.alopezie.de/weitere-mittel-gegen-haarausfall/dutasterid> ist es viel schwieriger zu dosieren.

Ist bei der NW mit Impotenz eigentlich eine Unfruchtbarkeit gemeint oder "nur" eine Erektionsstörung?

Hat Fin über die Jahre denn merklich geholfen? Werden die Haare dichter oder wird nur der Status gehalten?

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Thu, 27 Feb 2014 12:48:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schade, dass bisher niemand auf meinen letzten Post eingegangen ist.

Nach weiterer Recherche würde ich gerne zusätzlich zum Minox probieren:

Zink
Kupfer
Biotin
Leinsamen

Hier stellt sich die Frage der Form und der Dosierung. Was ist hier ratsam?

Lotion mit Ketoconazol nach den Rezepten von Pilos

Außerdem und hier wird es eher kritisch Progesteron Creme.

Was meint ihr? Könnte dies zusammen mit dem bisherigen Minox besser helfen?

Vielen Dank schon mal.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [xerxx](#) on Thu, 27 Feb 2014 13:00:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ket ist ein Muss!

http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/23751/273092/#msg_273092

>am besten die alk Variante jeden 2ten tag morgens

Dut topisch als 5ar-Hemmer ist auch ein Versuch wert, nehme ich momentan auch
Viel Erfolg!

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?

Posted by [lux123](#) on Thu, 27 Feb 2014 13:06:32 GMT

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

Die mit Wodka oder Isopropanol?

Ket wollte ich auch in jedem Fall probieren, da ich nun das hier gelesen habe.

"Da Minoxidil sowohl die 5-AR, wie auch die 17- β -HSD erhöhen soll, ...

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10098703>

...sollte Minoxidil immer mit einem Antiandrogen kombiniert werden:

Finasterid/Dutasterid als 5-AR Hemmer, bzw. Ketoconazol als 17- β -HSD Hemmer."

Heißt das, dass ich die ganzen Jahre quasi den Haarausfall beschleunigt habe mit Minox? Die
Haarsubstanz ist über die Jahre hinweg schon dünner geworden.

Besteht daher die Möglichkeit die dünnen kurzen Haare wieder in Vollhaare zu verwandeln?

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?

Posted by [xerxx](#) on Thu, 27 Feb 2014 13:15:03 GMT

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

lux123 schrieb am Thu, 27 February 2014 14:06Die mit Wodka oder Isopropanol?

Ket wollte ich auch in jedem Fall probieren, da ich nun das hier gelesen habe.

"Da Minoxidil sowohl die 5-AR, wie auch die 17- β -HSD erhöhen soll, ...

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10098703>

...sollte Minoxidil immer mit einem Antiandrogen kombiniert werden:

Finasterid/Dutasterid als 5-AR Hemmer, bzw. Ketoconazol als 17- β -HSD Hemmer."

Heißt das, dass ich die ganzen Jahre quasi den Haarausfall beschleunigt habe mit Minox? Die
Haarsubstanz ist über die Jahre hinweg schon dünner geworden.

Besteht daher die Möglichkeit die dünnen kurzen Haare wieder in Vollhaare zu verwandeln?

mit wodka soll es am besten wirken, werde selbst darauf umsteigen (vorher ket creme mit iso)

Ohne ein antiandrogen bringt minox nicht so viel bzw gar nichts... nimm ket und dut topisch mit dazu und zieh das erstmal ein paar monate durch

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Thu, 27 Feb 2014 13:16:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vor dut habe ich aufgrund der NW noch Respekt. Auch wenn es "nur" topisch verwendet werden soll.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [xerxx](#) on Thu, 27 Feb 2014 13:19:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lux123 schrieb am Thu, 27 February 2014 14:16Vor dut habe ich aufgrund der NW noch Respekt. Auch wenn es "nur" topisch verwendet werden soll.

ich habe "bisher" keine(!) nebenwirkungen (nach einem monat nutzen)

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [Sonic Boom](#) on Thu, 27 Feb 2014 14:19:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Hat Fin über die Jahre denn merklich geholfen? Werden die Haare dichter oder wird nur der Status gehalten?
Ich persönlich hab die Erfahrung gemacht das ich mit Fin 12 1/2 den HA gestoppt (auch in GHE) habe und die Haare sich verdichtet haben. Den Status konnte ich also fast 13 Jahre halten. Ich bemerkte KEIN Vortschreiten des HAs!!!
Gruß

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Sat, 15 Mar 2014 17:34:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nehme nun weiter Minox, allerdings dazu die Ket-Lotion und Haarkraft Kapseln von tetesept und dieses kieselsäure gel. Mal schauen ob das was bringt. ich habe noch viele miniaturisierte Haar und hoffe diese zu reaktivieren.

ob ich nun noch fin oder dut oder RU dazunehme, da bin ich mir noch sehr unsicher.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Wed, 11 Jun 2014 21:16:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie viel mL der

10 ml Ket-Shampoo
10 ml Wodka

Mischung soll denn aufgetragen werden jeden 2. Tag, 3 Wochen on/1 Woche off?

Aktuell nehme ich 2mL

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [Aristo084](#) on Thu, 12 Jun 2014 15:32:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lux123 schrieb am Wed, 11 June 2014 23:16Wie viel mL der

10 ml Ket-Shampoo
10 ml Wodka

Mischung soll denn aufgetragen werden jeden 2. Tag, 3 Wochen on/1 Woche off?

Aktuell nehme ich 2mL

Ja, siehe Selbsthilfe.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Thu, 12 Jun 2014 15:48:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja da hatte ich geschaut. Da steht nur wie aufzutragen ist und die Häufigkeit, aber die Menge habe ich gefunden

2mL hatte ich im Kopf, aber ich wollte mich vergewissern.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [Aristo084](#) on Thu, 12 Jun 2014 16:16:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn ich zuviel auftrage (sprich überdosiere) brummt mein Schädel, fast eine Stunde lang.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [frodo](#) on Thu, 12 Jun 2014 16:20:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lux123 schrieb am Thu, 12 June 2014 17:48Ja da hatte ich geschaut. Da steht nur wie aufzutragen ist und die Häufigkeit, aber die Menge habe ich gefunden

2mL hatte ich im Kopf, aber ich wollte mich vergewissern.

ja bis zu 2mL

zitat pilos:

Zitat:Mittels der 1 mL Spritze direkt auf der Kopfhaut ansetzen und bahnenweise bis zu 2 mL 1 mal täglich (bevorzugt abends) auftragen und über Nacht einwirken lassen.

Mittels des Spritzenausgangs wird zudem auch einmassiert

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Thu, 12 Jun 2014 16:21:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei zuviel Minox oder bei KET? Hier gibt es um KET Lotion.

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [lux123](#) on Thu, 12 Jun 2014 16:25:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

frodo schrieb am Thu, 12 June 2014 18:20lux123 schrieb am Thu, 12 June 2014 17:48Ja da hatte ich geschaut. Da steht nur wie aufzutragen ist und die Häufigkeit, aber die Menge habe ich gefunden

2mL hatte ich im Kopf, aber ich wollte mich vergewissern.

ja bis zu 2mL

zitat pilos:

Zitat:Mittels der 1 mL Spritze direkt auf der Kopfhaut ansetzen und bahnenweise bis zu 2 mL 1 mal täglich (bevorzugt abends) auftragen und über Nacht einwirken lassen.

Mittels des Spritzenausgangs wird zudem auch einmassiert

Das untere bezieht sich wohl nicht auf KET. Das macht man nicht jeden Tag drauf.

Hier steht jedenfalls nicht wieviele mL in der Anleitung

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/23751/0/unread/>

Subject: Aw: 4,5 Jahren Minox, was nun?
Posted by [frodo](#) on Thu, 12 Jun 2014 16:31:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lux123 schrieb am Thu, 12 June 2014 18:25frodo schrieb am Thu, 12 June 2014 18:20lux123 schrieb am Thu, 12 June 2014 17:48Ja da hatte ich geschaut. Da steht nur wie aufzutragen ist und die Häufigkeit, aber die Menge habe ich gefunden

2mL hatte ich im Kopf, aber ich wollte mich vergewissern.

ja bis zu 2mL

zitat pilos:

Zitat:Mittels der 1 mL Spritze direkt auf der Kopfhaut ansetzen und bahnenweise bis zu 2 mL 1 mal täglich (bevorzugt abends) auftragen und über Nacht einwirken lassen.

Mittels des Spritzenausgangs wird zudem auch einmassiert

Das untere bezieht sich wohl nicht auf KET. Das macht man nicht jeden Tag drauf.

Hier steht jedenfalls nicht wieviele mL in der Anleitung

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/23751/0/unread/>

sind aber 2mL mehr oder weniger
so das deine kopfhaut halt genügend abbekommt !
und das
das bezieht sich auf die ket creme... somit also vergleichbar
bzw
machs halt nicht jeden tag drauf
