

Guten Tag liebes Forum,

ich bin zwar relativ neu hier aber leide schon sehr lange unter Haarausfall und deswegen haben sich sehr viele Fragen in meinem Kopf gestaut. Ich habe die Such-Funktion genutzt aber konnte nicht wirklich auf alle meine Frage eine Antwort finden von daher hoffe ich das Ihr mir hier weiterhelfen könnt. Und es tut mir auch Leid, wenn ich aus eurer Sicht einige unnötige Fragen stelle aber das Forum hier ist meine einzige Möglichkeit.

Zu meiner Situation: Ich bin 19 Jahre alt, leide seit ca. 2 Jahren unter Haarausfall und habe mittlerweile leider Norwood Status 3. Psychisch bin ich in einer sehr schlechten Verfassung, Depressionen, Panikattacken usw. Ohne eine Cap würde ich für kein Geld der Welt ausm Haus gehen, welches mir aber auch sehr hilft mit der Situation besser klarzukommen, ein modernes Accessoire welches viele in meinem Alter benutzen.

Benutze nun seit ca. 6 Monaten Regaine Foam, die vorhandenen Ergebnisse sind jedoch nicht zufriedenstellend. Nun habe ich von meinem Hautarzt, der zu nichts taugt und gar keine Ahnung hat, da seiner Meinung nach Finasterid keine Nebenwirkungen hat und den Hormonhaushalt nicht beeinflusst, auch noch 1mg Finasterid verschrieben bekommen. Habe mir jedoch die 5mg Filmtabletten von AbZ Pharma gekauft und werde es mal probieren und gucken ob Nebenwirkungen auftauchen. Gibt es Qualitätsunterschiede zwischen den Herstellern ?? Soll ich jeden Tag 1/4 nehmen oder z.B. mal einen Tag Pause machen wie viele es hier schreiben ? Ich könnte doch eigentlich auch von der 1/4 ein kleines Stückchen abbrechen sodass es auch auf 1mg kommt oder ?

Seitdem ich Regaine benutze fettet meine Kopfhaut sehr schnell, der Juckreiz ist seit dem Übergang von Lösung zu Schaum auch weniger geworden. Ich habe keine Schuppen in den Haaren aber wenn ich meine Kopfhaut kratze ist meistens auch ein weißer Beleg drauf..? Könnt ihr mir, außer Ketoconazol welches ich mir bald besorgen werde, ein Shampoo empfehlen das ich gegen die fettige und leicht juckende Kopfhaut in der alltägliche Haarwäsche benutzen kann bzw. worauf sollte ich achten?

Ich habe mal was mit "Übersäuerter Kopfhaut" im Zusammenhang mit Haarausfall gelesen, wie kann ich das feststellen? Habe nämlich den Verdacht dass das auf mich zutrifft. Kann mir jemand vielleicht mehr dazu sagen ?

Ich bin sportlich aktiv und benutze aus diesen Gründen u.a. Zink Tabletten und Creatin. Von Zink weiß ich das es gut für Haut & Haare ist. Leider konnte ich nichts konkretes über die Wechselwirkung von Creatin und Finasterid herausfinden. Weiß jemand mehr dazu?

Natürlich habe ich auch über eine Haartransplantation/Harrteil nachgedacht. Wenn dann würde ich die wohl vorallem aus Kostengründen in der Türkei machen lassen. Das ist relativ praktisch weil ich in Istanbul einige Verwandte habe und somit der Aufenthalt & die Sprache kein Problem darstellt. Ich habe mich schon zu einigen Ärzten informiert. Jedoch habe ich letzens in der TV Werbung eine Reklame von Medical One aus Deutschland gesehen. Hat

hier jemand Erfahrungen mit dieser Klinik gemacht?

Ja es sind sehr viele Fragen, ich hoffe trotzdem das Ihr mir weiterhelfen könnt. Hab auch versucht mich relativ kurz zufassen Noch eine Gute Nacht !

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [pilos](#) on Sun, 09 Feb 2014 11:22:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/tt/thread/10/>

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [krx](#) on Sun, 09 Feb 2014 12:19:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Übersäuerungstheorie ist Quatsch. Zink ist problemlos und gut.

Kreatin soll und erhöht den DHT Spiegel was schlecht für die Haare ist.

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [he90](#) on Sun, 09 Feb 2014 13:58:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sei mir nicht böse, aber so richtig haste die suchfunktion ja nicht benutzt oder? nimm dir einfach mal zeit und lies dir alles durch

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [haarausfall94](#) on Tue, 11 Feb 2014 16:14:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe schon bevor ich mit Finasterid angefangen habe die Schnauze davon voll ..

Habe mir jetzt die 5mg von AbZ gekauft.. Und bereue es schon irgendwie. Sollte ich mir lieber die 1mg Dosis von Propecia kaufen und diese dann sogar teilen ? Hab gelesen das viele sogar hier unter 1mg pro Tag einnehmen und hab deswegen Bedenken mit 1,25mg. Am besten vor oder nach Mahlzeit einnehmen, mit Wasser ?

Danke Pulos für den Link und den von dir betriebenen Aufwand, aber wenn ich das alles so schon lese merke ich wie mir noch mehr Haare ausfallen, das alles ist mir einfach zuviel Stress, bin ja kein Chemiker

Mfg

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [haarausfall94](#) on Thu, 13 Feb 2014 16:16:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist die Dosis von 1,25mg jeden 2. Tag empfehlenswert ??
Soll ich die mit Wasser schluckenoder ohne ??

Eine Antwort wäre sehr nett

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [fredfirestone](#) on Thu, 13 Feb 2014 19:22:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haarausfall94 schrieb am Thu, 13 February 2014 17:16Ist die Dosis von 1,25mg jeden 2. Tag empfehlenswert ??
Soll ich die mit Wasser schluckenoder ohne ??

Eine Antwort wäre sehr nett

steht eigtl. alles hier im forum. ja und ja. auch mal den beipackzettel lesen

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [gollum](#) on Fri, 14 Feb 2014 00:41:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

die einzige Antwort die ich für dich habe:

Gib kein Geld und keine Geduld für Fin, Minox, oder sonstiges Zeug aus! Dein Selbstbewusstsein wird nichts davon erhöhen. Haare werden auch nicht nachwachsen. Nicht bei dir als 19 jährigem. Ich hatte als 20 jähriger NW2.

Der einzige Tipp für dein Leben:

Mach was draus! Geh studieren, werde in irgendeinem Gebiet Experte, verdiene viel Geld und genieße Dein Leben. Und wenn du nicht studieren darfst, tue etwas dafür.
Du hast die Wahl:

- a) Richte Deine Konzentration auf die langsam, aber sicher dahinschwindende Hoffnung, und siehe nach 10 Jahren ein, dass es nicht mehr weiter geht.
- b) Richte Deine Konzentration auf den persönlichen Erfolg und sieh, was Du in 10 Jahren erreicht haben wirst.

Wenn du dich für (b) entscheidest, wird es viele Höhen und Tiefen geben. Aber Du wirst etwas werden. Du kannst Pech haben, doch dein Mut wird auch irgendwann belohnt werden. Vielleicht reich belohnt!

Wenn du dich für (a) entscheidest, wird dein Leben ein einziges Tief sein. Vielleicht wirst du mit Viel Glück etwas erreichen. Doch im Schnitt wirst du nur Pech haben.

Ich bin 25 und habe mehrere Jahre gebraucht, um das zu verstehen. Ich habe mich für a-b entschieden und nun 5 Jahre später sehe ich, ich hätte mich für eine "reine Strategie" entscheiden sollen. Die Kraftverschwendung für a wird niemals belohnt werden! Niemals! Und wenn dir 3-5 Härchen nachwachsen, so ist es die Mühe und Kraft nicht wert!

"Sei wie das Wasser, mein Freund" Bruce Lee
Bleib nicht stehen, finde Deinen Weg!

(und Fin+Min haben genug Nebenwirkungen, die dich noch weiter hinunterziehen werden!)

...aber ich weiß nicht, ob ich mit 19 darauf gehört hätte, als ich noch fast volle Haare hatte.

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [haarausfall94](#) on Sun, 16 Feb 2014 00:09:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich weiß deinen gut gemeinten Rat zu schätzen jedoch liegt mein großes Problem in so jungen Jahren so stark unter Haarausfall zu leiden.. Ich werde einfach versuchen beides auf die Reihe zu bekommen

Ich werde diesen Thread nun nutzen um meine Erfolge bzw. Misserfolge zu dokumentieren.

Wie gesagt, benutze seit ca. 6 Monaten Regaine Foam und habe den üblichen Flaum in den GHE bekommen, Tonsur hat sich meiner Wahrnehmung nach etwas verdichtet und allgemein HA verlangsamt. Habe keinerlei bemerkbare Nebenwirkungen, werde diesbezüglich aber demnächst ein Termin beim Hausarzt machen und Blutdruck, Blutwerte und Hormonwerte checken lassen.

Mit Finasterid habe ich jetzt vor paar Tagen angefangen und nehme jeden 2. Tag 1/4 Tablette, entspricht ca. 0,625mg pro Tag. Über Nebenwirkungen usw. werde ich euch informieren. Fotos über meinen Haarstatus werden die Tage folgen.

Mfg

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation

Posted by [haarausfall94](#) on Mon, 07 Apr 2014 22:05:30 GMT

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

Guten Abend liebes Forum,
der letzte Beitrag ist schon bißchen länger her und es hat sich einiges verändert.

Finasterid nehme ich nun seit ca. fast 2 Monaten, zuerst im Rhythmus 2 Tage 1,25mg & 1 Tag off, mittlerweile nur noch jeden 2. Tag 1,25mg.

Leider konnte ich bis dato keine sichtbaren Verbesserungen erkennen, fallen immernoch wie zuvor ca. 20-40 Haare am Tag aus.

Dafür hab ich die Nebenwirkungen jedoch zu spüren bekommen. Keine Morgenerektion mehr, Verringerung der Libido, gelegentlich Hodenschmerzen

Ich werde es wohl noch ein paar Monate einnehmen, da ich den Kampf nicht aufgeben möchte und ich vor allem in naher Zukunft eine Haartransplantation durchführen lassen möchte...

Benutze nun auch seit paar Wochen Ket Shampoo wie es auf der Packung empfohlen ist, was genau ist denn der Unterschied zwischem dem normalen Shampoo und der Lotion von der hier alle reden ?

Ich weiß nicht mehr was jetzt noch folgen soll, gibt es noch irgendwelche Tipps wie ich besser gegen den HA vorgehen kann ? Oder andere Methoden/Medikamente die ich probieren sollte ??

Mfg

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation

Posted by [Shlomo](#) on Mon, 07 Apr 2014 22:47:06 GMT

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

20-40 Haare sind doch gar nicht übel, im Gegenteil. Was für eine Haarfarbe hast du denn?
Und welche Norwoodstufe ist am Ende zu erwarten?

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation

Posted by [haarausfall94](#) on Mon, 07 Apr 2014 23:00:03 GMT

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

Ich hab auch gelesen das dies normal sei aber verstehe auch grade deswegen nicht warum die Haardichte immer geringer wird. Habe Hellbraune Haare und momentan bin ich Norwood Typ 3 mit leichter Lichtung am Hinterkopf. Kann ich leider nicht so sagen, mein Vater hat zwar sehr liches Haar bekommen aber keine Kahlen Stellen.

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [El Paso](#) on Tue, 08 Apr 2014 07:10:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ganz ehrlich würdest Du mit Deinen Nebenwirkungen für immer klarkommen?

Denn es kann schon sein, dass Deine jetztigen Nebenwirkungen für immer bleiben...
Nach dem Absetzen wirds für 2 Wochen besser und dann kommt bei sehr vielen der Crash...

Unverantwortlich einem Jungen in Deinem Alter sowas zu verschreiben...

Um mal andere Lösungen aufzuzeigen, wie sieht Deine tägliche Ernährung aus?
Hast oder hattest Du vor den Medis Kopfhautprobleme?

Weil viele Menschen, die zu Pickeln und Kopfhautschuppen neigen, vertragen ganz einfach unsere verseuchten Lebensmittel nicht...

Trinkst Du viel Milch oder isst oft Nudeln? Das sind die häufigsten Unverträglichkeiten Laktose und Weizenmehl, wenn man dann noch anfällig dafür isst...

TRIGGERN die Nahrungsmittel den Haarausfall und die Akne ungemein, Milch ist ohne Ende Entzündungsfördernd...

Das ist meine PERSÖNLICHE ERFAHRUNG, hatte auch 6 Monate FIN genommen, 2,5 Jahre her bis heute ist mein Körper kaputt....

Will Dir nur sagen, es gibt auch sehr wohl andere Wege und Du bist noch so Jung, glaub mir es gibt Sachen im Leben, da kann man nicht die Zeit zurückdrehn und das Leben wird zur einer einzigen Hölle auf Erden, für uns FIN Geschädigte ist das Leben nur noch ein Alptraum, aus dem man verzweifelt versucht wieder aufzuwachen...

Die Natur ist das beste, was es gibt...

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [Shlomo](#) on Tue, 08 Apr 2014 08:56:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde es an deiner Stelle auch sein lassen. Das man anfangs solche Nebenwirkungen hat ist ganz normal aber nach zwei Monaten sollten die abgeklungen sein. Bei NW-3 mit Lichtung am Hinterkopf wirst du wohl sicherlich auf eine NW-5 kommen. Spar lieber fleißig, dann kannst du dir in ein paar Jahren eine Haartransplantation leisten. Wenn dein Donor einigermaßen ok ist, dann kann man damit sicherlich schon was machen. Du musst dich halt von dem Gedanken verabschieden das du jemals wieder super dichte Haare haben wirst aber du wirst wohl auch nicht mit einer Glatze rumlaufen müssen...

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [Sigara](#) on Tue, 08 Apr 2014 13:45:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gibt doch genügend alternativen zu Fin...

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [haarausfall94](#) on Tue, 08 Apr 2014 22:23:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich hatte schon vor der Einnahme irgendwelcher Medis gegen HA meist fettige Kopfhaut und auch Akne. Die Akne ist mittlerweile verschwunden, gegen die fettige Kopfhaut benutze ich ein mildes Shampoo für die alltägliche Haarwäsche und zusätzlich Ket Shampoo.

Ja ich trinke viel Milch und esse viel Nudeln aufgrund des Krafttrainings welches ich betreibe, glaube aber nicht das ich diese nicht vertrage. Allerdings gebe ich dir vollkommen Recht mit den verseuchten Lebensmitteln..

Ihr habt natürlich vollkommen Recht, normalerweise muss jeder gesunde Mensch mit Verstand einsehen dass Finasterid auf dauer mehr Schaden zufügt als wie es hilft. Es ist aber halt so das ich psychisch wirklich sehr stark unter meinem HA leide und da nutz man jede kleine Möglichkeit..

Ich würde liebend gerne auf Fin verzichten, was kann ich denn noch sonst gegen den HA tun ?

Mfg

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [El Paso](#) on Wed, 09 Apr 2014 08:32:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Junge verstehst Du nicht, Ernährung ist alles!!!

Woher kommt wohl der Spruch den jeder kennt: DU BIST WAS DU ISST

Umso früher Du es begreifst, umso früher wird es Deinen Haaren besser gehen...
Lass mal Milch für 2 Wochen komplett weg, wirst sehen wie sich vieles bessert...

Musst Dich entscheiden, gesünder essen dafür bessere Haare und Haut oder mehr Masse weil man mehr Müll frisst...

Die Akne hat bei mir mit 15 angefangen, der Haarausfall auch nicht viel später, aber ganz langsam...

Was meinst du was ich mir jahrelang alles für scheisse reingehauen habe, Schokolade, Milch vor allem das schlimmste Milchshakes, Chips und so weiter...

Guck mal bei Youtube: Milch ist ungesund oder die Milch Lüge...

Vll verstehe dann besser was ich meine, dass ist wirklich der größte Schrott den wir uns massenweise jeden Tag reinziehen und alle verschließen die Augen und sagen das ist Gesund. Warum weil über 90% der Menschen viel zu bequem sind, Ihre Essgewohnheiten auf Dauer zu ändern, deswegen sagen alle ach es liegt nicht am Essen, klar ist ja auch viel einfacher, als 1 Monat auf Zucker, Weizenmehl, Alkohol zu verzichten...

Das ist die Wahrheit, aber keiner will Sie hören...

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [Sigara](#) on Wed, 09 Apr 2014 09:30:05 GMT

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

Nur durchs Milch weg lassen wird seine AGA nicht gestoppt.
Bin selber Vegan und hab trotzdem dieses "Problem".

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [El Paso](#) on Wed, 09 Apr 2014 10:29:27 GMT

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

Ich rede nicht nur von Milch, sondern von der gesamten Ernährungsweise...

Du sagst Du lebst Vegan, wie lange schon? Komplette meidest Du alles tierische?

Trinkst Du Grüne Smoothies?

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [Shlomo](#) on Wed, 09 Apr 2014 12:52:34 GMT

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

Ich glaube genau das heißt vegan. Ich selbst lebe vegetarisch und meide tierische Produkte ansonsten so weit wie möglich aber auch ich bin nicht umsonst hier. Ich geb dr ja Recht, dass eine gesunde Ernährung sehr wichtig ist und sich sicherlich auch auf die Haare niederschlägt, aber jemand der nur durch eine Ernährungsumstellung seine AGA stoppen konnte hatte meiner Meinung nach nie eine. Und haarausfall94, du solltest die eventuell mal Progesteron anschauen. Könnte sein, dass das besser für dich ist. Versuchs mit Finasterid aber auf jeden Fall nochmal 4-6 Monate, am besten ein ganzes Jahr...

Subject: Aw: 19J NW3 - Fin/Ket/Haartransplantation
Posted by [El Paso](#) on Wed, 09 Apr 2014 13:15:36 GMT

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

Genau das mein ich wie schnell hier FIN verschrieben wird, nur weil man selber leichtsinnig ist oder es (die das bedenkenlos empfehlen sind noch ganz am Anfang) ANFÄNGLICH GUT VERTRÄGT....

Man der Bursche ist 20 da kann er mit seiner Ernährung viel reißen...

Und was für AGA was ist AGA überhaupt genau und warum bekommen wir Sie?

Wer sagt das AGA bei manchen nicht komplett von der Ernährung abhängig ist. weil deren Körper gewisse Mittel nicht verträgt? WER? KEINER...

Aber hier gleich mit Chemiekeulen um sich schmeissen, weil der Rest Natur eh nichts bringt, ne is klar ansonsten wären wir auch nicht hier, ohne Mutter Natur...

Aber zuviele schon zu dolle verblendet von Medien und den Massenmüllmainstream...
