

Werte Forenmitglieder,

ich lese hier schon eine ganze Weile mit und möchte Euch jetzt gerne um Rat fragen.

Ganz kurz zur Vorgeschichte: So zirka Januar 2010 bekam ich ziemlich plötzlich ein seborrhoisches Ekzem und leide seitdem sehr darunter. Damals habe ich Isotretinoin gegen Akne genommen (keine Ahnung, ob das der Auslöser war. Wird mir auch keiner sagen können). Die Einnahme habe ich dann im Juni 2010 beendet.

Mein Problem ist folgendes: Das Seborrhoische Ekzem ist extrem stark. Die Birne fettet die ganze Zeit und ich wasche mir deshalb zwei Mal am Tag die Haare. Ich könnte auch drei Mal, was an sich besser wäre, aber das lässt sich arbeitsbedingt nicht einrichten. In regelmäßigen Abständen (ich sag mal so alle drei Monate) entzündet sich dann trotz der häufigen Haarwäsche meine Kopfhaut und die Haare fallen aus. Erstaunlicherweise ist mein Haarstatus seit 2010 nicht schlechter geworden, obwohl mir seitdem extrem viele Haare ausgefallen sind.

Ich muss allerdings auch dazu sagen, dass ich seit Mai 2010 Finasterid nehme.

Kurz mein Tagesprogramm in Sachen Haare:

- morgens Haarwäsche
- Frühstück Finasterideinnahme
- abends Haarwäsche
- Abendessen Siliziumgel (weiß nicht wirklich, ob das was bringt. Das wurde im Ernährungsergänzungsmittelforum mal ziemlich hochgefeiert)
- nach Abendessen Minoxidil vermischt mit D-Panthenol nur in GHE und Haarlinie

Zur Haarwäsche benutze ich KET (alle drei Tage morgens), Batrafen (auch alle drei Tage morgens) sowie Kelual DS (Kombi-Shampoo aus Zink Pyrithion sowie Ciclopirox) und abends dann täglich Kertyol PSO (Schwefel- und Salizylsäure). Am Abend spüle ich mir trotz KET & Co, welches ich morgens benutzt habe, das Fett wieder nur so runter.

Ich möchte jetzt auch tagsüber etwas tun, sodass das Fett nicht ganz so stark durchkommt und das alles ein bisschen eingedämmt wird. Das Zeug soll also den ganzen Tag über auf der Kopfhaut bleiben.

Meine Hautärztin hatte mir mal Folgendes verschrieben:

Ketoconazol 1,0 g  
2-Propanol 70 % ad 100,0 g

Das ging dann aber lt. Apothekerin nicht, da es sich nicht gelöst hat und daraus ist dann geworden:

Ketoconazol 1,0 g  
2-Propanol 70 % ad 200,0 g

Hatte das damals dann aber nur ein paar mal genommen (hab's nicht durchgehalten aufgrund der ständigen Haarwäsche + zusätzlichen Minox-Schmiererei) und kann nicht sagen, ob es gut war/ist. Dieses Mal möchte ich es aber durchziehen, da mich das ganze Thema total abnervt - ich will einfach, dass es besser wird.

Da ich noch relativ volles Haar habe, was jetzt nicht wirklich kurz (6-7 cm) ist, muss ich es mit der Pipette oder von mir aus auch Spritze auftragen.

Ich habe schon mal in Pilos' Panschanleitungsforum geguckt und am meisten hat mich die Bifonhaarlösung sowie die Ketlotion aus Ketcreme angesprochen.

Meine Frage an Euch ist jetzt, was Ihr mir für meine Situation empfehlen würdet und was Ihr u.a. von der Rezeptur der Hautärztin haltet?

Eigentlich wollte ich nicht so viel schreiben, aber jetzt ist es doch ziemlich lang geworden .  
Danke schon mal an alle diejenigen, die sich das durchgelesen haben.

Beste Grüße

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Intoleranz1](#) on Sun, 04 May 2014 20:32:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

darm oder hormone.

schilddrüse, testosteron, progesteron, estradiol.

darmflorastatus, dao im blut, dünndarmfehlbesiedlung.

das fällt mir dazu ein. leide auch darunter und bin dabei zu versuchen es wegzubekommen.

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [mike.](#) on Sun, 04 May 2014 20:35:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

nimm statt Fin  
progesteron

normal müsste es die SE nach einigen monaten konstant lindern...

---

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [pilos](#) on Sun, 04 May 2014 20:36:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

das Ket pulver soll 2% direkt in die bifon haarlösung gelöst werden  
auf alles andere antiseb's verzichten, das feuert nur noch mehr

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Schnitzelchen](#) on Sun, 04 May 2014 20:51:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

D.h. eine Mixtur aus Ketoconazol und der Bifon-Haarlösung?  
Das wäre dann wieder ein neues Rezept à la Pilos.

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [pilos](#) on Sun, 04 May 2014 20:57:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Schnitzelchen schrieb am Sun, 04 May 2014 23:51D.h. eine Mixtur aus Ketoconazol und der Bifon-Haarlösung?

Das wäre dann wieder ein neues Rezept à la Pilos.

richtig

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Intoleranz1](#) on Sun, 04 May 2014 21:45:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

und lass mal das untersuchen was ich oben schrieb. wäre auch für andere interessant was dabei rauskommt.

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Schnitzelchen](#) on Sun, 04 May 2014 22:11:58 GMT

---

Hallo Intoleranz1,

ich danke Dir zunächst mal für deine Antwort - hört sich interessant an. Du scheinst dich mit den Ursachen viel mehr beschäftigt zu haben als ich. Keines der von dir genannten Sachen wurde jemals von meiner Hautärztin als Auslöser in Erwägung gezogen. Grundsätzlich erwartet man aber wahrscheinlich sowieso immer zu viel von Ärzten.

Hast Du selbst all diese Sachen schon an dir prüfen lassen?

Zweite Frage: Kann ich mir deine genannten Stichworte aufschreiben, zum Arzt gehen und sagen: Das möchte ich alles überprüft haben und weiß dieser dann damit was anzufangen. Ich meine reicht ihm bzw. ihr das so oder was genau muss ich ihr sagen/worauf soll ich hinweisen?

Deine Gedanken sind interessant, aber leider kann ich für den Moment noch nichts damit anfangen.

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Amsch](#) on Mon, 05 May 2014 08:39:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey Schnitzelchen, probier mal ein Shampoo mit Selenulfid aus. (zB Selfun)

wirkt bei mir wahre Wunder was Seborr. Ekzem bzw. Folliculitis anbelangt!

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [kkoo](#) on Mon, 05 May 2014 08:51:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Schnitzelchen schrieb am Sun, 04 May 2014 22:22

Kurz mein Tagesprogramm in Sachen Haare:

- morgens Haarwäsche
- Frühstück Finasterideinnahme
- abends Haarwäsche
- Abendessen Siliziumgel (weiß nicht wirklich, ob das was bringt. Das wurde im Ernährungsergänzungsmittelforum mal ziemlich hochgefeiert)
- nach Abendessen Minoxidil vermischt mit D-Panthenol nur in GHE und Haarlinie

Zur Haarwäsche benutze ich KET (alle drei Tage morgens), Batrafen (auch alle drei Tage morgens) sowie Kelual DS (Kombi-Shampoo aus Zink Pyrithion sowie Ciclopirox) und abends dann täglich Kertyol PSO (Schwefel- und Salizylsäure). Am Abend spüle ich mir trotz KET & Co, welches ich morgens benutzt habe, das Fett wieder nur so runter.

Ist viel zu viel. vermutlich wird das alles nicht helfen, und langfristig wirst du es nicht durchhalten.

- Nimm als Lotion das Ket, nach Pilos.
- Ins Minox kannst Du auch das Fin. lösen (15mg auf 60ml).
- Shampoo nur einmal am Tag. Zwischendurch kannst mit einem saugfähigen Papier den Kopf abrubbeln (ich mach es so), um mehr Fett abzuführen.
- das Siliziumgel unterdrückt auch nur, nach meiner Erfahrung

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Shoo](#) on Mon, 05 May 2014 08:54:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Und woher bekommt man dieses KET Pulver? Kenne nur das Shampoo und die Creme.

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [fredfirestone](#) on Tue, 06 May 2014 12:06:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Shoo schrieb am Mon, 05 May 2014 10:54Und woher bekommt man dieses KET Pulver? Kenne nur das Shampoo und die Creme.

ketpulver gibbet nüscht mehr, weil die orale einnahme von ket in usa und mittlerweile auch i europa untersagt wurde.

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [pilos](#) on Tue, 06 May 2014 12:27:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

fredfirestone schrieb am Tue, 06 May 2014 15:06Shoo schrieb am Mon, 05 May 2014 10:54Und woher bekommt man dieses KET Pulver? Kenne nur das Shampoo und die Creme.

ketpulver gibbet nüscht mehr, weil die orale einnahme von ket in usa und mittlerweile auch i europa untersagt wurde.

auf rezept gibt es immernoch ket pulver wenn es in der apotheke fertig zubereitet wird

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 06 May 2014 14:03:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Für Hormongeschichten musst du zu einem Endo. Gibst auch Speicheltests im Internet, aber da gehen die Meinungen auseinander.

DAO im Blut wird wohl jeder Internist machen. Darmflorastatus vllt auch, ansonsten bieten das auch mehrere Labore im Internet einfach an. Musste mal googeln.  
Dünndarmfehlbesiedlung wird über Glucose Atemtest herausgefunden. Manchmal etwas schwer einen Arzt zu finden der das testet.

Ist n harter weg es wegzubekommen, hätte ich gewusst was ich jetzt weiß, hätte ich noch volles Haar. Bin richtig genervt von Ärzten mittlerweile.

Histamin-Intoleranz könnte auch vorliegen bei dir, das ist bei mir der Fall. Kein Histamin - Kein Ekzem. So ist das bei mir.

Wenn du hart bist kannst du das selbst testen und mal eine Woche AUSSCHLIEßLICH Kartoffeln und Wasser zu dir nehmen. Dann solltest du merken dass das Ekzem/Jucken/Haarausfall weg ist, falls es der Fall ist.

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [pilos](#) on Tue, 06 May 2014 14:45:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Sun, 04 May 2014 23:36  
das Ket pulver soll 2% direkt in die bifon haarlösung gelöst werden

Ketoconazol 2,0 g

Bifon Haarlösung PZN: 00946384 ad 100,0 mL

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 06 May 2014 15:04:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

was du auch probieren kannst. besorg dir vitamin c pulver (gibts in jeder apotheke oder auch bei rewe) und nehme davon täglich zweimal einen gestrichen vollen teelöffel. dazu besorgst du dir noch niacin und nimmst 500 - 1000 mg täglich (erstmal mit 250 vielleicht anfangen, hat nämlich "flush" effekt, heißt - dir wird vermutlich heiß und deine haut wird rot und bitzelt wahrscheinlich einige minuten lange.

müsstest sehr schnell eine wirkung feststellen wenn meine vermutung zutrifft.

---

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [pilos](#) on Tue, 06 May 2014 15:05:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Intoleranz1 schrieb am Tue, 06 May 2014 18:04 was du auch probieren kannst. besorg dir vitamin c pulver (gibts in jeder apotheke oder auch bei rewe) und nehme davon täglich zweimal einen gestrichen vollen teelöffel. dazu besorgst du dir noch niacin und nimmst 500 - 1000 mg täglich (erstmal mit 250 vielleicht anfangen, hat nämlich "flush" effekt, heißt - dir wird vermutlich heiß und deine haut wird rot und bitzelt wahrscheinlich einige minuten lange.

müsstest sehr schnell eine wirkung feststellen wenn meine vermutung zutrifft.

hör auf mit zweifelhafte empfehlungen

---

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 06 May 2014 15:06:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

fühl dich ausgelacht für den post.

---

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 06 May 2014 16:17:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Intoleranz1 schrieb am Tue, 06 May 2014 17:06 fühl dich ausgelacht für den post.

"Bier mit Zimt das hilft bestimmt"

---

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 06 May 2014 16:42:46 GMT

---

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

---

ist ja schön und gut wenn ihr nur symptome durch irgendwelche lotions lindern wollt. hilft ja auch wirklich, aber die ursache beseitigen und das ganze loswerden wäre noch bisschen cooler meiner meinung nach.

ich hab jahrelang zig sachen untersuchen lassen und langsam werde ich schlauer.

@den thread-ersteller. probiere es wenn du magst und sag bitte hier bescheid ob es was gebracht hat.

Edit: die letzten tips helfen histamin abzubauen, welches bei mir für das ekzem verantwortlich ist.

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [fredfirestone](#) on Tue, 06 May 2014 20:01:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Amsch schrieb am Mon, 05 May 2014 10:39Hey Schnitzelchen, probier mal ein Shampoo mit Selenulfid aus. (zB Selfun)

wirkt bei mir wahre Wunder was Seborr. Ekzem bzw. Folliculitis anbelangt!

du meinst wohl selsun?

---

---

Subject: Aw: Seborrhoisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [fredfirestone](#) on Tue, 06 May 2014 20:06:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Tue, 06 May 2014 14:27fredfirestone schrieb am Tue, 06 May 2014 15:06Shoo schrieb am Mon, 05 May 2014 10:54Und woher bekommt man dieses KET Pulver? Kenne nur das Shampoo und die Creme.

ketpulver gibbet nüscht mehr, weil die orale einnahme von ket in usa und mittlerweile auch i europa untersagt wurde.

auf rezept gibt es immernoch ket pulver wenn es in der apotheke fertig zubereitet wird

ah, sorry. hab den eingangspost nicht gelesen, dass er ein rezept hat

---

---



Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [Schnitzelchen](#) on Sun, 11 May 2014 13:19:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen,

erst mal Danke für die Tipps.

Ich habe noch ein paar kleine Fragen dazu:

Was würdet Ihr mir für meine Situation eher empfehlen: die Ketlotion oder die Bifonhaarlösung + Ketpulver? Bezüglich der zweiten Variante war ich diese Woche in einer Apotheke und habe denen mal meinen Wunsch unterbreitet. Die Dame meinte, dass 1 mg Ketoconazol 40 € kostet . 2mg Ketoconazol kosten 80 € . Kann das sein? Des Weiteren wurde bezweifelt, ob sich das Ketpulver in der Bifonhaarlösung lösen wird.

Sie meinte einfach reinkippen würde nicht gehen und hat dann noch irgendwas von Suspension usw. erzählt. Ich habe davon wirklich überhaupt keine Ahnung um ehrlich zu sein.

Des Weiteren möchte ich in Zukunft gerne Finasterid ins Minox reintun und würde gerne wissen, ob das wirklich was bringt? Wurden damit positive Erfahrungen gemacht? Es gab doch mal Zeiten hier im Forum, da wurde nur Fin topisch probiert. Hat sich das bewährt oder gibt es evt. sogar irgendwelche Studien dazu? Wenn Fin only in topischer Form nichts gebracht hat, ist doch davon auszugehen, dass das Ganze auch im Minox keinen Effekt hat, sondern einzig Minox für die Wirkung sorgt?

Danke & Grüße

---

---

Subject: Aw: Seborrhoidisches Ekzem vom Feinsten  
Posted by [pilos](#) on Sun, 11 May 2014 15:51:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Schnitzelchen schrieb am Sun, 11 May 2014 16:19 Die Dame meinte, dass 1 mg Ketoconazol 40 € kostet . 2mg Ketoconazol kosten 80 € . Kann das sein? Des Weiteren wurde bezweifelt, ob sich das Ketpulver in der Bifonhaarlösung lösen wird.

Sie meinte einfach reinkippen würde nicht gehen und hat dann noch irgendwas von Suspension usw. erzählt. Ich habe davon wirklich überhaupt keine Ahnung um ehrlich zu sein.

es sind nicht mg sondern g

die tante hat einfach keine ahnung

geh in einer anderen apotheke, 1 gramm darf nicht mehr als 10 euro kosten

