

---

Subject: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Wed, 06 Aug 2014 12:35:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo.

Ich suche ein Regime, um meine dünnen, kraftlosen, ja sogar richtig leblosen Haare wiederzubeleben. Ich lese in den Signaturen, dass viele Kieselerde, Priorin und weitere Sachen nutzen, weiß aber nichts darüber, welche Dosen üblich und wie bzw. wie oft diese anzuwenden sind. Ich wollte mich in der Drogerie mit verschiedenen Produkten eindecken, bekam aber den Hinweis, dass frei verkäufliche Produkte meist zu niedrig dosiert wären, um effektiv zu sein. Der Tipp war, es verschrieben zu bekommen. Da ich weniger darauf gebe was der Dermatologe sagt, möchte ich hier im Forum um Rat bitten. Was würdet ihr mir (aufgrund eigener Erfahrungen!) raten, was hilft, das Haar wieder dicker und gesünder zu bekommen?

Meine Daten:

Männlich mit erblich bedingtem Haarausfall

Alter 44

HT: 2 FUT, 1 FUE

Medizin:

Mirtazapin 30 mg - täglich (Antidepressivum)

Quetiapin 50 mg - täglich (Antidepressivum)

L-Thyroxin 125 - täglich (Schilddrüse)

Eisentabletten (100 mg) - gelegentlich

Vitamin-B-Komplex - gelegentlich

Vielen Dank für jeden ernstgemeinten Rat!

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [JohnBello](#) on Wed, 06 Aug 2014 12:59:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hey auch wenn es vielleicht offtopic ist, aber du hattest 3 HTs? Konntest du das Problem damit nicht nachhaltig lösen?

Ich denke du solltest dich eher in Richtung Ket, Minox, Fin bewegen. Zumindest wenn wirklich sichtbare Erfolge gewünscht sind. Eine ausgewogene Ernährung sollte ja normalerweise ausreichen.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Wed, 06 Aug 2014 13:26:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi.

Auch drei HTs reichen nicht, wenn die Strategie bzw das Design zu Beginn schon falsch gemacht wurde. Der Haarausfall war bei mir größer als die Spenderreserven. Schreibt es euch alle hinter die Ohren: Haartransplantationen sind für die meisten Menschen nicht die richtige Lösung!

Zum Thema.

FIN kommt nicht in Frage. Das Risiko ist mir einfach zu groß. Die orale Einnahme erfordert mehr Mut, als ich momentan habe. Minox nutze ich seit zwei Jahren aber mit einem Erfolg, der keiner ist. Damit konnte ich meinen Status nicht mal halten, geschweige den verbessern. Mit KET habe ich keine Erfahrungen. Macht mich bitte schlau, was es bewirkt, warum das so ist und wo ich es kaufen kann. Auch würde ich gerne wissen, wie lange man da auch welche Art von Erfolg wartet.

Was ist mit den ganzen Mitteln, die in den Signaturen der Leute stehen? Ich finde es bemerkenswert, was alles ausprobiert wird.

Schlussbemerkung: demjenigen, der den Haarausfall besiegt und uns rettet, dem würde ich vorlaufenden Kameras die Füße küssen! Vielleicht sollte ich den letzten Satz als Signatur benutzen

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [JohnBello](#) on Wed, 06 Aug 2014 13:36:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zu Ket gibt es unter Sonstige Produkte eine Thread, der alle Fragen beantworten sollte. Ließ dich am besten erstmal ordentlich hier ein.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Wed, 06 Aug 2014 17:03:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dort habe ich viel gefunden, aber nichts über KET. Unter anderem sowas wie "Hähnchen mit Pommes macht schwul und Glatze". Bemerkenswert, wie viel überschüssige Zeit manche Menschen haben. Vielleicht bin ich auch zu blöd zum Suchen. Hast du vielleicht einen Link für mich, bevor ich noch mehr Mist lesen muss?

---

Was ist mit Kieselerde und derartige Mittel? So etwas steht bei vielen Leuten in der Signatur. Hat man so schon Erfolge erzielen können oder ist das lediglich, dass man einem eventuellen Defizit zuvorkommen versucht?

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Gast](#) on Wed, 06 Aug 2014 17:16:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Warum willst du mit Fin ausprobieren.. wegen die Potenz,bzw libido nebenwirkungen....

Scheiß auf die Libido!

NEM(Nahrungsergänzungsmittel) wird ein haufen Scheißdreck helfen!

nur als ergänzung, bzw für unterstützung

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Wed, 06 Aug 2014 17:26:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Auf die Libido zu verzichten kann sicher kein ernstgemeinter Rat sein, denke ich. Für mich ist die orale Einnahme von FIN nicht mehr diskutabel, seit ich die Berichte von langjährigen Nutzern von FIN kenne. Ich möchte auch keine Diskussion bezüglich FIN führen, davon gibt es ja bereits genug. Mir geht es um die unterstützenden Produkte, die hier von vielen Menschen verwendet werden. Ein paar Euro für diese Produkte auszugeben erscheinen mir nicht zuviel, um einem möglichen Defizit entgegenzuwirken. Nur weiß ich leider zu wenig über die üblichen Mittel. Daher würde ich mich sehr freuen, wenn man mir bezüglich Produkt, Dosierung und Einnahmeempfehlung behilflich wäre.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Yes No](#) on Wed, 06 Aug 2014 17:35:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Fintest70 schrieb am Wed, 06 August 2014 14:35Was würdet ihr mir (aufgrund eigener Erfahrungen!) raten, was hilft, das Haar wieder dicker und gesünder zu bekommen?

Das geht nur mithilfe von Antiandrogenen (RU, Spironolacton etc) bzw. 5-a-Reduktase-Hemmern (Finasterid etc) als Basis. Alles andere kann nur Ergänzung sein.

Überblick über Wirkstoffe: <http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/25719/>

Zu Ketoconazol:

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

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/24007/>

Allgemein Selbsthilfe:

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

---

Und noch: Antidepr. habe idR Haarausfall als NW..

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Thu, 07 Aug 2014 17:36:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo und vielen Dank.

Du hast geschrieben "Das geht nur mithilfe von Antiandrogenen (RU, Spironolacton etc) bzw. 5-a-Reduktase-Hemmern (Finasterid etc) als Basis."  
Ist damit auch Ket gemeint?

Die zwei Links zu Ket habe ich durchgelesen. Es erschlägt ein wenig. Da weiß man gar nicht, was man wählen soll.

Erster Link:  
Lotion mit Ketoconazol - hergestellt aus Ket-Shampoo

Zweiter Link:  
1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme  
1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme und 2,5% Minoxidil  
1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme und 0,010% Dutasterid zur topischen Anwendung  
1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme und 0,020% Finasterid zur topischen Anwendung <-----  
Minoxidil 2,5%, Ketoconazol 0,5%, Finasterid 0,025% o. 0,050% und/oder Dutasterid 0,010%

Gibt es Erfahrungsberichte zu den jeweiligen Mischungen? Mich würde im Besonderen das „1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme und 0,020% Finasterid zur topischen Anwendung“, interessieren. Wie lange wendet man es an, um Erfolge (Halten des Status) erzielen zu können?

Am User Pilos kommt man nicht herum, das erkennt man auch an anderen Threads. Ich würde gerne wissen, was er beruflich macht. Ich sollte das vielleicht als PM fragen aber eventuell antwortet er auch hier.

Das mit dem HA bei Antidepressiva kenne ich. Deswegen nehme ich nur die beiden ein, denn bei Ihnen ist Haarausfall keine beschriebene Nebenwirkung. Das heißt aber nicht, dass es nicht doch dazu kommen kann. Wie mir ein Arzt mal sagte: jedes Medikament kann jede Nebenwirkung hervorrufen.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Yes No](#) on Thu, 07 Aug 2014 18:47:27 GMT

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

---

Ket hat wohl eine antiandrogene Wirkung, zumindest in höheren Dosen.

Bzw wenn wir diese Beispiel-Studie hernehmen. Daraus auch abgeleitet die Dauer von ein paar Monaten.

Die Idee hinter Ket aber ist vor allem dem Minox zur besseren Effizienz zu verhelfen.

Es gibt hier sicher einige Anwender der unterschiedlichen Zubereitungen aber die alle zu einem Statement zu bewegen wird wohl schwierig. Evtl machst du da einen Thread auf.

Ich verwende Ket nur gerade mal ca 40 Tage (ca 20 die Ket-Creme-Lotion und ca 20 die Ket-Shampoo-Lotion) und somit kann ich noch nicht viel dazu sagen, zumindest bis jetzt, also jedenfalls kein 'Schnellstart' bei mir.

Ausserdem bin ich Langzeit-Fin-&-Minox-Benutzer (mehr als 10 Jahre). D.h., im Prinzip besteht mein Protokoll zur Zeit aus 1% Ket-Lotion aus Shampoo und ca 3-5% Minoxidil und ca 0.33% Finasterid topisch. Und noch ein paar Kleinigkeiten.

Aber zurück zu Ket vs Antiandrogen. Wenn Ket tatsächlich antiandrogen bei mir wirken würde (bzw in ausreichendem Maß), dann wäre das Gefühl auf dem Kopf wohl anders (könnte aber auch an der Aggressivität des Shampoos liegen). Da kann ich nur den Vergleich zu Spironolacton (innerlich) ziehen, das ich mal vor Zeiten kurzzeitig benutzt habe und das bis jetzt den stärksten Effekt überhaupt hatte.

In Summe bedeutet 'Antiandrogen' zur Zeit RU 58841. Da habe ich aber kein Erfahrung.

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Fintest70](#) on Fri, 08 Aug 2014 21:28:22 GMT

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

---

what hair? schrieb Ausserdem bin ich Langzeit-Fin-&-Minox-Benutzer (mehr als 10 Jahre). D.h., im Prinzip besteht mein Protokoll zur Zeit aus 1% Ket-Lotion aus Shampoo und ca 3-5% Minoxidil und ca 0.33% Finasterid topisch. Und noch ein paar Kleinigkeiten.

Da hast du ja das Problem, dass du nachher nicht wirklich weißt, woraus eine eventuelle Besserung des Status resultiert. Das stelle ich mir schwierig vor, du weißt dann ja leider nicht, auf welchen Teil des Regimes zu zukünftig verzichten könntest.

what hair? schrieb Wenn Ket tatsächlich antiandrogen bei mir wirken würde (bzw in

ausreichendem Maß), dann wäre das Gefühl auf dem Kopf wohl anders (könnte aber auch an der Aggressivität des Shampoos liegen). Da kann ich nur den Vergleich zu Spironolacton (innerlich) ziehen, das ich mal vor Zeiten kurzzeitig benutzt habe und das bis jetzt den stärksten Effekt überhaupt hatte.

Was meinst du mit „Gefühl auf dem Kopf“? Ich deute es jetzt so, dass du keine Besserung verspürst.

what hair? schriebIn Summe bedeutet 'Antiandrogen' zur Zeit RU 58841. Da habe ich aber kein Erfahrung.

Ich höre von RU 58841 nicht wirklich überzeugendes.

Kannst du mir etwas über die Anwendung von Fin topisch sagen? Glaubst du, dass es topisch wirklich weniger ins Blut kommt, als oral? Ich ziele mit meiner Frage auf die Nebenwirkungen ab.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Fintest70](#) on Sat, 09 Aug 2014 18:54:13 GMT

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

---

Zu meinen obigen Fragen möchte ich noch folgende Frage stellen. Ist die Reihenfolge ein Indiz für die Wirksamkeit?

1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme

1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme und 2,5% Minoxidil

1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme und 0,010% Dutasterid zur topischen Anwendung

1%-igen Ketoconazol-Lotion aus einer Ketoconazol-Creme und 0,020% Finasterid zur topischen Anwendung

Minoxidil 2,5%, Ketoconazol 0,5%, Finasterid 0,025% o. 0,050% und/oder Dutasterid 0,010%

Und auch diese Frage beschäftigt mich, warum sollte Fin topisch nicht ins Blut gehen und damit genau die selben Nebenwirkungen haben? Dann wäre es doch kein Unterschied zur oralen Einnahme.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Kurti70](#) on Sun, 10 Aug 2014 07:56:35 GMT

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

---

Hi,

würde Dir empfehlen. Mehrere Sachen parallel zu machen.

1. Haarwasser - am besten selbst gemacht mit Franzbranntwein und Zwiebel
2. Sport und Gymnastik - speziell gegen Verspannungen
3. Ernährung - Pflanzliche Östrogene - Bockhornklee, Leinsamen
4. Haaröl verwenden.
5. Säure im Körper puffern mit starkem schwarzen/grünen Tee und Bullrichsalz

Bei mir hat das prima geklappt. Die Haare fallen nicht mehr so stark aus, sind dicker geworden und es wachsen sogar welche in den Geheimratsecken nach.

Viel Erfolg

Kurti

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Fintest70](#) on Sun, 10 Aug 2014 10:52:49 GMT

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

---

Hallo Kurti,

vielen Dank für deine Tipps.

Jetzt bin ich verunsicherter als zuvor, denn an Haarwasser aus Franzbrandwein und Zwiebeln, schwarzem/grünem Tee sowie sowas wie pflanzlichen Östrogenen hatte ich bisher nicht gedacht. Auch wusste ich nicht, dass diese Sachen gegen Haarausfall genutzt werden. Das macht die Sache komplizierter für mich, denn jetzt ist das Portfolio der möglichen Mittel größer als zuvor.

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Kurti70](#) on Sun, 10 Aug 2014 18:51:59 GMT

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

---

Du musst ein bisschen rumprobieren. Wenn Du merkst, dass Dir was gut tut weitermachen. Ich habe mit dieser Mischung seit einigen Monaten gute Erfolge und verliere kaum noch Haare. In jedem Fall würde ich ein paar Sachen parallel machen und mir Zeit nehmen. In der Ruhe liegt die Kraft. Bei Franzbranntwein-Zwiebel-Haarwasser merkt man übrigens richtig, wie kräftig das wirkt.

Viel Erfolg und einen schönen Abend

Kurti

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Fintest70](#) on Sun, 10 Aug 2014 19:59:44 GMT

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

---

Hallo Kurti,

das mit Franzbranntwein-Zwiebel-Haarwasser, hast du da eine Anleitung? Benutzen das noch viele weitere User? Worauf basiert die Annahme, dass es den gewünschten Effekt hat?

Vielen Dank!

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Sun, 10 Aug 2014 21:47:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bin gerade auf folgende Seite gestoßen: <http://www.tipps-haarausfall.de/>  
Die dort aufgezählten Tipps erinnern mich an die Mittel, die man in den Signaturen vieler User findet.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Kurti70](#) on Mon, 11 Aug 2014 07:56:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Rezept findet sich im Netz an vielen Stellen. Ich habe das Rezept von folgender Seite:  
[http://heilpflanzen.wiethase.de/?page\\_id=154](http://heilpflanzen.wiethase.de/?page_id=154)  
oder  
<http://gesundheit.naano.de/hausmittel/hausmittel-gegen-haarausfall>

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Yes No](#) on Mon, 11 Aug 2014 10:48:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fintest70 schrieb am Fri, 08 August 2014 23:28  
-Da hast du ja das Problem, dass du nachher nicht wirklich weißt, woraus eine eventuelle Besserung des Status resultiert. Das stelle ich mir schwierig vor, du weißt dann ja leider nicht, auf welchen Teil des Regimes zu zukünftig verzichten könntest.

-Was meinst du mit „Gefühl auf dem Kopf“? Ich deute es jetzt so, dass du keine Besserung verspürst.

-Ich höre von RU 58841 nicht wirklich überzeugendes.  
Kannst du mir etwas über die Anwendung von Fin topisch sagen? Glaubst du, dass es topisch



wirklich weniger ins Blut kommt, als oral? Ich ziele mit meiner Frage auf die Nebenwirkungen ab.

Ich wende Fin und Minox ja bereits seit "ewig" an; so dass ich gut einschätzen kann, ob eine neu ins Protokoll aufgenommene Droge hilfreich ist.

So bin ich mir beim Ket nicht sicher, ob ich damit weitermache. Bzw. es ist so: Wenn Ket allgemein die Steroidogenese hemmt, dann wäre das möglicherweise in der Front nicht so gut, weil dort der Einfluss des Östrogens hilfreich scheint; andersherum jedoch im Vertex-Bereich (und mir geht es hauptsächlich um die Front).

RU ist ein komp. Andr.rezeptorhemmer; damit qualifiziert es automatisch als hilfreich. Jedenfalls in Kombination mit z.B. Fin und Minox.

Es gibt eine kleine Studie über Fin topisch bei (sehr) geringer Dosierung. Bei sehr geringer Dosierung wurde kein syst. Effekt registriert. Dennoch hatten manche Probanden einen pos. Effekt über einen längeren Zeitraum. D.h., unter günstigen Umständen kann man eine Wirkung ohne (oder wenig(er)) unerwünschte Wirkung haben. Ansonsten geht es halt systemisch. Ich hatte mal Fin Pulver gekauft, so ist mir einerlei ob ich das topisch mache.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Pegasus](#) on Mon, 18 Aug 2014 13:01:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mir hilft auch ein selbstgemachtes Zwiebel und Franzbranntwein-Wässerchen. Vielleicht Einbildung, aber immerhin prickeltes gehörig auf dem Schädel. Nehme zusätzlich aber auch Minox. Meistens erst etwas - wirklich wenig - Minox, trocknen lassen und dann das Haarwasser reichlich draufgeben.. Habe Ausfall damit zumindest aufhalten können. Und es wirkt definitiv besser als nur Minox und ist billiger.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [xerxx](#) on Mon, 18 Aug 2014 13:24:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pegasus schrieb am Mon, 18 August 2014 15:01  
Mir hilft auch ein selbstgemachtes Zwiebel und Franzbranntwein-Wässerchen. Vielleicht Einbildung, aber immerhin prickeltes gehörig auf dem Schädel. Nehme zusätzlich aber auch Minox. Meistens erst etwas - wirklich wenig - Minox, trocknen lassen und dann das Haarwasser reichlich draufgeben.. Habe Ausfall damit zumindest aufhalten können. Und es wirkt definitiv besser als nur Minox und ist billiger.

ist das jz ernst gemeint?

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Pegasus](#) on Mon, 18 Aug 2014 14:04:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Absolut

Franzbranntwein und Zwiebel bekommt meinen Geheimratsecken ganz ausgezeichnet. Weil es etwas streng riecht, reibe ich aber nur die betroffenen Stellen ein. Man spürt danach richtig, wie die Durchblutung zunimmt.

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [xerxx](#) on Mon, 18 Aug 2014 14:10:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Pegasus schrieb am Mon, 18 August 2014 16:04Absolut

Franzbranntwein und Zwiebel bekommt meinen Geheimratsecken ganz ausgezeichnet. Weil es etwas streng riecht, reibe ich aber nur die betroffenen Stellen ein. Man spürt danach richtig, wie die Durchblutung zunimmt.

danke gut zu wissen^^

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Aristo084](#) on Mon, 18 Aug 2014 14:41:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Franzbranntwein + MSM ist auch eine gute Kombination. Es brennt dann regelrecht und das soll auch so sein.

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [xerxx](#) on Mon, 18 Aug 2014 14:43:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Aristo084 schrieb am Mon, 18 August 2014 16:41Franzbranntwein + MSM ist auch eine gute Kombination. Es brennt dann regelrecht und das soll auch so sein.

MSM = Methylsulfonylmethan ?

---

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Aristo084](#) on Mon, 18 Aug 2014 14:48:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Yep in Lauch, Zwiebeln und Knoblauch enthalten.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [xerxx](#) on Mon, 18 Aug 2014 14:51:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Aristo084 schrieb am Mon, 18 August 2014 16:48 Yep in Lauch, Zwiebeln und Knoblauch enthalten.

nimmste das in Tablettenform oder wie?

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Pegasus](#) on Mon, 18 Aug 2014 15:00:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zwiebel essen ist auch nicht schlecht Knoblauch ebenfalls.  
Habe mir ein Haarwasser aus. Zwiebel, Chili, Traubensilberkerze nach Rezept angesetzt. Mal sehen, ob das noch stärker kommt

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Trinitas](#) on Mon, 18 Aug 2014 20:23:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Pegasus  
könntest Du bitte Deine Rezepte dazu verraten (Zwiebel und Franzbranntwein-Wässerchen und Haarwasser aus. Zwiebel, Chili, Traubensilberkerze nach Rezept) ?

Das darf doch nicht einfach sang- und klanglos verlorengehen...

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Mon, 18 Aug 2014 21:54:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das Rezept findest du unter <http://www.tipps-haarausfall.de/>

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Pegasus](#) on Tue, 19 Aug 2014 07:45:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Belege für die Wirkung von Chili zur Vermeidung und Bekämpfung von Haarausfall findest Du an vielen Stellen im Netz, mit Traubensilberkerze gibt es ein Tonikum gegen Haarausfall Cimi - oder so.

Zwiebel findest Du in vielen Hausmitteln gegen Haarausfall.

Aber verbrenn Dir nicht den Rest vom Skalp

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Yes No](#) on Tue, 19 Aug 2014 09:35:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

xerxx schrieb am Mon, 18 August 2014 15:24: ist das jz ernst gemeint?

Nein. Das sind Agenten der Seite irgendwas-haaraufall.de, die hier das Forum vollspammen mit mediokren "Tipps" - alle lang bekannt d.h. lange bekannt dass sie nichts bringen (sonst wärn sie nicht hier).

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Pegasus](#) on Tue, 19 Aug 2014 12:05:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

MSM gibt es auch als Pulver. Hat jemand damit schon Erfahrung gesammelt?  
Besser oder schlechter als Zwiebel und Knoblauch?

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Trinitas](#) on Fri, 22 Aug 2014 19:09:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Fintest70

danke für den Link

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.  
Posted by [Fintest70](#) on Fri, 22 Aug 2014 20:09:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Gern geschehen.

Den Franzbrandwein habe ich bereits von DM. Die Zwiebel habe ich auch. Was mir fehlt ist die Traubensilberkerze. Ich würde gerne wissen, woher ich den am besten beziehe. Laut Rezept sollen es 30 Gramm sein. Und ich frage mich, ob es frische Chilli-Schotten sein müssen oder ob es auch Chilli-Pulver tut.

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Kurti70](#) on Sun, 24 Aug 2014 13:11:22 GMT

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

@Fintest

Traubensilberkerze habe ich in einem Kräuterladen erstanden. Geht aber auch im Netz. Ich habe getrocknete Chilis - scharfe - verwendet, bekommst Du in jedem Asia Shop. Von Chilipulver würde ich abraten, musst Du ja später wieder filtern...

Grüße

Kurti

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Fintest70](#) on Sun, 24 Aug 2014 16:08:02 GMT

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

Danke Kurti,

Hättest du sogar einen Link zwecks Traubensilberkerze?

---

Subject: Aw: Ich brauche ein Regime.

Posted by [Kurti70](#) on Sun, 24 Aug 2014 20:38:34 GMT

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

Das war ein Laden aus München, der auch versendet.

Ist eine Weile her...

Schätze dass Du das auch - teurer - in jeder Apotheke bekommen kannst...

Hier nochmal ein Link

<http://news.apotheke-information.de/naturheilverfahren-bei-androgenem-haarausfall/>