
Subject: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Sonic Boom](#) on Mon, 05 Jan 2015 12:12:25 GMT

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

Ich suche noch was für die Pausen, 1 Woche off (3 on)?

Ich pausiere RU in Minox und ket zum waschen 1 Woche komplett. Diese Woche fällt mir am schwierigsten, gar NIX zu tun! Was ist am ratsamsten in dieser Erholungsphase zu nehmen?

Koffein shampoos, shampoo mit aminixel, sägepalme schlucken...? Minox schaum? Diclo?
Ich hab einfach in den 7 Tagen das Gefühl nichts für die Haare zu tun und verliere Zeit...

Kopfsache.... Wie überbrückt ihr eure Pausen?

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Yes No](#) on Mon, 05 Jan 2015 12:52:32 GMT

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

Vlt setzt du nächstes mal nicht alles auf einmal aus?

Teste doch für uns Triaminodil (@eBay: Novoxidyl Tonic)

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [cyclonus](#) on Mon, 05 Jan 2015 14:32:50 GMT

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

Was sollen solche Pausen bringen? Upregulation ist noch nie gezeigt worden und ansonsten ist es sicher für die Haare am besten, wenn DHT möglichst konstant abgeklemmt wird. Würde immer lieber mit der Dosis runter. Einzig bei DUT ist das unproblematisch wegen der Halbwertszeit, da ist das Einnahmeschema eh total egal.

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Marks1987](#) on Mon, 05 Jan 2015 15:34:01 GMT

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

Yes no schrieb am Mon, 05 January 2015 13:52

Vlt setzt du nächstes mal nicht alles auf einmal aus?

Teste doch für uns Triaminodil (@eBay: Novoxidyl Tonic)

Ist doch auch in diesem Capillogain Tonic enthalten und soll von der chemischen Struktur, die der Minoxidil ähnlich sein.

Gebracht hat es garnichts, außer dass ich dachte meine vorhandenen Flaumhaare nehmen solangsam Faarbe an, weil die Pampe so bräunlich ist:)

@Sonic Boom:

Nimmst du du Nems neben deinem bisherigen Treatment und warum setzt du 1 Woche aus?

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [PeterNorth](#) on Mon, 05 Jan 2015 18:59:20 GMT

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

ich nehm immer knoppers in den pausen

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Gebirgskuchen](#) on Wed, 07 Jan 2015 17:21:56 GMT

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

Ich überbrücke meine Pausen, indem ich Sie einfach mache.

Ich bin ehrlich gesagt immer froh über jede Pause, da ich mich um nichts bzgl. meiner Haare kümmern muss und sie allerhöchstens mit anderem Shampoo pflege (in meinem Fall Shampoo mit Teebaumöl).

Auch wenn die Upregulation vielleicht nicht bewiesen worden ist, bin ich mir persönlich sicher, dass es immer gut ist dem Körper (oder in diesem Fall den Haaren) eine Pause zu gönnen. Ein Gewöhnungseffekt des Körpers fängt doch schon bei den einfachsten Medikamenten an.

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [cyclonus](#) on Wed, 07 Jan 2015 17:25:22 GMT

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

Gebirgskuchen schrieb am Wed, 07 January 2015 18:21 Ein Gewöhnungseffekt des Körpers fängt doch schon bei den einfachsten Medikamenten an.

Weder für Fin noch für Minox wurde das aber je gezeigt. Die Wirkung läßt da auf Dauer eher aus anderen Gründen nach (teils geht der HA ja trotz Medis langsam weiter).

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Darrell77](#) on Sat, 10 Jan 2015 10:01:11 GMT

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

Ich weiß nicht ob was passiert wenn man Minox 1x im Monat für eine Woche aussetzt. Ich persönlich würde auch gar nichts machen. Denke so schnell passiert da nichts was RU angeht. Minox weiß ich nicht wie gesagt.

An meine Vorredner: DHT wird nicht verändert bei Sonic. Er nimmt nur Minox und RU...

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [ru-power](#) on Sat, 10 Jan 2015 11:28:52 GMT

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

cyclonus schrieb am Wed, 07 January 2015 18:25 Gebirgskuchen schrieb am Wed, 07 January 2015 18:21 Ein Gewöhnungseffekt des Körpers fängt doch schon bei den einfachsten Medikamenten an.

Weder für Fin noch für Minox wurde das aber je gezeigt. Die Wirkung läßt da auf Dauer eher aus anderen Gründen nach (teils geht der HA ja trotz Medis langsam weiter). es wird auch sicher nicht für jedes Medikament eine solche Studie produziert^^

aber ist schon vorzustellen

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Aristo084](#) on Sat, 10 Jan 2015 11:42:31 GMT

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

Sonic Boom schrieb am Mon, 05 January 2015 13:12 Ich suche noch was für die Pausen, 1 Woche off (3 on)?

Ich pausiere RU in Minox und ket zum waschen 1 Woche komplett. Diese Woche fällt mir am schwierigsten, gar NIX zu tun! Was ist am ratsamsten in dieser Erholungsphase zu nehmen?

Koffein shampoos, shampoo mit aminixel, sägepalme schlucken...? Minox schaum? Diclo? Ich hab einfach in den 7 Tagen das Gefühl nichts für die Haare zu tun und verliere Zeit...

Kopfsache.... Wie überbrückt ihr eure Pausen?

Hmm, Hausarbeit machen? Hobbys nachgehen? Du wirst ja wohl nicht alleine den ganzen Tag an die Haare denken.

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Sonic Boom](#) on Sat, 10 Jan 2015 17:30:52 GMT

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

Aristo, 13 Monate erneuter HA waren ein Kampf! Tag täglich.... Vielleicht schmier ich nach 4 Tagen etwas Diclo drauf.... Ich wasche solange die Haare mit Dercos (Aminixel).... Die Frage ist eben, ab wann fallen die Haare wieder aus wenn man RU absetzt? 4 Wochen? 6? Wäre gechillter wenn ichs wüßte....

Gruß und Kuss der Sonicus

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Aristo084](#) on Sat, 10 Jan 2015 17:35:28 GMT

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

1 Woche Pause ist überhaupt nicht dramatisch (frag ru-power). Mache ich auch so und verwende da nur das Minoxidil. Den Rest lasse ich weg.

@sonic

Du wolltest ja mal ein neues Minox testen, oder? Nimm das lipogaine, dann hast du das beste Minoxidil auf dem Markt! Da sind noch zusätzlich zum 5% Minox Nährstoffe für die Haarwurzeln und natürliche DHT Blocker im Topik.

Kriegst aber nur aus den USA.

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 11 Jan 2015 14:24:19 GMT

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

Aristo, danke für den Tipp. Ich hab jetzt grad ein neues aus der Apotheke...

Subject: Aw: Was nimmt man in den Pausen?

Posted by [ru-power](#) on Sun, 11 Jan 2015 14:34:43 GMT

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

@Aristo

Gerade bei MINOX würde ich 1x im MOnat ne Woche Pause machen. Aber niemals länger.. bei den AAs ruhig auch mal 2 Wochen
