
Subject: johnnys ha story

Posted by [johnnyhandsome](#) on Fri, 06 Feb 2015 17:50:41 GMT

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

hi leute, war bisher stiller mitleser und hab nun endlich ne kleine zusammenfassung meines ha verlaufs angefertigt... vllt bringen dem einen oder anderen die infos etwas

btw werde ich dieses jahr 30 und war nie schlechter als nw2, sorgen machen mir eher nur die ghes

vllt teilweise krasse medikation aber bin halt experimentierfreudig und mein eigenes versuchskaninchen xD

2010

im juni: non-aga nw0/1, ansatz/ghe/mature hairline zugewachsen da leicht dicklich geworden wegen sport verletzung

juli-august: extrem ausdauer sport gemacht, mega shedding bekommen, aber haare stabil

2011:

juni: ghe ausdünnung wohl begonnen

2012:

jan: sehr viel kraftraining gemacht und dabei zum ersten mal wieder die ghes bemerkt (quasi nw1/2)

ab mai: (leinsamen, lakritz, ceterizinTopical) =>dabei front leicht ausgedünnt

ab november: (tägl fin0.2mg) noch mehr fitness betrieben => mehr körperhaar, minimal dichte verloren

2013

ab august: (rotklee) gewichtszunahme/eds, shedding, häßliches gesicht bekommen

ab oktober: (P4 creme only) ca 1hub tägl. => mehr körperhaar, gewichtsverlust/lean body, jucken am kopf, eingefallene wangen, ghe größer, vom verhalten cooler

ab dezember: (P4, E3, ketshampoo lotion, fin1mg) minimale ausdünnung, jucken weiterhin, front mittg kaputt, aber wieder top aussehen

zum verständnis: das hormon was zuerst in der klammer auftaucht wurde in der höchsten konzentration benutzt das folgende etwas schwächer usw.

2014

ab februar: (E2, E3, ket, P4, silizium) =>gewichtszunahme/eds/gyno/wiederrum mehr körperhaar, weiteres jucken/ausdünnung, volles gesicht, schöne fingernägel

ab april: (P4, E3, E2, ket, mön.pfeffer, fin0.2mg, 1Fin2DutIso2mlBifon8ml, ari0.2mg, silica, msm, low carb) =>kein jucken mehr, nun eingefallenes gesicht, ölige kopfhaut, etwas breiterer body

ab mai: (P4, E3, E2, ket, mön.pfeffer, 2DutIso2mlBifon8ml, ari0.2mg, silica, msm) => noch immer kein jucken, eingefallenes/grobporiges gesicht und ölige kopfhaut

ab juni: (cpa10mg, P4, E2, E3, ket, fin0.5mg, msm, ariTopical, DutE5D) =>kein jucken, volleres gesicht, mund nasenfalte sichtbarer, kieferpartie schmaler, hände jucken bekommen, leichtes shedding und trockene weiße kaupfhaut, sah richtig gut aus in der anfangszeit

ab august: (cpa15mg, P4, E2, e3, ket, fin0.5mg, ariTopical, DutE5D) =>wie vorher + muskeln verloren/dünne arme/dicke beine und becken

ab september: (cpa25mg, P4, E2, E3, ket) =>fett aber kaum wasser im gesicht, face wurde komisch/sah krank aus, hellerer bart,haare top aber kein neuwuchs in ghe, körperhaar wuchs auch langsamer

ab oktober: (Ru300mgBifon10mlPG2ml, P4, ket) =>glänzende kopfhaut zu beginn, an front neue dunkle haare

ab november: (Ru200mgCPA25mg1hubE2Iso6mlPG2ml, P4, ket, silizium) >angenehme trockene kopfhaut, leicht shedding, trockene schuppen an augenbrauen, gesicht sah wieder besser aus

ab dezember: (1Fin1DutAri0.25mgCPA12.5mgIso1ml+Ru200mlBifon6mlPG2ml, P4, ket) workout wieder angefangen um body wieder aufzubauen =>trockene kopfhaut, breiter body, weiterhin trockene augenbrauen, aber auch schlaflosigkeit, aussehen wieder sehr gut

2015:

ab januar: (CPA12.5mgRu300mgBifon6mlPG2ml, P4, ket) leicht low carb ernährt =>top kopfhaut, weiterer neuwuchs fast nw1 wieder, aussehen wieder fast wie früher

ab februar: wie oben + gegen das leicht grobporige gesicht => E3+CPARuMix für obere gesichtshälfte, Ari für kieferpartie

dazu sei gesagt das ich bei den diversen hormonen immer pausen gefahren hab (min. 1 woche pro monat) und bei den topischen mischungen die angegebene menge angemischt und immer abends 1 bis 2 ml mit ner pipette aufgetragen habe

bis hierhin/abschließend kann ich sagen das bei mir zu hohes testo/androgene allgemein und nicht unbedingt nur dht das problem ist und ghes/ha verursacht... meine haare sind dagegen einfach zu empfindlich

die harten medis wie cpa würde ich nie wieder oral nehmen... sex wird beschissener, sperma weniger flüssiger und vor allem die männlichen züge sowohl psychisch als auch physisch gehen nach ner zeit flöten... topisch hab ich das bisher nicht... werde es also weiterhin so handhaben und ggf mal ein update nachschieben

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [egal123](#) on Fri, 06 Feb 2015 18:05:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

johnnyhandsome schrieb am Fri, 06 February 2015 18:50hi leute, war bisher stiller mitleser und hab nun endlich ne kleine zusammenfassung meines ha verlaufs angefertigt... vllt bringen dem einen oder anderen die infos etwas

btw werde ich dieses jahr 30 und war nie schlechter als nw2, sorgen machen mir eher nur die ghes

vllt teilweise krasse medikation aber bin halt experimentierfreudig und mein eigenes versuchskaninchen xD

2010

im juni: non-aga nw0/1, ansatz/ghe/mature hairline zugewachsen da leicht dicklich geworden wegen sport verletzung

juli-august: extrem ausdauer sport gemacht, mega shedding bekommen, aber haare stabil

2011:

juni: ghe ausdünnung wohl begonnen

2012:

jan: sehr viel kraftraining gemacht und dabei zum ersten mal wieder die ghes bemerkt (quasi nw1/2)

ab mai: (leinsamen, lakritz, ceterizinTopical) =>dabei front leicht ausgedünnt

ab november: (tägl fin0.2mg) noch mehr fitness betrieben => mehr körperhaar, minimal dichte verloren

2013

ab august: (rotklee) gewichtszunahme/eds, shedding, häßliches gesicht bekommen

ab oktober: (P4 creme only) ca 1hub tägl. => mehr körperhaar, gewichtsverlust/lean body, jucken am kopf, eingefallene wangen, ghe größer, vom verhalten cooler

ab dezember: (P4, E3, ketshampoo lotion, fin1mg) minimale ausdünnung, jucken weiterhin, front mittg kaputt, aber wieder top aussehen

zum verständnis: das hormon was zuerst in der klammer auftaucht wurde in der höchsten konzentration benutzt das folgende etwas schwächer usw.

2014

ab februar: (E2, E3, ket, P4, silizium) =>gewichtszunahme/eds/gyno/wiederrum mehr körperhaar,weiteres jucken/ausdünnung, volles gesicht, schöne fingernägel

ab april: (P4, E3, E2, ket, mön.pfeffer, fin0.2mg, 1Fin2DutIso2mlBifon8ml, ari0.2mg, silica, msm, low carb) =>kein jucken mehr, nun eingefallenes gesicht, ölige kopfhaut, etwas breiterer body

ab mai: (P4, E3, E2, ket, mön.pfeffer, 2DutIso2mlBifon8ml, ari0.2mg, silica, msm) => noch immer kein jucken, eingefallenes/grobporiges gesicht und ölige kopfhaut

ab juni: (cpa10mg, P4, E2, E3, ket, fin0.5mg, msm, ariTopical, DutE5D) =>kein jucken, volleres gesicht, mund nasenfalte sichtbarer, kieferpartie schmaler, hände jucken bekommen, leichtes shedding und trockene weiße kaupfhaut, sah richtig gut aus in der anfangszeit

ab august: (cpa15mg, P4, E2, e3, ket, fin0.5mg, ariTopical, DutE5D) =>wie vorher + muskeln verloren/dünne arme/dicke beine und becken

ab september: (cpa25mg, P4, E2, E3, ket) =>fett aber kaum wasser im gesicht, face wurde komisch/sah krank aus, hellerer bart,haare top aber kein neuwuchs in ghe, körperhaar wuchs auch langsamer

ab oktober: (Ru300mgBifon10mlPG2ml, P4, ket) =>glänzende kopfhaut zu beginn, an front neue dunkle haare

ab november: (Ru200mgCPA25mg1hubE2Iso6mlPG2ml, P4, ket, silizium) >angenehme trockene kopfhaut, leicht shedding, trockene schuppen an augenbrauen, gesicht sah wieder besser aus

ab dezember: (1Fin1DutAri0.25mgCPA12.5mgIso1ml+Ru200mlBifon6mlPG2ml, P4, ket) workout wieder angefangen um body wieder aufzubauen =>trockene kopfhaut, breiter body, weiterhin trockene augenbrauen, aber auch schlaflosigkeit, aussehen wieder sehr gut

2015:

ab Januar: (CPA12.5mgRu300mgBifon6mIPG2ml, P4, ket) leicht low carb ernährt => top kopfhaut, weiterer neuwuchs fast nw1 wieder, aussehen wieder fast wie früher

ab februar: wie oben + gegen das leicht grobporige gesicht => E3+CPARuMix für obere gesichtshälfte, Ari für kieferpartie

dazu sei gesagt das ich bei den diversen hormonen immer pausen gefahren hab (min. 1 woche pro monat) und bei den topischen mischungen die angegebene menge angemischt und immer abends 1 bis 2 ml mit ner pipette aufgetragen habe

bis hierhin/abschließend kann ich sagen das bei mir zu hohes testo/androgene allgemein und nicht unbedingt nur dht das problem ist und ghes/ha verursacht... meine haare sind dagegen einfach zu empfindlich

die harten medis wie cpa würde ich nie wieder oral nehmen... sex wird beschissener, sperma weniger flüssiger und vor allem die männlichen züge sowohl psychisch als auch physisch gehen nach ner zeit flöten... topisch hab ich das bisher nicht... werde es also weiterhin so handhaben und ggf mal ein update nachschieben

Krass

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [Hairbert](#) on Fri, 06 Feb 2015 18:10:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Man kann es auch übertreiben...

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [Alexander1988](#) on Fri, 06 Feb 2015 21:05:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank für deinen Bericht

Wieso hast du eig nie Minox und Voltaren versucht?

Laut deinem verlauf ist dann eig zu schließen das am besten RU58841 wirken müsste...

ja mit dem Krafttraining sieht es leider ähnlich bei mir aus, wenn ich 5 mal die woche gehe rieselt es... bin dadurch echt in eienr Zwickmühle

Ig alex

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [opti](#) on Fri, 06 Feb 2015 21:28:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alexander1988 schrieb am Fri, 06 February 2015 22:05Vielen Dank für deinen Bericht

Wieso hast du eig nie Minox und Voltaren versucht?

Laut deinem verlauf ist dann eig zu schließen das am besten RU58841 wirken müsste...

ja mit dem Krafttraining sieht es leider ähnlich bei mir aus,wenn ich 5 mal die woche gehe rieselt es... bin dadurch echt in eienr Zwickmühle

Ig alex

geht mir genauso ...5x die Woche training und nichtmal RU kann das aufhalten...denke meine GHe können das testo auch nicht handeln aber werd trotzdem erstmal fin versuchen..
wenns nix hilft kann ichs egt auch lassen was anderes zu finden, aber aufhören mit Krafttraining kommt nicht in Frage ..(nicht miskulös und glatze/große Ghe -> neee)^
Cpa kann topisch aber auch daneben gehe glaub was NWs antrifft...

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [johnnyhandsome](#) on Sat, 14 Feb 2015 13:15:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

voltaren liegt iwo noch rum.. ab und an benutzt aber hab jz auch nicht von den vielen und großen erolgen gelesen also doch sein lassen

minox war geplant, da aber aktuelles topical funzt ists erstmal vom tisch

auch spiro oral (topisch soll ja nciht so doll sein) hab ich überlegt, doch das cpa für 3 monate hat mir mehr als gereicht xD

zu den haaren: nix neues.. auffallrate sehr gering und immer noch überall kleine härchen

zur gesichtshaut: nach 2 wo bilde ich mir ein das diese doch einen ticken zarter geworden ist

im übrigen ist mir aufgefallen dass falls mal einen oder zwei tage das haare wasche auslassen wurde, abends beim topical auftragen es ab und an anfängt zu jucken/brennen..

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [johnnyhandsome](#) on Fri, 14 Aug 2015 17:05:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo leute hier mal ein kleines update da ich inzwischen das ein oder andere ausprobiert habe

zum Status: leider sind die ghe noch immer nicht zu, überall kleiner flaum doch so richtig hochzüchten lässt dieser sich nicht bzw schwer... vllt muss doch noch minox ran

genau deshalb hab ich in den vergangenen monaten mein topical immer wieder mal geupdated mal mit minzöl, vit a c e, magnesiumöl, e2 e3 p4, dut fin, ethanol anstatt bifon und die berühmt berüchtigte kopfhautmassage nicht vergessen

zu minzöl= hochdosiert fegts mir die haare weg (mache deshalb nur max. 2 tropfen für 10ml)

vit a c e= c topisch wöchentlich gibt mir schönere haut, a und e bin ich mir nicht sicher was oder ob mir das iwass brachte... ich guck weiter

magnöl= trockene kopfhaut und auch ordentlich shedding, also eher nicht so doll

e2 e3= geht wohl wieder systematisch merks aber nur an den längeren wimpern

p4= was ich erst jz bemerkt habe, p4 macht die augen heller, von nem blau in ein wirklich helles blau was richtig gut aussieht

dut fin= jeweils ein tab davon und bei mir ist feierabend, kaum libido schwache errektion unkonzentriert ohne ende, dazu kommen sehr schräge träume und mieser schlaf, ergo mit minidosis testen (vllt ein jeweils ne viertel) sonst weg

ethanol statt bifon= kein nennenswerter unterschied

und zum schluss zur kopfhautmassage die ich so lalala anwende, sprich wenn ichs nicht vergesse mal 5min rumkneten. und siehe da am anfang war die haut echt schwer zu kneten doch mittlerweile ists doch schön weich geworden... aber naja bei den vielen zeug das mir aufn kopf und sogar teilweise ins gesicht geschmiert habe könnens auch synergieeffekte etc gewesen sein

also fazit: ghes vernünftig zubekommen ist sauschwer! aber falls wirklich garnichts klappt gibts ja immer noch das ass im ärmel, sperma topisch xDD

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [100%](#) on Sat, 15 Aug 2015 10:28:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist hier 5x Krafttraining die Woche eine Umschreibung für eine Testo Kur oder warum rieseln dann die Haare?

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [johnnyhandsome](#) on Wed, 21 Oct 2015 21:12:30 GMT

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

bei mir auf jeden fall schon too much für die ghes

zum stand hab ich im moment auch das hier öfters angesprochene rizinusöl topisch im regimen mit halt ru, cpa, 2 tropfen minze und ket. haare werden immer dichter aber eben seeeehr langsam, erste dunkle miniatur haare anstatt den hellen sind auch zu sehen, obwohl ich zu bezweifeln wage das dies schon auswirkung von rizi ist.

was vllt noch dazu kommt ist das meine stimmung im moment bombig ist durch ne gesicht lotion die wohl mein testo ohne ende seit gut 2 monaten pushed aus: magnesiumöl, zinksalbe, vit a/c/d/e/k2 bisschen p4 und ari dazu sowie einmal im monat mal erbsen große dosis e2/e3... und was soll ich sagen sehe dadurch aus wie aus stein gemeißelt und trotzdem einen touch feminin... das letzte mal das ich so einen blick hatte und die laune so extrem gut war ist vllt mit anfang 20 gewesen

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [Jürgen87](#) on Wed, 21 Oct 2015 21:17:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dermaroller 1,0mm -2,5mm zur Penetrationssteigerung und / oder Wounding?

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [jpo03](#) on Wed, 21 Oct 2015 22:49:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Probiere mal Seti und demnächst PGE2 aus.
Ansonsten erinnert mich dein Medikationsverlauf und die Herangehensweise an die Haarausfallthematik stark an den user "mike".

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [haarnarr](#) on Thu, 22 Oct 2015 01:32:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike ist zurück

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [johnnyhandsome](#) on Fri, 23 Oct 2015 00:08:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also da mir das kopfhaut kneten schon nach ner weile ziemlich aufn geist ging kommt wohl

dermarollern auch eher weniger in frage

seti und pge2 verfolg ich schon interessiert, wären wohl die nächsten alternativen

und zum vergleich zum user mike... hab mir aufjedenfall das ein oder andere von ihm aber auch anderen abgeschaut, recherchiert bzw ne apotheker freundin angehaun und medis besorgt. obwohl ichs nie soweit mit den antiandrogenen/östrogenen getrieben hab das mir brüste wachsen (meine brustmuskultur ging nicht mehr in die breite sondern tiefe was ziemlich schräg aussah) oder schwule tendenzen aufkommen.

das höchste der gefühle bzw. mein persönlicher männlicher tiefpunkt war nach 3/4 monaten cpa gewesen als mal ein date mich fragte ob eigtl ich oder sie die frau von uns beiden sei, da von meiner seite aus null führung bestimmtheit etc kam, sondern nur übles softie getue. in manch situation wars eher ich der verführt wurde als das ich die frau verführe... gibt mädels die drücken da wohl ein auge zu wenns optisch/menschlich passt aber so gefiel ich mir nicht und die mehrheit der frauen findets auch nur minimal sexy mutierte halt schön langsam aber sicher zu ner pussy... 3 weitere monate cpa kur und mir wär wohl noch wirklich eine gewachsen xDD witzigerweise hatte mir das kurze experiment im beruf als personaler fast mehr geholfen als geschadet haha... naja aus fehlern lernt man und ich kann nur nochmals wiederholen wer mann bleiben möchte nimmt oral cpa oder e2 nur in extrem kleiner dosis und dann am besten nur ab und an oder lässt gleich ganz sein.

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [mr.hair](#) on Fri, 23 Oct 2015 09:16:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

100% schrieb am Sat, 15 August 2015 12:28Ist hier 5x Krafttraining die Woche eine Umschreibung für eine Testo Kur oder warum rieseln dann die Haare?

Würde mich auch mal interessieren ...

inwiefern wirkt sich Krafttraining/Fitnesstraining negativ auf den Haarstatus aus?

Subject: Aw: johnnys ha story
Posted by [johnnyhandsome](#) on Thu, 21 Jan 2016 23:09:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nee bei mir reicht stinknormales altbackenes krafttraining aus ums oben dünner werden zu lassen. habs immer daran gemerkt das die ghes an farbe verlieren... testo kur wäre so das todesurteil für die haare, jedenfalls bei mir

plus 2 kleine infos am rande:

1. umso weniger pg ich fürs topical nehme desto besser. vllt mag meine kopfhaut kein pg oder

es penetriert zu gut, denn bei zb 2:8 mische immer direkt nws von fin dut gemerkt (schlafstörungen etc selbst bei mini dosis). zudem ghe jz quasi zu

2. mein gesichtstopical (arginin und carnitin seit längerem auch drin) hat eine beunruhigende wirkung: will mich nicht soweit ausm fenster lehnen, doch hats den anschein das mein kiefer und die stirnwulst gewachsen sind... genau an den stellen wo ichs seit monaten auftrage... also naja noch siehts gut aus, aber ich werds wohl erstmal sein lassen, denn noch n bisschen knochendichte oder whatever happened und man hat den neandertaler look

Subject: Aw: johnnys ha story

Posted by [hairthings](#) on Sun, 24 Jan 2016 15:23:11 GMT

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

bin eigentlich ein stiller mitleser dieses forums gewesen, aber dein erfahrungsbericht bzgl. deiner medikation hat mich dazu bewogen, dass ich mich hier melde.

du hast geschrieben, dass du e2 und p4 genommen hast und trotzdem nicht verweiblicht bist...

interessanter bericht, ich persönlich würde den versuch auch starten und selbst e2 und p4 nehmen.

ich hätte hierzu ein paar fragen:

welches e2/p4 benutzt du?

wie bist du überhaupt an die sachen rangekommen, hat dir dein arzt e2/p4 verschrieben? mit welcher begründung? wo am besten die sachen beziehen?

daher musste ich die ganze zeit auf die p4 creme von biovea ausweichen, an sich ganz ok, aber die mengen, die man schmieren muss, ist doch beachtlich und preislich auf dauer nicht tragbar. aber hatte nur p4 ohne e2.

wieviele hübe (bzw tropfen) e2 im monat/woche waren es bei dir? wie hat e2 auf deine psychie gewirkt?

genauso wie beim mike, dass du kommunikativer wurdest? welche veränderung auf der haut? gesichtszüge stark verweiblicht, oder ging das? minimalen femininen touch würde mich persönlich nicht stören--> sofern die gesichtszüge trotzdem kantig bleiben.

hast du regelmässig die e2 werte kontrolliert?

mein e2 wert liegt bei 10 pg, nach oben hätte ich auf jeden fall spielraum...

würdest du selber e2 empfehlen in minimalen dosen? auf dauer tragbar das konzept? wie war das mit dem sex? libido ok?

welche nachteile hatte deiner meinung nach der einsatz von e2 bei dir?

Subject: Aw: johnnys ha story

Posted by [johnnyhandsome](#) on Wed, 31 May 2017 17:56:07 GMT

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

also e2 würd ich eher lassen bzw wirklich mini dosis fahren, habs von ner apotheker freundin und tu in mein topical wirklich nur ne homöopathische dosis rein... das dann aber auch mit cpa, dut usw drin weil nur e2 bringt nix mmn

und wenn du kommunikativer werden möchtest is höherer e2 wert sicher der falsche ansatz

Subject: Aw: johnnys ha story

Posted by [Eliyah](#) on Thu, 01 Jun 2017 14:06:25 GMT

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

schöner bericht aber irgendwie total nutzlos ohne aussagende fotos..

Subject: Aw: johnnys ha story

Posted by [Chao1402](#) on Thu, 01 Jun 2017 16:54:39 GMT

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

johnnyhandsome schrieb am Fri, 22 January 2016 00:09

2. mein gesichtstopical (arginin und carnitin seit längerem auch drin) hat eine beunruhigende wirkung: will mich nicht soweit ausm fenster lehnen, doch hats den anschein das mein kiefer und die stirnwulst gewachsen sind... genau an den stellen wo ichs seit monaten auftrage... also naja noch siehts gut aus, aber ich werds wohl erstmal sein lassen, denn noch n bisschen knochendichte oder whatever happened und man hat den neandertaler look

Ernsthaft?

Schreib doch mal bitte auf, was da alles drin ist. Würde mich interessieren. Oder einfach nur arginin und carnitin?

Subject: Aw: johnnys ha story

Posted by [johnnyhandsome](#) on Fri, 24 Nov 2017 03:03:14 GMT

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

zum einen: also fotos hab ich jz keine hochauflösenden die unter gleichen lichtbedingungen entstanden bzw extra zur haar dokumentation angefertigt, sondern eher welche aus der freizeit was wsl wenig hilfreich ist

zum anderen: ja das ist wirklich der fall das diese creme mir vorallem die stirnwulst vergößert hat und ich sogar von bekannten darauf angesprochen wurde ob ich den eine beule hätte es war außer arginin und carnitin soweit ich weiß magnesium, zink, vit a d k2 p4 ari sowie dhea und p3 drin

und zum eigentlichen thema der haarpracht: habs aufgegeben die kinderhaarlinie wiederzubeleben. bei jetzigem stabilen status probiere ich trotzdem ab und zu noch rum. das neuste wäre nad+ das seit paar wochen ins topical gekippt wird wobei ich noch keinen effekt gespürt hab

und noch etwas was mir aufgefallen ist als ich kein ari mehr hatte und doch etwas das verhasste östrogen senken wollte... dabei hat mir tatsächlich jod ein markanteres gesicht beschert und soweit ich weiß soll es rein theoretisch anzahl der östrogen rezeptoren senken
