

---

Subject: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:02:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Moin allerseits,

dies hier wird mein erster Post. Bitte entschuldigt, falls es doch einige viele Fragen werden aber ich kenne mich mit dem ganzen Thema noch nicht so wirklich aus.

Zu mir: Ich bin männlich, 25 Jahre alt, habe/ hatte immer schöne blonde Haare. Mein Vater hat ebenso volles Haar, die Großväter jedoch hatten eine Glatze, soweit ich mich entsinne.

Ich hatte seit ich denken kann einen recht hohen Haaransatz und im Laufe der Zeit dann eben auch die leidigen Geheimratsecken, die immer höher wurden. Ca. 2013 habe ich dann bemerkt, dass die Haare etwas lichter werden und nun in den letzten Jahren hat dies immer mehr zugenommen.

Ich habe daraufhin verschiedene Tests gemacht bei meinem Hautarzt, z.B. einen Test auf Pilze, der negativ war, einen Zupftest, ein Trichogramm etc.

Von dem Verlauf meines Haarausfalls her meinte sie jedoch direkt, dass erblich bedingter HA definitiv eine Komponente sei. Das Trichogramm zeigte, dass das „Ausfallen“ durch Stress etc. weiter beschleunigt wird. Stress heißt in meinem Fall seit ca. 1 Jahr Panikattacken, Tod eines engen Familienmitglieds, leichte Hypochondrie, Unzufriedenheit mit dem eigenem Gewicht, Freundin hat vor 'nem Monat auch noch Schluss gemacht etc.

Meine Ärztin meinte daraufhin, sie verschreibt mir Minoxidil (Regaine), würde mir jedoch dringend von Propecia abraten, da sie insbesondere die erhöhten Risiken hinsichtlich Unfruchtbarkeit und Hodenkrebs scheuen würde (sie meinte das würde in Doktorkreisen unter dem Tisch so kommuniziert und das sei schlimmer als die Nebenwirkungen hinsichtlich Libido etc.) hat es mir jedoch dennoch verschrieben und meinte es liege an mir „was mir meiner Haare wert seien zu riskieren“.

Nun nutze ich Koffein-Shampoo beim Haarewaschen und Minoxidil seit Ende August 1x täglich (abends) jeweils in den Geheimratsecken (hatte mal gelesen, dass sich bei 2x täglich schnell ein „Gewöhnungseffekt“ einstellt?). Heißt ich spraye den Schaum auf und massiere ihn ein. Leider gibt es bisher keine sichtlichen Effekte, bzw. mir kommt es eher so vor, als sei es viel schlechter geworden in der Zeit. Die Geheimratsecken werden immer höher und seit Neuestem lichtet sich auch die vordere Haarpartie an der Stirn, was mir extrem Angst macht.

Nun zu meinen Fragen:

1) Sollte ich mit Minoxidil weitermachen? Wenn ja, lieber 1 oder 2x pro Tag? Am ganzen Kopf oder weiterhin nur in den Geheimratsecken? Sollte ich den Schaum lieber auftragen und nicht einmassieren sondern trocknen lassen? Wann kommen die ersten feinen Härchen? Dachte bereits nach 4 Monaten...?

2) Kann es sein, dass es sich immer noch um die „Shedding-Phase“ handelt? Dachte die

müsste schon längst vorbei sein?

3) Wie schlimm können Nebenwirkungen von Propecia wirklich sein? Kenne viele Freunde, bei denen es gut gewirkt hat. Bin jedoch psychisch stark vorbelastet und meine momentane Lebenssituation macht es auch nicht besser, deswegen habe ich eher Furcht es auszuprobieren..?

4) Was könnt Ihr mir sonst noch empfehlen, bsp. an Shampoos oder Ähnlichem?

5) Macht es bei meinem momentanen „Haarstand“ noch Sinn oder soll ich lieber gleich rasieren oder ans Transplantieren denken?

6) Könnte es sein, dass auch einiges stressbedingt ist und manche Haare wiederkommen, wenn es einfacher wird in meinem Leben?

7) Ich stylte meine Haare bisher immer gerne. Sind hochwertige Stylingprodukte schädlich, bzw. ist Föhnen schädlich oder Haare waschen? Habe inzwischen immer Angst, dass ich „noch mehr kaputt mache“..

Versuche nebenher noch Gewicht aufzubauen, heißt ich esse möglichst viel Eiweiß und Kohlenhydrate ist das kontraproduktiv für die Haare?

Anbei aktuelle Bilder meiner „Haarpracht“.

PS: Wieso kann ich in diesem Forum keine Fotos sehen, bzw. öffnen? Sehe immer nur den kleinen Icon..

Viele Grüße!

## File Attachments

---

1) [vorne.png](#), downloaded 1260 times



Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:03:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [links.png](#), downloaded 1238 times



---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:03:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [rechts.png](#), downloaded 1233 times



---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Shibalnu](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:13:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Poste mal Bilder von den "Problemstellen", ich seh nämlich nichts von Haarausfall usw...

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [krx](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:16:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn man das liest, denkt man du hast keine Haare mehr auf dem Kopf und dann hast du sehr moderate Geheimratsecken...

Deine Psyche ist, wie du schon sagste, ordentlich angekrackst ? Deshalb würde ich Finasterid sowieso nicht in Erwägung ziehen.

Dein Haarausfall sieht und scheint moderat zu sein, d.h. eine HT würde für dich bei dann weitergeschrittenem Ausfall wohl Sinn machen.

Folgendes musst du dir bewusst sein, es gibt keine effektiven Mittel ohne NW. Diese sind individuell und können völlig tolerabel sein (leicht trockene Augen, leicht verminderte Libido) bis hin zu kompletten Potenzverlust. Hier spreche ich für Fin,Dut und auch für RU.

Du musst abschätzen, wie weit du bereit bist, dass Risiko einzugehen...

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Alexander1988](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:22:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@krx

wieso sprichst du da auch von RU :-/?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:25:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tut mir leid, für mich sind diese Geheimratsecken eben schon starker Ausfall und es macht mir wirklich zu schaffen und fällt mir sehr auf... Eventuell ist da mehr Drama drinn als es eigtl. sein sollte..

Was sind Dut und RU? Sind ebenso Nebenwirkungen von Minoxidil zu erwarten?

Was meint Ihr zu meinen Fragen oben?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [krx](#) on Fri, 18 Dec 2015 17:54:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bobbi\_re schrieb am Fri, 18 December 2015 18:25 Tut mir leid, für mich sind diese Geheimratsecken eben schon starker Ausfall und es macht mir wirklich zu schaffen und fällt mir sehr auf... Eventuell ist da mehr Drama drinn als es eigtl. sein sollte..

Was sind Dut und RU? Sind ebenso Nebenwirkungen von Minoxidil zu erwarten?

Was meint Ihr zu meinen Fragen oben?

Minox ist davon quasi ausgenommen...

Dut ist Dutasterid, noch potenter als Finasterid und RU ein Antiandrogen, welches die Androgenrezeptoren komplett blockiert, aber meistens topisch verwendet wird.

@Alex

Hängt natürlich von der Dosis und der eigenen Sensibilität ab, aber RU über 50mg ist totaler Unsinn für mich, und generell gibt es immer Leute die wie beschrieben sensibel reagieren.

RU hat aber auch nicht die selbe, durchschlagende Wirkung wie Finasterid.

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Fri, 18 Dec 2015 19:46:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hätte noch jemand Ideen für:

- 1) Sollte ich mit Minoxidil weitermachen? Wenn ja, lieber 1 oder 2x pro Tag? Am ganzen Kopf oder weiterhin nur in den Geheimratsecken? Sollte ich den Schaum lieber auftragen und nicht einmassieren sondern trocknen lassen? Wann kommen die ersten feinen Härchen? Dachte bereits nach 4 Monaten...?
- 2) Kann es sein, dass es sich immer noch um die „Shedding-Phase“ handelt? Dachte die müsste schon längst vorbei sein?
- 3) Wie schlimm können Nebenwirkungen von Propecia wirklich sein? Kenne viele Freunde, bei denen es gut gewirkt hat. Bin jedoch psychisch stark vorbelastet und meine momentane Lebenssituation macht es auch nicht besser, deswegen habe ich eher Furcht es auszuprobieren..?
- 4) Was könnt Ihr mir sonst noch empfehlen, bsp. an Shampoos oder Ähnlichem?
- 5) Macht es bei meinem momentanen „Haarstand“ noch Sinn oder soll ich lieber gleich rasieren oder ans Transplantieren denken?
- 6) Könnte es sein, dass auch einiges stressbedingt ist und manche Haare wiederkommen, wenn es einfacher wird in meinem Leben?
- 7) Ich stylte meine Haare bisher immer gerne. Sind hochwertige Stylingprodukte schädlich, bzw. ist Föhnen schädlich oder Haare waschen? Habe inzwischen immer Angst, dass ich „noch mehr kaputt mache“..
- 8) Versuche nebenher noch Gewicht aufzubauen, heißt ich esse möglichst viel Eiweiß und Kohlenhydrate ist das kontraproduktiv für die Haare?

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Shibalnu](#) on Fri, 18 Dec 2015 19:50:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bobbi\_re schrieb am Fri, 18 December 2015 20:46

- 6) Könnte es sein, dass auch einiges stressbedingt ist und manche Haare wiederkommen, wenn es einfacher wird in meinem Leben?
- 7) Ich stylte meine Haare bisher immer gerne. Sind hochwertige Stylingprodukte schädlich, bzw. ist Föhnen schädlich oder Haare waschen? Habe inzwischen immer Angst, dass ich „noch mehr kaputt mache“..

8 ) Versuche nebenher noch Gewicht aufzubauen, heißt ich esse möglichst viel Eiweiß und Kohlenhydrate ist das kontraproduktiv für die Haare?

Wenn du wirklich AGA hättest, würden diese dinge keinen Einfluss darauf haben

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Fri, 18 Dec 2015 20:49:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bobbi\_re schrieb am Fri, 18 December 2015 18:02

Ich habe daraufhin verschiedene Tests gemacht bei meinem Hautarzt, z.B. einen Test auf Pilze, der negativ war, einen Zupftest, ein Trichogramm etc.

Von dem Verlauf meines Haarausfalls her meinte sie jedoch direkt, dass erblich bedingter HA definitiv eine Komponente sei. Das Trichogramm zeigte, dass das „Ausfallen“ durch Stress etc. weiter beschleunigt wird...

Deswegen dachte ich...?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [veryafraidman](#) on Sat, 19 Dec 2015 09:46:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

krx schrieb am Fri, 18 December 2015 18:54bobbi\_re schrieb am Fri, 18 December 2015 18:25Sind ebenso Nebenwirkungen von Minoxidil zu erwarten?

Minox ist davon quasi ausgenommen...

Aber auch nur quasi. Ich hab nach zwei Tagen genauso beschissen aufgequollen ausgehen wie an Aschermittwoch

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [OhNoHair](#) on Sat, 19 Dec 2015 10:26:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Rasier dir am besten ALLES ab, das hat wirklich keinen Sinn mehr, du bist ein hoffnungsloser Fall ! Da sieht man ja nur noch Kopfhaut !

---

Im Ernst. Fahr bloß nix "hartes" wie Fin oder Dut , bei deiner anscheinend labilen Psyche wäre das fatal. Und auch nicht nötig ! Wir können das natürlich ohne ältere Fotos nicht beurteilen, aber für mich sieht das nach nem normalen Haaransatz aus, mit wirklich äuserst moderaten Geheimratsecken. Bedenke auch dass z.Zt. "Fellwechsel-Saison" ist. Stress kann auch immer wieder ein Beschleuniger sein und du scheinst dich im Moment ziemlich zu stressen !

An deiner Stelle würde ich folgendes machen : Solange du von Minox keine Nebenwirkungen hast, bleib dabei. Nimm noch Ketoconazol und wenn du zu viel Geld hast, noch ein Stemoxydine-Produkt (günstiges: Fructis Kraft-Serum) mit rein und gut ist.

Wie du eine Ketoconazol Lösung selber herstellen kannst, findest du in der Selbsthilfe:  
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/24007/>

Das kannst du dann z.B. auch direkt mit Minox mischen.

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [supreme](#) on Sat, 19 Dec 2015 13:45:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

OhNoHair schrieb am Sat, 19 December 2015 11:26 Rasier dir am besten ALLES ab, das hat wirklich keinen Sinn mehr, du bist ein hoffnungsloser Fall ! Da sieht man ja nur noch Kopfhaut !

Im Ernst. Fahr bloß nix "hartes" wie Fin oder Dut , bei deiner anscheinend labilen Psyche wäre das fatal. Und auch nicht nötig ! Wir können das natürlich ohne ältere Fotos nicht beurteilen, aber für mich sieht das nach nem normalen Haaransatz aus, mit wirklich äuserst moderaten Geheimratsecken. Bedenke auch dass z.Zt. "Fellwechsel-Saison" ist. Stress kann auch immer wieder ein Beschleuniger sein und du scheinst dich im Moment ziemlich zu stressen !

An deiner Stelle würde ich folgendes machen : Solange du von Minox keine Nebenwirkungen hast, bleib dabei. Nimm noch Ketoconazol und wenn du zu viel Geld hast, noch ein Stemoxydine-Produkt (günstiges: Fructis Kraft-Serum) mit rein und gut ist.

Wie du eine Ketoconazol Lösung selber herstellen kannst, findest du in der Selbsthilfe:  
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/24007/>

Das kannst du dann z.B. auch direkt mit Minox mischen.

Dachte auch erst im eingangspost oh schreck mind nw3-4

---

---



Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Sat, 19 Dec 2015 14:56:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Eventuell kommt es Euch ja übertrieben vor aber meiner Meinung nach geht das alles ziemlich fix bei mir und es macht mri einfach Angst... Ob man sich jetzt bei nw3 / nw2 oder nw5 aufregt liegt ja an der persönlichen Einstellung...

Könnte noch jemand etwas hierzu sagen?

1) Sollte ich mit Minoxidil weitermachen? Wenn ja, lieber 1 oder 2x pro Tag? Am ganzen Kopf oder weiterhin nur in den Geheimratsecken? Sollte ich den Schaum lieber auftragen und nicht einmassieren sondern trocknen lassen? Wann kommen die ersten feinen Härchen? Dachte bereits nach 4 Monaten...?

2) Kann es sein, dass es sich immer noch um die „Shedding-Phase“ handelt? Dachte die müsste schon längst vorbei sein?

4) Was könnt Ihr mir sonst noch empfehlen, bsp. an Shampoos oder Ähnlichem?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Tom10](#) on Sat, 19 Dec 2015 19:44:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bobbi\_re schrieb am Sat, 19 December 2015 15:56Eventuell kommt es Euch ja übertrieben vor aber meiner Meinung nach geht das alles ziemlich fix bei mir und es macht mri einfach Angst... Ob man sich jetzt bei nw3 / nw2 oder nw5 aufregt liegt ja an der persönlichen Einstellung...

Könnte noch jemand etwas hierzu sagen?

1) Sollte ich mit Minoxidil weitermachen? Wenn ja, lieber 1 oder 2x pro Tag? Am ganzen Kopf oder weiterhin nur in den Geheimratsecken? Sollte ich den Schaum lieber auftragen und nicht einmassieren sondern trocknen lassen? Wann kommen die ersten feinen Härchen? Dachte bereits nach 4 Monaten...?

2) Kann es sein, dass es sich immer noch um die „Shedding-Phase“ handelt? Dachte die müsste schon längst vorbei sein?

4) Was könnt Ihr mir sonst noch empfehlen, bsp. an Shampoos oder Ähnlichem?

Was du dich hier aufspielst

Da ist fast gar nix, höchstens sehr leichten Ecken, und das mit 25. Ihr seids ja schlimmer als die Mädels

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Sat, 19 Dec 2015 20:52:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nochmal: Wie spiele ich mich denn auf? Für mich ist das jetzt eben schon ein riesen Problem?! Natürlich gibt es Menschen, die mit 15 'ne Glatze hatten und für die es gar kein Problem war oder mit 50 volles Haar und sich darüber aufregen, aber am Ende des Tages ist es doch jedem selbst überlassen..

Verstehe nicht, dass sich hier alle so darüber aufregen, dass mich meine Lage sehr bedrückt und ich deswegen versuche, Infos zu bekommen hinsichtlich Minoxidil und Co?! Sehe einfach, dass es seit 2 Jahren schleichend beginnt und momentan (v.a. durch Stress und psychische Belastung) sehr schnell voranschreitet.

Und solange noch "viel" da ist, sollte ich ja schon mal anfangen etwas dagegen zu tun..

Kann mir beispielsweise jemand sagen, ob ich Minoxidil richtig anwende bisher (seit 4-5 Monaten 1x pro Tag in den Geheimratsecken)? Wenn dem so ist, frage ich mich nämlich weshalb der Haarausfall sich noch verstärkt hat und nichts besser geworden ist bisher.. Dachte die Shedding-Phase hört schon viel früher auf? Sollte ich Minox 2x pro Tag anwenden?

Bringt das C2 Koffein-Shampoo von Alpecin etwas? Das nutze ich auch noch momentan.. Oder habt ihr etwas besseres?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Shibalnu](#) on Sat, 19 Dec 2015 20:54:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bobbi\_re schrieb am Sat, 19 December 2015 21:52

Bringt das C2 Koffein-Shampoo von Alpecin etwas? Das nutze ich auch noch momentan.. Oder habt ihr etwas besseres?

Gegen AGA gibt es kein Shampoo

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Sat, 19 Dec 2015 20:55:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zaptek schrieb am Sat, 19 December 2015 21:54bobbi\_re schrieb am Sat, 19 December 2015 21:52

Bringt das C2 Koffein-Shampoo von Alpecin etwas? Das nutze ich auch noch momentan.. Oder habt ihr etwas besseres?

---

Gegen AGA gibt es kein Shampoo

Wende ich denn Minoxidil richtig an bisher (seit 4-5 Monaten 1x pro Tag in den Geheimratsecken)? Wenn dem so ist, frage ich mich nämlich weshalb der Haarausfall sich noch verstärkt hat und nichts besser geworden ist bisher.. Dachte die Shedding-Phase hört schon viel früher auf? Sollte ich Minox 2x pro Tag anwenden?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Sonic Boom](#) on Sat, 19 Dec 2015 21:04:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Minox wirkt eben bei manchen gar net, bei einigen kontraproduktiv, und bei anderen funzt es eben. Auf lange Sicht siehts aber eher schlecht aus. Ket Shampoo weiterhin nehmen, und wenn du eben merkst die Haare rieseln, Antiandrogene oder 5 alpha reduziert. Blocker. Es gibt grad recht vieles was man machen kann. Und einige User testen auch hier neue/ unerprobte Mittelchen. Also immer schön mitlesen und gegebenenfalls ein paar Notizen machen. Dein Status sieht noch gut aus. Hinten auch?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Sat, 19 Dec 2015 21:08:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sonic Boom schrieb am Sat, 19 December 2015 22:04 Minox wirkt eben bei manchen gar net, bei einigen kontraproduktiv, und bei anderen funzt es eben. Auf lange Sicht siehts aber eher schlecht aus. Ket Shampoo weiterhin nehmen, und wenn du eben merkst die Haare rieseln, Antiandrogene oder 5 alpha reduziert. Blocker. Es gibt grad recht vieles was man machen kann. Und einige User testen auch hier neue/ unerprobte Mittelchen. Also immer schön mitlesen und gegebenenfalls ein paar Notizen machen. Dein Status sieht noch gut aus. Hinten auch?

Hinten ist es dicht bisher. Und vorne nehmen eben die Ecken weiter zu und ich bemerke immer mehr "kleine, kräuselige Haare"...

Sollte ich das Minoxidil weiternehmen? Habe diese Regain-Packungen und nach 4-5 Monaten sind erst 1 1/2 davon verbraucht.. Kann es sein, dass ich zu wenig Schaum genommen habe, bzw. statt 1x doch lieber 2x am Tag nehmen sollte?

Was ist Ket Shampoo und inwiefern hilft es? Bisher benutze ich Alpecin.. Was sind 5 alpha reduziert. Blocker?

Kann ich, um Nebenwirkungen zu umgehen, Finasteride auch topisch nehmen irgendwie?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Shibalnu](#) on Sat, 19 Dec 2015 21:08:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bobbi\_re schrieb am Sat, 19 December 2015 21:55Zaptek schrieb am Sat, 19 December 2015 21:54bobbi\_re schrieb am Sat, 19 December 2015 21:52

Bringt das C2 Koffein-Shampoo von Alpecin etwas? Das nutze ich auch noch momentan.. Oder habt ihr etwas besseres?

Gegen AGA gibt es kein Shampoo

Wende ich denn Minoxidil richtig an bisher (seit 4-5 Monaten 1x pro Tag in den Geheimratsecken)? Wenn dem so ist, frage ich mich nämlich weshalb der Haarausfall sich noch verstärkt hat und nichts besser geworden ist bisher.. Dachte die Shedding-Phase hört schon viel früher auf? Sollte ich Minox 2x pro Tag anwenden?

Hier mal ein Auszug aus der Selbsthilfe: --> <http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/25174/>

Da Minoxidil sowohl die 5-AR, wie auch die 17-β-HSD erhöhen soll, ...

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10098703>

...sollte Minoxidil immer mit einem Antiandrogen kombiniert werden:  
Finasterid/Dutasterid als 5-AR Hemmer, bzw. Ketoconazol als 17-β-HSD Hemmer.

Also nimm KET dazu und schau obs besser wird nach ein paar Monaten....  
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/23751/>

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Sat, 19 Dec 2015 21:10:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zaptek schrieb am Sat, 19 December 2015 22:08bobbi\_re schrieb am Sat, 19 December 2015 21:55Zaptek schrieb am Sat, 19 December 2015 21:54bobbi\_re schrieb am Sat, 19 December 2015 21:52

Bringt das C2 Koffein-Shampoo von Alpecin etwas? Das nutze ich auch noch momentan.. Oder habt ihr etwas besseres?

Gegen AGA gibt es kein Shampoo

Wende ich denn Minoxidil richtig an bisher (seit 4-5 Monaten 1x pro Tag in den Geheimratsecken)? Wenn dem so ist, frage ich mich nämlich weshalb der Haarausfall sich noch verstärkt hat und nichts besser geworden ist bisher.. Dachte die Shedding-Phase hört schon viel früher auf? Sollte ich Minox 2x pro Tag anwenden?

Hier mal ein Auszug aus der Selbsthilfe: --> <http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/25174/>

Da Minoxidil sowohl die 5-AR, wie auch die 17-β-HSD erhöhen soll, ...

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10098703>

...sollte Minoxidil immer mit einem Antiandrogen kombiniert werden:  
Finasterid/Dutasterid als 5-AR Hemmer, bzw. Ketoconazol als 17-β-HSD Hemmer.

Also nimm KET dazu und schau obs besser wird nach ein paar Monaten....

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

Mit KET umgehe ich aber die fiesen Nebenwirkungen vom Finasterid? Mir wurde ja oben gesagt mit meiner psychischen Vorgeschichte sollte ich mich an solche Dinge besser nicht ranwagen...

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Shibalnu](#) on Sat, 19 Dec 2015 21:17:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ket und Fin wirken völlig unterschiedlich.... und ob man auf jedenfall Nebenwirkungen von Fin bekommt, kann man pauschal nicht sagen.

Ket wird topisch angewand, daher ist die chance auf Nebenwirkungen ziemlich gering

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Winterfell](#) on Sun, 20 Dec 2015 04:01:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Lösung ist ganz einfach. Das einzige was du tun musst: zum Rasierer greifen, Haare abrasieren, lange in den Spiegel schauen, heulen, Taschentuch nehmen, Tränen abwischen, dann aufstehen, wieder in den Spiegel schauen, wieder heulen, sich über Mutter Natur beschweren, Rasierer gegen die Wand knallen, aufstehen und sich mit anderen Dingen beschäftigen. Problem gelöst. Du gewöhnst dich schon an deine Glatze. Früher haben die Mütter doch zu ihren Söhnen gesagt (oder auch Väter): "Sei ein Mann!"

Oder etwa nicht?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [supreme](#) on Sun, 20 Dec 2015 04:53:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Winterfell schrieb am Sun, 20 December 2015 05:01 Die Lösung ist ganz einfach. Das einzige was du tun musst: zum Rasierer greifen, Haare abrasieren, lange in den Spiegel schauen, heulen, Taschentuch nehmen, Tränen abwischen, dann aufstehen, wieder in den Spiegel schauen, wieder heulen, sich über Mutter Natur beschweren, Rasierer gegen die Wand knallen, aufstehen und sich mit anderen Dingen beschäftigen. Problem gelöst. Du gewöhnst dich schon an deine Glatze. Früher haben die Mütter doch zu ihren Söhnen gesagt (oder auch Väter): "Sei ein Mann!"

Oder etwa nicht?

Überflüssiger post.

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Tom10](#) on Sun, 20 Dec 2015 12:28:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hier sind jetzt eh immer mehr Heulsusen und Psychos unterwegs. Null Selbstbewusstsein und realitätsfremd.

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Chao1402](#) on Sun, 20 Dec 2015 13:38:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Da hast du sicherlich schon recht, Tom. Viele, die hier ankommen und sich trotz noch recht vollen Haares über ihren leichten HA beklagen, haben sicherlich meist auch Probleme mit ihrem Selbstbewusstsein. Das liegt aber wohl vor allem auch an der heutigen Erwartungshaltung, die durch Film und Fernsehen suggeriert wird. Kein Wunder also, dass auch wir Männer zunehmend Probleme mit unserem Aussehen haben, wenn man überall perfekt gestylte und mit Photoshop zurechtgestutzte Models sieht.

Da ist allerdings auch mehr Schein als Sein, das sollte klar sein. Dennoch kann ich Menschen wie den Threadersteller verstehen, warum sich nicht länger an seinem Haar erfreuen, wenn es möglich ist? Allerdings besteht, so mein Eindruck, bei diesen Personen oft die Gefahr, sich zu sehr in etwas hineinzusteigern, was eigentlich gar nicht so schlimm ist, das Problem ist eben, dass viele ein vorgefertigtes Bild von sich mit vollen Haaren im Kopf haben, dann aber auf einmal realisieren, dass es "überraschenderweise" nicht ewig so bleiben wird. Diese Personen sollten parallel noch an anderen Dingen wie etwa ihrem Selbstbewusstsein arbeiten, denn sonst wird man ewig unzufrieden sein, auch mit volleren Haaren.

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Sun, 20 Dec 2015 16:43:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Sun, 20 December 2015 13:28Hier sind jetzt eh immer mehr Heulsusen und Psychos unterwegs.Null Selbstbewusstsein und realitätsfremd.

Ich würde mal die These wagen, dass jeder, der hier nach haarerhaltenden Mittelchen sucht ein Problem mit dem eigenen Selbstbewusstsein hat. Die Diskussion, ab welchem Zeitpunkt des Haarverlustes das jetzt "angebracht" ist oder nicht, finde ich schwachsinnig.

Ich mochte meine Haare immer schon sehr gerne, merke in den letzten Jahren, dass ich diese verliere und versuche eben das jetzige Stadium noch möglichst gut zu nutzen, bevor es zu spät ist. Ob das jetzt für jemanden verständlich ist oder nicht, kann ich nicht beurteilen aber man kann alles auch respektvoll und nett sagen und muss ja nicht aus Bitterkeit direkt ironisch oder beleidigend werden.

Nichtsdestotrotz danke für alle ernst gemeinten und hilfreichen Beiträge.

Noch eine Frage: Wenn man sich eine KET-Lösung herstellt, 1) ist diese vor oder nach dem Minox zu nutzen und 2) welche Nebenwirkungen können auftreten?

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Mona](#) on Mon, 21 Dec 2015 13:29:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Sun, 20 December 2015 13:28Hier sind jetzt eh immer mehr Heulsusen und Psychos unterwegs. Null Selbstbewusstsein und realitätsfremd  
Wenn man sowas - oder auch von einem User "Winterfell" lesen muss

Zitat:...Ich habe den Drang Leute zu diffamieren, die mir nun mal gegen den Zeiger gehen...

..., dann scheinen hier doch einige User ganz offensichtlich auf dem falschen Board gelandet zu sein. Wer ein Problem damit hat, andere Menschen und deren "selbst empfundene HA-Problematik" anzunehmen und nicht in der Lage ist, diesen Menschen mit Wohlwollen und freundlicher Hilfestellung zu begegnen (in einem Haarausfall-Forum!!!), der sollte seine Haltung dringend überdenken. Wenn man nichts zu sagen hat oder einem ein User/ein Fall nicht zusagen mag, dann vielleicht einfach dem Thema fern bleiben, als Mituser zu beleidigen oder zu diffamieren, denn das steht hier niemandem zu. Siehe Forenregeln.

Es ist schlimm, wenn HA einen solchen Raum im Leben mancher Menschen einnimmt, dass das ganze (derzeitige) Leben davon beeinträchtigt zu sein scheint und sich u.U. sogar Depressionen einstellen etc....

Noch schlimmer ist es aber, wenn sich ein Betroffener hier in diesem HA-Forum anmeldet, da er Hilfe benötigt - und sich von teilnehmenden Usern verspottet und/oder beleidigt sehen muss.

DAS, liebe Leute, ist aus meiner Sicht armselig und ein Grund zum Schämen...

Gruß, Mona

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Balle](#) on Mon, 21 Dec 2015 13:56:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Finasterid und Hodenkrebsrisiko, kann da was dran sein?

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Guildenstern](#) on Tue, 22 Dec 2015 05:54:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[...] "Minoxidil increased 17beta-hydroxysteroid dehydrogenase activity by nearly 40% (P < 0.001) in dermal papilla cells of balding scalp, whereas the effect was less marked in dermal papilla cells from nonbalding scalp and dermal fibroblasts. 5alpha-Reductase activity was also slightly increased by minoxidil in dermal papilla cells from balding scalp. Again, the effect on 5alpha-reductase activity was insignificant in the other two groups of cells. Whether such modification of testosterone metabolism in dermal papilla cells of balding scalp by minoxidil is related to its therapeutic effect remains unknown." [...]



1) Was bedeutet slightly? Wahrscheinlich testen sie mit 0.02 auf ein Signifikanzniveau von  $p = 0.5$  oder solche Späße... hat Jemand die volle Version? Ich kann nur das abstract einsehen.

2) Mach dem Mann doch keinen Schiss.

Trotzdem. KET ist eine gute Idee, und ja: Minoxidil ist kein Haltemittel.

Außerdem werde ich los, was ich bei allen Neueinsteigern schreibe: du hast jetzt neue Freunde, nämlich Angst, Unsicherheit, und eben Haarausfall. Man lernt, damit umzugehen - und, dass man nicht ultimativ machtlos ist, lernt man auch. Wenn du mit einem rationalen, evidenzbasierten und vernünftigen Ansatz an die Sache herangehst, werden sich dir Optionen auftun - aber du trägst selber Verantwortung dafür, dich ein bisschen in die Materie einzulesen und dich damit zu beschäftigen.

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Dec 2015 07:09:05 GMT

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

---

Guildenstern schrieb am Tue, 22 December 2015 07:54[...] "Minoxidil increased 17beta-hydroxysteroid dehydrogenase activity by nearly 40% ( $P < 0.001$ ) in dermal papilla cells of balding scalp, whereas the effect was less marked in dermal papilla cells from nonbalding scalp and dermal fibroblasts. 5alpha-Reductase activity was also slightly increased by minoxidil in dermal papilla cells from balding scalp. Again, the effect on 5alpha-reductase activity was insignificant in the other two groups of cells. Whether such modification of testosterone metabolism in dermal papilla cells of balding scalp by minoxidil is related to its therapeutic effect remains unknown." [...]

1) Was bedeutet slightly? Wahrscheinlich testen sie mit 0.02 auf ein Signifikanzniveau von  $p = 0.5$  oder solche Späße... hat Jemand die volle Version? Ich kann nur das abstract einsehen.

alles in vitro bei 0,5 nM minoxidil über 3 volle tage

pmol 5-AR/mg protein/hr von 0,75 auf 0,90

$p < 0.05$

was sagt das schon über in vivo aus..wenig/nix

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Tue, 22 Dec 2015 09:06:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Guildenstern schrieb am Tue, 22 December 2015 06:54[...] "Minoxidil increased 17beta-hydroxysteroid dehydrogenase activity by nearly 40% (P < 0.001) in dermal papilla cells of balding scalp, whereas the effect was less marked in dermal papilla cells from nonbalding scalp and dermal fibroblasts. 5alpha-Reductase activity was also slightly increased by minoxidil in dermal papilla cells from balding scalp. Again, the effect on 5alpha-reductase activity was insignificant in the other two groups of cells. Whether such modification of testosterone metabolism in dermal papilla cells of balding scalp by minoxidil is related to its therapeutic effect remains unknown." [...]

1) Was bedeutet slightly? Wahrscheinlich testen sie mit 0.02 auf ein Signifikanzniveau von  $p = 0.5$  oder solche Späße... hat Jemand die volle Version? Ich kann nur das abstract einsehen.

2) Mach dem Mann doch keinen Schiss.

Trotzdem. KET ist eine gute Idee, und ja: Minoxidil ist kein Haltemittel.

Außerdem werde ich los, was ich bei allen Neueinsteigern schreibe: du hast jetzt neue Freunde, nämlich Angst, Unsicherheit, und eben Haarausfall. Man lernt, damit umzugehen - und, dass man nicht ultimativ machtlos ist, lernt man auch. Wenn du mit einem rationalen, evidenzbasierten und vernünftigen Ansatz an die Sache herangehst, werden sich dir Optionen auftun - aber du trägst selber Verantwortung dafür, dich ein bisschen in die Materie einzulesen und dich damit zu beschäftigen.

Was meinst Du mit "Minox ist kein Haltemittel"? Gut, das heißt ich bestelle mir so ein KET-Shampoo und mache mir eine Lösung, muss ich die dann nach/ vor / zusammen mit Minox auftragen?

merci!

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Tom10](#) on Tue, 22 Dec 2015 11:20:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mona schrieb am Mon, 21 December 2015 14:29Tom10 schrieb am Sun, 20 December 2015 13:28Hier sind jetzt eh immer mehr Heulsusen und Psychos unterwegs. Null Selbstbewusstsein und realitätsfremd  
Wenn man sowas - oder auch von einem User "Winterfell" lesen muss

Zitat:...Ich habe den Drang Leute zu diffamieren, die mir nun mal gegen den Zeiger gehen...

..., dann scheinen hier doch einige User ganz offensichtlich auf dem falschen Board gelandet zu sein. Wer ein Problem damit hat, andere Menschen und deren "selbst empfundene HA-Problematik" anzunehmen und nicht in der Lage ist, diesen Menschen mit Wohlwollen und freundlicher Hilfestellung zu begegnen (in einem Haarausfall-Forum!!!), der sollte seine Haltung dringend überdenken. Wenn man nichts zu sagen hat oder einem ein User/ein Fall nicht zusagen mag, dann vielleicht einfach dem Thema fern bleiben, als Mituser zu beleidigen oder zu diffamieren, denn das steht hier niemandem zu. Siehe Forenregeln.

Es ist schlimm, wenn HA einen solchen Raum im Leben mancher Menschen einnimmt, dass das ganze (derzeitige) Leben davon beeinträchtigt zu sein scheint und sich u.U. sogar Depressionen einstellen etc....

Noch schlimmer ist es aber, wenn sich ein Betroffener hier in diesem HA-Forum anmeldet, da er Hilfe benötigt - und sich von teilnehmenden Usern verspottet und/oder beleidigt sehen muss.

DAS, liebe Leute, ist aus meiner Sicht armselig und ein Grund zum Schämen...

Gruß, Mona

Na gut, das Problem ist dass aber dass das Verhalten mancher Leute, objektiv gesehen, anormal ist. Man mag das vielleicht in einem HA Forum als normal ansehen.

Es geht aber auch darum verschiedenen Leuten mal die Augen zu öffnen und ihnen ihren selbst aufgezwungenen Leidensdruck oder Panik zu nehmen. Das geht oft leider nur in einem direkteren Ton, ich geb dir recht dass das nicht ideal ist. Bleibt nur die Frage ob es jetzt besser ist den Jungen in seiner unnötigen Panik zu unterstützen und ihm beispielweise zu Fin zu raten. Der Junge weis ja nicht mal ob er nach seinem Vater oder Grossvater kommt.

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Mona](#) on Tue, 22 Dec 2015 13:11:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Tue, 22 December 2015 12:20Na gut, das Problem ist dass aber dass das Verhalten mancher Leute, objektiv gesehen, anormal ist. Man mag das vielleicht in einem HA Forum als normal ansehen...  
Mit vielen Menschen unterschiedlicher Herkunft/Art und Weise/HA-Status/Leidensdruck und

Lebenssituation kann man nur durch eine ausgeprägte Toleranzhaltung einen guten Umgang erreichen. Anormal - den Begriff mag ich eigentlich nicht benutzen. Was ist "anormal", wenn Menschen ganz offensichtlich persönliches Leid zu ertragen haben?

Kannst du beurteilen, was einen Menschen zu dem gemacht hat, was er uns hier präsentiert? Was privat alles hineinspielt und wie schwer er/sie an dem zu tragen hat, was für Andere vielleicht viel leichter und einfacher zu bewältigen ist? Ich kann es zumindest nicht. Klar, ich denke auch oft: "Du tust dich aber sehr schwer, hier einen guten Einstieg zu finden", aber ich stecke auch nicht in dessen Haut und fände es schlimm, Menschen aufgrund dessen in bestimmte "Schubladen" zu sortieren, denn mir steht kein Urteil zu, da ich diese Menschen überhaupt nicht kenne.

Zitat:...Es geht aber auch darum verschiedenen Leuten mal die Augen zu öffnen und ihnen ihren selbst aufgezwungenen Leidensdruck oder Panik zu nehmen. Das geht oft leider nur in einem direkteren Ton, ich geb dir recht dass das nicht ideal ist...

Wer die Dinge als Betroffener relativ nüchtern betrachten kann, der hat Glück. Alle Anderen haben - mal mehr, mal weniger - psychische Belastungen zu tragen. In dem Moment ist Hilfe, die über Infos zu "Daten und Fakten" hinaus geht, schwierig zu leisten in einem Internetforum. "Therapierbar" sind nur Menschen, die für sich annehmen können, dass hier gewaltig etwas aus dem Ruder läuft. So lange Menschen aber davon überzeugt sind, dass NUR Haare alle Probleme lösen können, ist man an dieser Stelle wohl am Ende der Möglichkeiten. Da ist parallel zu diesem Forum Hilfe und Unterstützung im real life gefragt.

Zitat:...Bleibt nur die Frage ob es jetzt besser ist den Jungen in seiner unnötigen Panik zu unterstützen und ihm beispielweise zu Fin zu raten. Der Junge weis ja nicht mal ob er nach seinem Vater oder Grossvater kommt...

"Der Junge", siehst du, da fängt es im Kleinen schon an. Das zeigt auf den ersten Blick, welcher Stellenwert dem User und seinen Problemen zukommt - oder besser: Dass durch ein einziges Wort eine Distanz definiert ist. Und genau darauf spiele ich hier an. Respektvoller Umgang ist auch dann möglich, wenn man unterschiedlicher Auffassung ist. Zumindest fühlt man sich dann willkommen und ist gewöhnlich eher bereit, die Argumente der hiesigen User zu überdenken - als gleichwertiger Mituser.

Tatsächlich aber werden etliche Neu-User regelrecht zurecht gestutzt. Was spricht dagegen, sich zu sagen: "Entweder bleibe ich dem Thema fern, weil es mir nicht gut tut oder ich mich womöglich im Ton vergreifen würde - oder ich akzeptiere, dass ich nur einen VERSUCH unternehmen kann, dass ich aber kein Anspruchsdenken an den Tag legen kann in Bezug auf andere Menschen.

Gerade in den heutigen Zeiten sollten Toleranz und Respekt doch ganz neue Dimensionen erreicht haben!?

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Tue, 22 Dec 2015 16:19:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

"Der Junge" weiß nach wem er kommt, nämlich nach dem Großvater. Mein Vater hatte zu jeder Zeit dichtes Haar, auch noch mit über 60. Und natürlich sind die Haare nicht die einzigen Probleme, es kommt beispielsweise Panikattacken seit einem Jahr, sowie der Tod eines Familienmitglieds dazu, außerdem hat meine Freundin vor Kurzem Schluss gemacht etc. Und das alles hilft mir auch nicht unbedingt bzgl. meiner Haare. Natürlich habe ich auch "Hilfe" im Real Life..

Aber deswegen möchte ich nun eben Baustelle nach Baustelle anpacken, sofern das noch möglich ist und fange mit den Haaren an. Deswegen bin ich froh über jegliche Tips bzgl. Minox, wie nutze ich KET richtig, bzw. sollte ich Fin ausprobieren, ab welcher Dauer können Impotenz etc zu erwarten sein usw.

Freue mich über Antworten.

Gruß,

der Junge

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Thu, 24 Dec 2015 22:14:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bobbi\_re schrieb am Tue, 22 December 2015 17:19 "Der Junge" weiß nach wem er kommt, nämlich nach dem Großvater. Mein Vater hatte zu jeder Zeit dichtes Haar, auch noch mit über 60. Und natürlich sind die Haare nicht die einzigen Probleme, es kommt beispielsweise Panikattacken seit einem Jahr, sowie der Tod eines Familienmitglieds dazu, außerdem hat meine Freundin vor Kurzem Schluss gemacht etc. Und das alles hilft mir auch nicht unbedingt bzgl. meiner Haare. Natürlich habe ich auch "Hilfe" im Real Life..

Aber deswegen möchte ich nun eben Baustelle nach Baustelle anpacken, sofern das noch möglich ist und fange mit den Haaren an. Deswegen bin ich froh über jegliche Tips bzgl. Minox, wie nutze ich KET richtig, bzw. sollte ich Fin ausprobieren, ab welcher Dauer können Impotenz etc zu erwarten sein usw.

Freue mich über Antworten.

Gruß,

der Junge

Meine Hautärztin meinte jetzt heute Regain würde sowieso nicht in den Geheimratsecken wirken.. ich solle es also absetzen. Was kann ich den topisch ausprobieren hinsichtlich meiner Geheimratsecken mit guten Erfolgsaussichten?

VG

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Guildenstern](#) on Thu, 24 Dec 2015 23:34:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dein Haarausfall ist nicht sehr weit vorangeschritten. Prinzipiell kann man alles, was auf dem Markt existiert und noch nicht existiert in Haltemittel = halten den Status und Stimulants = sorgen für Neuwuchs einteilen.

Stimulants verhindern nicht, dass sich die Gesamtzahl deiner Haare verhindert und das Muster von AGA voranschreitet, dichten aber den Schaft auf (addieren so Volumen) oder retten sterbende (weit miniaturisierte Haare). Minoxidil ist ein Stimulant (grob unterteilt).

Finasterid ist ein Haltemittel. Natürlich sorgen auch Haltemittel für Neuwuchs frisch verlorener Haare und Stimulants halten aufgrund ihrer Wirkung deinen Status, aber als grobe Orientierung kann das vielleicht hilfreich sein.

Da du in der Front gerade im Miniaturisierungsprozess bist, sonst aber einen nicht weit fortgeschrittenen Norwood hast, wird man dir vermutlich eher zu Finasterid, Setipirant oder RU58841 raten. Finasterid bekommst du als Generikum oder deine Hautärztin kann es dir verschreiben.

Fin: Pros -> einfach zu beziehen, einfach anzuwenden, wirkt. (i. d. R.) Cons -> greift systemisch in deinen Hormonhaushalt ein, kann sehr ungewünschte und möglicherweise permanente Nebenwirkungen hervorrufen.

Setipirant Pros -> greift nur in den Prostaglandinhaushalt deines Körpers ein, ist sanfter zu deinem System (vermutlich) Cons -> nur anekdotische Wirkweise, bis auf das Reißbrett keine Wirkung (vor allem da nicht auf dem Markt), nicht auf dem Markt, daher teuer zu beziehen und mit Restrisiken verbunden. Sehr teuer.

RU Pros -> wirkt und ist (i. d. R.) nebenwirkungsärmer als Fin. Produziert glaube ich sicher die besten Ergebnisse, nach meiner Erfahrung. Cons -> schwieriger in der Anwendung (du musst es selbst mischen), schwierig im Bezug (du musst ein Lab finden, von dem du orderst), keine Langzeitstudien zu Sicherheit bei Menschen, teuer.

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [bobbi\\_re](#) on Fri, 25 Dec 2015 12:24:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke! Wie sieht es aus mit KET Shampoo oder - lösung?

VG

---

---

Subject: Aw: Viele Fragen zu den eigenen Haaren  
Posted by [Guldenstern](#) on Fri, 25 Dec 2015 23:31:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mit der Lösung habe ich persönlich keine Erfahrung. Ich glaube Foren-Konsens ist, dass die selbstgemischte Lösung schon was bringt, mir war das den Aufwand für ein steroidal wenig wirksames Ding immer zu hoch. Mit dem Shampoo habe ich persönlich gute Erfahrungen, aber eher gegen Schuppen und seborrhoisches Ekzem. Es trocknet die Haare ziemlich aus, man sollte dann mmn. irgendeinen conditioner dazunehmen.

---