

---

Subject: Dünnerwerdendes Haar im Tonsurbereich  
Posted by [Paxis](#) on Sun, 10 Jan 2016 00:16:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hatte bisher keine Probleme an der Tonsur, jedoch spüre ich jetzt, dass es deutlich dünner wird. Sehen tut man auf Bildern trotzdem nichts. Seit den letzten Tagen ist mein Hinterkopf sehr gereizt.. Das war früher selten so, jetzt jeden Tag. Ich verwende Minox+Rizinusöl nur auf den GHE also kann es keine NW davon sein.. oder?

Ich werd mir bald RU besorgen. Sollte ich RU und/oder Minox auch schon am Hinterkopf auftragen? Oder erst abwarten bis es sichtbare Änderungen gibt? Von Finasterid bekomme ich leider NWen. Ob Finasterid die Ursache meiner Beschwerden ist, weiß ich nicht, aber es verstärkt sie (habe ich mehrmals getestet).

Eine Frage am Rande: Was ist das beste natürliche Mittel gegen AGA topisch und oral? Ich probier zur Zeit geschrotete Leinsamen. Das ganze chemische Zeug scheint mir wohl nicht gut zu tun, liegt vllt an meinem Alter (20).. Ich weiß, dass Leinsamen letztendlich auch Nebenwirkungen mit sich bringen. Minox+Rizinusöl verursacht bei mir auch ständig Schuppen und Juckreiz, obwohl ich es nur einmal am Tag anwende.

---

---

Subject: Aw: Dünnerwerdendes Haar im Tonsurbereich  
Posted by [dreg](#) on Sun, 10 Jan 2016 07:15:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sind eigentlich immer dieselben Fragen und du wirst auch wieder zig verschiedene Antworten bekommen - je nach eigener Erfahrung der antwortenden User, am besten liest du dich hier mal richtig ein, dass Minox allerdings an anderen Stellen die Krätze auslöst als wo man es aufträgst habe ich selbst auch schon erlebt...

---

---

Subject: Aw: Dünnerwerdendes Haar im Tonsurbereich  
Posted by [Wuschel](#) on Sun, 10 Jan 2016 10:53:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Guten Morgen!

Mein Tipp wäre, Rizinusöl zu trinken.  
Hintergrund: Ich selbst habe im Juli 2015 angefangen, meine von Haarausfall betroffenen Stellen zu massieren. Die hier im Forum diskutierte Art der Massage (äußerst intensiv u. ca. 20 Min. täglich) war mir zu aufwendig. Ich nehme von der linken u. der rechten Hand jeweils den Zeige- u. Mittelfinger u. positioniere sie auf dem Kopf so, dass die Fingerpaare gegeneinander gerichtet sind. Zwischen den linken u. rechten Fingerspitzen lasse ich einen Abstand von ca. 3 cm. Dann presse ich die Finger auf die Kopfhaut u. bewege sie vier- bis fünfmal aufeinander zu u. wieder zurück. Dadurch wird die Kopfhaut ordentlich gefaltet u. massiert. Das habe ich am Anfang mehrmals täglich gemacht, mittlerweile mache ich das nur noch einmal am Tag.

Die ersten Tage war zu spüren, dass sich irgendwas tut, es fühlte sich so an, als hätte ich den massierten Bereich mit einer Wärmesalbe eingerieben. Nach ca. 10 Tagen stellte ich fest, dass meine Kopfhaut überhaupt nicht mehr fettig war u. das ist bis heute auch so geblieben. Ein paar Wochen später entschied ich mich, meine Haare nur noch mit Wasser zu waschen. Das funktioniert wunderbar. Man muss sich nur mal durchlesen, was im Shampoo alles drin ist, da kann ich gut drauf verzichten.

Allein auf die Massage wollte ich mich nicht verlassen, um etwas gegen meinen HA zu unternehmen, deshalb fing ich am 28.08.15 an, täglich 30mg RU, gelöst in sieben Teilen Isopropylalk. (70%) u. zwei Teilen Propylenglycol, auf die Kopfhaut aufzutragen (0,9ml). Seit dem 13.10.15 nehme ich noch zusätzlich Rizinusöl oral. Ich fing erst mit 1ml an, den ich morgens nach dem Frühstück schluckte. Allerdings wirkte selbst diese geringe Menge bei mir schon abführend. Deshalb änderte ich nach einiger Zeit den Einnahmemodus. Jetzt nehme ich morgens u. abends jeweils 0,75ml.

Ende November bemerkte ich dann, dass in der rechten Geheimratsecke u. vor der aktuellen Haarlinie feine Härchen auftauchten. Mittlerweile sind diese mehr geworden u. auch in der linken Geheimratsecke tut sich was. Durch was dieses (vorerst bescheidene) Wachstum ausgelöst wurde, weiß ich nicht. Dort, wo ich die Härchen sehen kann, habe ich jedenfalls kein RU aufgetragen u. zwischen den noch vorhandenen großen Haaren, auf dem Kopf, sieht man die kleinen Dinger nicht.

Mein subjektiver Eindruck ist, dass der Mini-Erfolg vom Rizinusöl kommt.

Viele Rizinusölschlucker berichten, dass sie es nur mit Widerwillen trinken, weil es so eklig riecht bzw. schmeckt. Ich nehme Öl aus der Apotheke, von Caelo. Das schmeckt relativ neutral.

Wuschel

---