

---

Subject: Lebenslang P4 nehmen?

Posted by [mike](#). on Fri, 27 May 2016 18:56:32 GMT

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

---

Hallo,

seit ein paar Tagen bin ich wieder öfter im Forum, aber nicht mehr wegen meinen Haaren

ich habe seit einigen Wochen festgestellt, dass mir wieder Vellushaare am Rande der Haarlinie nachwachsen und allg. seit längerer Zeit kaum mehr Effluvium feststellbar ist... gerade mal ein paar Haare im Kamm... auch das Frühjahrsshedding blieb heuer aus. (max. 100 Haare tgl.)

seit einiger Zeit habe ich den ganzen Krempel weggeräumt und nur noch P4-Creme im Schrank (ich wäre gespannt, was zusätzlich Minox 2% noch bewirken würde)

die Haare halten, haben subjektiv Griff, der Ansatz ist dunkler geworden die letzten Jahre, ich fühle mich topfit und der Bart und Körperhaar (nach jungem männl. Muster) wächst auch wieder ganz normal.

Keine seborrhoe, keine Schuppen, keine Probleme.

Ich hoffe, dass es so bleibt und tippe auf das exogen ca.(?) 5mg P4(-Creme (Frauencreme von biovea), 1 Tropfen Erbsengröße) abends rektal oder Unterarme.. on..off....

die Haut allg. ist weich und glatt .. es hat einen verjüngenden Effekt.

was ich mir noch vorstellen könnte... zus. etwas Fin oder Dut zu P4.. falls der Effekt nachlässt...

und paralell dazu zusehen, das mein Testosteronspiegel bei ca. 5-7 ng/ml morgens zw. 8-11 Uhr bleibt.

P4 müsste so bei 0,5-1 ng/ml liegen (ich habe den einen Tropfen noch nicht messen lassen und werde dies nachholen)

Mich würde interressieren, wer noch mit P4 only erfolgreich fährt.

Erfolgreich im Sinne von "Haare halten"

Einen NW0.00 round-hairline oder Linie wie ein 5-jähriger braucht Mann eh nicht

LG  
Mike

---

Subject: Aw: Lebenslang P4 nehmen?  
Posted by [Knorkell](#) on Fri, 27 May 2016 19:28:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also bis mein Vorrat vor 4 Wochen zu Neige ging (ich hatte irgendwie keinen Bock nachzubestellen) habe ichs inzwischen wohl zwei Jahre ohne größere Unterbrechungen genommen und teilweise verdünnt mit Kanüle, das letzte Jahr aber pur in die Haarlinie geschmiert.

Keine Ahnung ob ich was gehalten habe, kann schon sein. Dazu nehme ich Minox, PO, Himbeerketon, TY (so heißt es ja glaube ich) und natürlich Ket.

Über die Onlywirkungen kann ich dir also nichts sagen aber meine Haut würde ich seit ich es konstant nehme erstmals als ziemlich rein und glatt beschreiben, trotz der Aknenarben. Bartwuchs wurde in der Zeit auch mehr (hat wohl die Entwicklung nicht gehemmt).

---