
Subject: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [HC Andersen](#) on Mon, 01 Aug 2016 17:13:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da ich morgens das Haus nicht mit schmierigen Haaren verlassen will, werde ich Minoxidil planmäßig nur Abends, sprich 1 mal am Tag anwenden. Kann man mit der Anwendung von nur 1 mal am tag die selben oder zumindest vergleichbare Erfolge erzielen, wie bei der Anwendung von 2 mal am Tag? Gibt es dazu Studien, Nutzererfahrungen oder zumindest Denkansätze? Wäre über hilfreiche Antworten sehr erfreut. Vielen Dank.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [pilos](#) on Mon, 01 Aug 2016 17:23:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/298571/#msg_298571

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/328170/#msg_328170

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [haarLossHH](#) on Mon, 01 Aug 2016 17:39:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HC Andersen schrieb am Mon, 01 August 2016 19:13 Da ich morgens das Haus nicht mit schmierigen Haaren verlassen will, werde ich Minoxidil planmäßig nur Abends, sprich 1 mal am Tag anwenden. Kann man mit der Anwendung von nur 1 mal am tag die selben oder zumindest vergleichbare Erfolge erzielen, wie bei der Anwendung von 2 mal am Tag? Gibt es dazu Studien, Nutzererfahrungen oder zumindest Denkansätze? Wäre über hilfreiche Antworten sehr erfreut. Vielen Dank.

ALso bei mir hat es anfänglich ganz gut gewirkt. HAbs auch nur 1x tgl. benutzt (abends).

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Obes89](#) on Mon, 01 Aug 2016 17:58:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Minoxidil in Kombination mit Tretinoin anwenden. Das soll die Effektivität einer 1mal täglichen Behandlung ca. Auf das Niveau einer 2 mal Täglichen bringen. Glaube die Studie gab es hier auch irgendwo. Ich nutze es mit meinen anderen Topicals zusammen auch Abends, 2 mal

täglich wäre mir zu Blod.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [HC Andersen](#) on Mon, 01 Aug 2016 18:05:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos bei deinen Links finde ich nur Anleitungen zum Verdünnen, aber das beantwortet ja nicht meine Frage.

haarLossHH was meinst du mit "anfänglich"? Ist es danach schlechter geworden?

Obes89 Ich habe mal gegoogelt und anscheinend meinst du diese Studie: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17902730> (ohne Leerzeile)
Wie misch ich dieses Tretinoin? Gibt es da Anleitung?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [yoda](#) on Mon, 01 Aug 2016 18:07:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sollte jemand NW's mit Minox haben, könnte es helfen es nur Morgens zu verwenden. Da es bei Dauerbenutzung bestimmt auch systematisch wirkt und somit Einfluss auf die nächtliche Cortisolproduktion(Nebeniere) haben kann.

Was dann wiederrum diverse Entzündungen nach sich ziehen kann, ob über die ACTH Feedbackschleife oder Aldosteronhaushalt weiss ich nicht. Ist alles spekulativ aber mein subjektives Empfinden.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Berith](#) on Mon, 01 Aug 2016 19:00:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Obes89 schrieb am Mon, 01 August 2016 19:58Minoxidil in Kombination mit Tretinoin anwenden. Das soll die Effektivität einer 1mal täglichen Behandlung ca. Auf das Niveau einer 2 mal Täglichen bringen. Glaube die Studie gab es hier auch irgendwo. Ich nutze es mit meinen anderen Topicals zusammen auch Abends, 2 mal täglich wäre mir zu Blod.

Mit Tretinoin meinst du Vitamin A Palmitat, oder? Wieviel ml mischst du in dein Minoxidil?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [haarLossHH](#) on Mon, 01 Aug 2016 19:50:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HC Andersen schrieb am Mon, 01 August 2016 20:05 pilos bei deinen Links finde ich nur Anleitungen zum Verdünnen, aber das beantwortet ja nicht meine Frage.

haarLossHH was meinst du mit "anfänglich"? Ist es danach schlechter geworden?

Obes89 Ich habe mal gegoogelt und anscheinend meinst du diese Studie: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17902730> (ohne Leerzeile)
Wie misch ich dieses Tretinoin? Gibt es da Anleitung?

Hatte es abgesetzt aufgrund von Wassereinlagerungen.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [HC Andersen](#) on Mon, 01 Aug 2016 21:36:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haarLossHH aber das mit den Wassereinlagerungen hat ja nichts damit zu tun, dass du es nur 1 mal am Tag angewendet hast, anstatt 2 mal. Nach wie vielen Wochen kamen die Erfolge?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [kevin314159](#) on Tue, 02 Aug 2016 17:11:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich nehme es auch nur einmal am Tag. Dafür die doppelte Dosis^^

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [HC Andersen](#) on Tue, 02 Aug 2016 18:23:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kevin314159 schrieb am Tue, 02 August 2016 19:11 ich nehme es auch nur einmal am Tag. Dafür die doppelte Dosis^^

Na ob das Sinn macht, weiß ich nicht.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Berith](#) on Tue, 02 Aug 2016 18:52:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Macht es nicht

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [kevin314159](#) on Wed, 10 Aug 2016 21:01:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe was anderes gelesen^^

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Karli](#) on Wed, 10 Aug 2016 21:47:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nehms auch nur 1x täglich, dafür aber bissl mehr (find auch daß es dadurch besser wirkt bei mir)

nehm aber auch jeden tag 1,25mg fin (was ja hier inzwischen fast schon kriminell ist^^).

und jetzt kommen gleich wieder etliche leute mit dem zeug verteufeln (nebenwirkungen, blabla). davon 90% eh nur einbildung oder hören/sagen sind^^

bei mir hilft auf jedenfall DIE dosis am besten um den status schon jahrelang zu halten (und tonsur bekam ich dadurch auch wieder zu)

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Mikesn](#) on Thu, 11 Aug 2016 21:50:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was genau bedeutet bei euch den "mehr"?
Ich benutze auch mehr als 1ml, aber nur weil 1ml nicht ausreicht.
Für Tonsur + Oberkopf brauch ich mehr als 1ml.

Minoxidil darf ja offiziell nur für die Tonsur beworben werden, weil für den Oberkopf nicht genug Studien vorliegen. Das bedeutet die Empfehlung von 1ml ist allein auf die Tonsur bezogen, nicht für den gesamten Kopf.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [OhNoHair](#) on Fri, 12 Aug 2016 07:48:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das mit dem Tretinoin würde mich auch interessieren. Was nimmt man da am besten ? Und wie ist es zu Mischen/verarbeiten ?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Mikesn](#) on Fri, 12 Aug 2016 10:25:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

OhNoHair schrieb am Fri, 12 August 2016 09:48Das mit dem Tretinoin würde mich auch interessieren. Was nimmt man da am besten ? Und wie ist es zu Mischen/verarbeiten ?

Ich hätte auch gerne mehr Infos dazu

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [hako1986](#) on Fri, 12 Aug 2016 11:02:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mikesn schrieb am Thu, 11 August 2016 23:50Was genau bedeutet bei euch den "mehr"?
Ich benutze auch mehr als 1ml, aber nur weil 1ml nicht ausreicht.
Für Tonsur + Oberkopf brauch ich mehr als 1ml.

Minoxidil darf ja offiziell nur für die Tonsur beworben werden, weil für den Oberkopf nicht genug Studien vorliegen. Das bedeutet die Empfehlung von 1ml ist allein auf die Tonsur bezogen, nicht für den gesamten Kopf.

2ml für den gesamten Oberbereich und nur abends.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 15 Aug 2016 19:46:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bringt es eigentlich was Minox nur einmal die Woche einzusetzen? Oder könnte das sogar kontraproduktiv sein?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [pilos](#) on Mon, 15 Aug 2016 20:26:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zu wenig

alle 48h sollte es schon sein

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 15 Aug 2016 20:41:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ok, ich müsste mir bei Minox immer erst vorher das Toppik rauswaschen, daher wäre es mir täglich zu umständlich. Alle 48h würde vielleicht noch gehen.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Obes89](#) on Mon, 15 Aug 2016 22:30:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

OhNoHair schrieb am Fri, 12 August 2016 09:48Das mit dem Tretinoin würde mich auch interessieren. Was nimmt man da am besten ? Und wie ist es zu Mischen/verarbeiten ?

Also man kann einfach die creme nehmen und sie auf der Kopfhaut verteilen und ganz kurz etwas ein massieren. Dann würde ich sagen am besten ein paar Minuten warten bis man dann wie gewohnt Minox aufträgt, zumindest am Anfang bis sich die Haut an das Tretinoin gewöhnt hat, vll. Kann man es nach einiger Zeit auch sofort nacheinander auftragen, wenn die Kopfhaut alles verträgt. Mit 0,05% soll man schon eine deutliche Steigerung der Aufnahme erreichen und es gab wohl in Test keinen Unterschied in der Effektivität von 1 mal täglich minox+ tretinoin im Vergleich zu 2 mal täglich minox only. Tretinoin kann man sich auch als liquid holen und vll. Auch verschreiben lassen. Mit der Creme kommt ihr auf jeden Fall günstig weg. Denke Pilos hat da in der Selbsthilfe ein paar Tipps. Gab ja auch etwas zu retinol, welches in einer bestimmten stärke vll. Auch schon an 0,05% ran kommt und vll kann man auch die tretinoin creme irgendwie dazu geben und es so leichter zu einem topical verarbeiten....?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [Berith](#) on Mon, 15 Aug 2016 23:48:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie verteilt man das Tretinoin auf die Kopfhaut? Stell mir das schwer vor, wenn man keine Glatze hat.
Und wird die Kopfhaut nicht gereizt, wenn man jeden Tag Tretinoin anwendet?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [pilos](#) on Tue, 16 Aug 2016 06:21:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Obes89 schrieb am Tue, 16 August 2016 01:30OhNoHair schrieb am Fri, 12 August 2016 09:48Das mit dem Tretinoin würde mich auch interessieren. Was nimmt man da am besten ? Und wie ist es zu Mischen/verarbeiten ?

Also man kann einfach die creme nehmen und sie auf der Kopfhaut verteilen und ganz kurz etwas ein massieren. Dann würde ich sagen am besten ein paar Minuten warten bis man dann wie gewohnt Minox aufträgt, zumindest am Anfang bis sich die Haut an das Tretinoin gewöhnt hat, vll. Kann man es nach einiger Zeit auch sofort nacheinander auftragen, wenn die Kopfhaut alles verträgt. Mit 0,05% soll man schon eine deutliche Steigerung der Aufnahme erreichen und es gab wohl in Test keinen Unterschied in der Effektivität von 1 mal täglich minox+ tretinoin im Vergleich zu 2 mal täglich minox only. Tretinoin kann man sich auch als liquid holen und vll. Auch verschreiben lassen. Mit der Creme kommt ihr auf jeden Fall günstig weg. Denke Pilos hat da in der Selbsthilfe ein paar Tipps. Gab ja auch etwas zu retinol, welches in einer bestimmten stärke vll. Auch schon an 0,05% ran kommt und vll kann man auch die tretinoin creme irgendwie dazu geben und es so leichter zu einem topical verarbeiten....?

0,05% tretinoin in minox 50% pg hält doch kein mensch aus

eher 0,01% und sonne vermeiden

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [darksky](#) on Wed, 24 Aug 2016 18:04:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Minoxidil einmal am Tag ausreicht habe ich verstanden, bezieht sich das aber auf die 2% oder 5% Lösung? Also so wie ich es verstanden habe, reicht einmal am Tag die 2% Lösung. Stimmt das?

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [yoda](#) on Wed, 24 Aug 2016 19:15:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

darksky schrieb am Wed, 24 August 2016 20:04 Stimmt das?
Das kann dir keiner pauschal sagen, für mich z.B. reichen 2%.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [frodo](#) on Thu, 25 Aug 2016 06:03:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

darksky schrieb am Wed, 24 August 2016 20:04 Das Minoxidil einmal am Tag ausreicht habe ich verstanden, bezieht sich das aber auf die 2% oder 5% Lösung? Also so wie ich es verstanden habe, reicht einmal am Tag die 2% Lösung. Stimmt das?

bezieht sich auf beide.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [MacGyver](#) on Sat, 17 Sep 2016 21:41:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kennt jemand eine gute bezugsquelle für ein liquides tretinoin und kann genaueres zur mixtur mit minox sagen.

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [G3n1](#) on Sat, 24 Sep 2016 21:37:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

yoda schrieb am Mon, 01 August 2016 20:07 Sollte jemand NW's mit Minox haben, könnte es helfen es nur Morgens zu verwenden. Da es bei Dauerbenutzung bestimmt auch systematisch wirkt und somit Einfluss auf die nächtliche Cortisolproduktion(Nebeniere) haben kann.

Was dann wiederrum diverse Entzündungen nach sich ziehen kann, ob über die ACTH Feedbackschleife oder Alsdesteronhaushalt weiss ich nicht. Ist alles spekulativ aber mein subjektives Empfinden.

Falls deine Hypothese stimmt... könnte man bei mir das erhöhte Wasserlassen nachts erklären

Subject: Aw: Minoxidil nur 1 mal am Tag
Posted by [alpha2](#) on Wed, 05 Oct 2016 23:12:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1 mal am Tag reicht völlig aus.

Frage am Rande..

Ist es möglich, dass eine Art Toleranz bzw. Immunität auf Dauer im Hinblick auf Minox entsteht? Als ich dieses Zeug erstmalig benutzte, hatte ich Krusten und Schuppen wie Sau... Inzwischen - gar nix. Es ist, als würde ich Wasser auftragen. Keine NW mehr.
