
Subject: was ins Regime aufnehmen?

Posted by [lala](#) on Fri, 20 Oct 2017 12:53:16 GMT

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

Hallo zusammen

ich hab länger keinen Thread mehr aufgemacht weil ich den HA ganz gut im Griff hatte die letzten Jahre... immer mal Phasenweise ja aber nicht mehr totale Katastrophe wie noch vor einigen Jahren und mit letztem Horror HA 2012.

Mein Regime war seither

Minox-Voltaren-Topical

so gemischt:

5%Biovea Minox 60 ml x 25 ml Voltaren Spray + 15 ml Wodka

davon 2- 3 ml pro Tag

Medikamente:

Estradiol als Gel oder Pflaster.

Progesteron als Kapseln 2 x 100 mg am Tag

DHEA Biovea 25 mg

sporadisch Pregnenolon

NEMs:

im wesentlichen Vit C, E. Magnesium. Kupfer. Vit B Komplex. Q10

ich schreibe voltaren bei mir eine gute Wirkung zu. der Schub jetzt spricht zwar dagegen aber ich hatte weniger kopfhautschmerzen und in Summe weniger HA die letzten Jahre.

Sooo jetzt hab ich

A) das Problem dass ich einen schlimmen Schub bekommen habe trotz allem. also wir sprechen hier von büschelweisem HA (viele Hundert) mit rapider Lichtung

B) brauch ich eine Alternative zu Voltaren Spray.

kann ich mit dem Gel auch eine stabile Lösung herstellen...nicht nur meine Tagesration mischen ? hätte gern 100 ml Lösung die hält bei mir 1 Monat.

C)

Was kann ich mit in mein Regime aufnehmen. ja ich weiss schwierige Frage aber hier ist so viel passiert in den letzten 2 Jahren. habe den Überblick verloren.

Was ist mit rizinusöl mit ins Topical statt wodka? und was ist mit setipiprant?

bei mir ist DHT/ Androgene nicht so das Thema. zumindest brachte fin/dut nicht viel. tippe eher auf mikroentzündungen und ggf. Empfindlichkeit auf hormonschwankungen generell.

Was ratet ihr mir?
Danke
lala

Subject: Aw: was ins Regime aufnehmen?
Posted by [Nemesis](#) on Fri, 20 Oct 2017 23:53:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du schöpfst ja eigentlich schon alles wirksame aus.

Subject: Aw: was ins Regime aufnehmen?
Posted by [lala](#) on Sat, 21 Oct 2017 09:53:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nemesis schrieb am Sat, 21 October 2017 01:53Du schöpfst ja eigentlich schon alles wirksame aus.

also du würdest Voltaren (dann eben jetzt als Gel) weiternehmen... siehst den HA jetzt nicht als Zeichen, umzustellen?

Habe überlegt 1-3 Öle topisch dazuzunehmen (Pfefferminz-/Rizinus-/Thymian- ... muss mich da noch einlesen)

Was sind deine Erfahrungen mit Seti?

Und wie kommst du an das Alpicort? Wie lang hast du vor das zu nehmen (wg Kortison...hab mal gelesen, dass die Haut durch Dauernwendung dünner wird).

Subject: Aw: was ins Regime aufnehmen?
Posted by [romue77](#) on Sat, 21 Oct 2017 11:08:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lala schrieb am Fri, 20 October 2017 14:53
B) brauch ich eine Alternative zu Voltaren Spray.

kann ich mit dem Gel auch eine stabile Lösung herstellen...nicht nur meine Tagesration mischen

? hätte gern 100 ml Lösung die hält bei mir 1 Monat.

Um das Gel zu verflüssigen, musst Du Säure zusetzen. Wenn ich mich recht erinnere, schrieb Pilos aber, dass man es dann nicht mehr mit Minox mischen sollte, weil das Minoxidil sonst in Ionenform übergeht und nicht mehr gut wirkt.
