

---

Subject: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [DHT96](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:20:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,  
ich würde nun gerne mit RU starten, merke allerdings jetzt erst so richtig, wie nervig das werden könnte.

Problem: ich habe keinen geregelten Tagesablauf und weiß auch nicht, was in nächster Zeit auf mich zukommt. Oft habe ich deswegen zB morgens und/oder abends Minox ausfallen lassen.

Langfristig sollte ich wohl davon ausgehen von ca. 8.30h bis 20h außer Haus zu sein und an 1-4 Tagen pro Woche auch abends noch was vorzuhaben.

Meine Fragen deshalb:

- 1) Wie lange vorm Schlafengehen muss man RU nehmen damit es sich nicht überall verteilt?
- 2) Wie lange kann man mit RU aussetzen, ohne dass es zu einem Rebound kommen könnte?  
Bzw: wie lange werden die Rezeptoren geblockt?
- 3) Wickelt sich jemand so ne Folie um den Kopf, damit sich das RU nicht verteilt? Pilos hatte mal sowas gepostet und ich weiß nicht mehr, welche Folie das war.

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:26:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?

Generell alle topischen Anwendungen.

"Praktisch" ist nur die Pillenlösung.

Zitat:1) Wie lange vorm Schlafengehen muss man RU nehmen

Bis es eingezogen ist sollte genügen.

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [DHT96](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:39:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie lange dauert das ungefähr, wenn man es in Minox mischt?

---

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [Jürgen87](#) on Tue, 27 Mar 2018 10:45:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dann kauf dir beim Amazon nen 100er Pack Op-Hauben, das hält das gröbste ab.

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [pilos](#) on Tue, 27 Mar 2018 11:16:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Jürgen87 schrieb am Tue, 27 March 2018 13:45Dann kauf dir beim Amazon nen 100er Pack Op-Hauben, das hält das gröbste ab.

und was soll das bringen?...das ru von der kopfhuat wegsaugen

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [xWannes](#) on Tue, 27 Mar 2018 11:25:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Solche werden wohl gehen:  
[https://www.amazon.de/Duschhaube-Kunststoff-Duschkappe-Haarschutz-Durchsichtig/dp/B0753ZVB2X/ref=sr\\_1\\_1?ie=UTF8&qid=1522149836&sr=8-1&keywords=haube+f%C3%A4rben](https://www.amazon.de/Duschhaube-Kunststoff-Duschkappe-Haarschutz-Durchsichtig/dp/B0753ZVB2X/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1522149836&sr=8-1&keywords=haube+f%C3%A4rben)

Eine schöne Frau kann nichts entstellen...

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [DHT96](#) on Tue, 27 Mar 2018 11:33:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hab pilos' Beitrag wiedergefunden. Er hatte PE-Folie empfohlen.  
Sowas oder eben sone Duschhaube wären sicher im Winter ne Option, aber im Sommer höchst fraglich.

Die wichtigste Frage ist ja aber eigentlich, ob es nen Rebound gibt. Und wenn ja, wie schnell der auftritt. Nach einem Tag, einer Woche oder erst einem Monat aussetzen?

Einige scheinen hier ja der Meinung zu sein, dass 1-4 Tage Pause gar kein Problem sind. Andere, wie Sonic Boom, machen sogar absichtlich nach 3 Wochen on eine Woche Pause.

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?

---

Posted by [Jürgen87](#) on Tue, 27 Mar 2018 12:20:03 GMT

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

---

Ist bequemer als son Plastikklumpen. Ist auch bei der Op-Haube genug Platz zu den Haaren. Schützt vor ausversehen in die Haare fassen und als Kontaktschutz, bspw. Kopfkissen.

---

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?

Posted by [pilos](#) on Tue, 27 Mar 2018 13:01:13 GMT

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

---

Jürgen87 schrieb am Tue, 27 March 2018 15:20Ist bequemer als son Plastikklumpen. Ist auch bei der Op-Haube genug Platz zu den Haaren. Schützt vor ausversehen in die Haare fassen und als Kontaktschutz, bspw. Kopfkissen.

es geht aber nicht um bequem..es geht doch um was ganz anderes

wenn so ein saugfähige material genommen wird ...kann es es auch gleich lassen

folie soll doch okklusion machen..wie soll okklusion mit einem tuch funktionieren

1h vor dem schlafengehen auftragen..und gut...und alle hauben und folien vergessen

---

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?

Posted by [DHT96](#) on Tue, 27 Mar 2018 13:07:23 GMT

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

---

Aber ich würde es gerne ins Minox mischen und bis das trocken ist, dauert es bei mir eher 2-4 Stunden.

So ne Duschhaube wäre also schon sinnvoll. Zumal ich mir wegen dem Minox-Jucken im Schlaf immer brutal am Kopf rumkratze.

---

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?

Posted by [pilos](#) on Tue, 27 Mar 2018 13:30:51 GMT

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

---

jedes hat so seine nach und vorteile...das eine ist luftig ..saugt es aber selber auf..das andere ist geschlossen, schwitzt man darunter..

alles notlösungen

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [Jürgen87](#) on Tue, 27 Mar 2018 13:43:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die OP Haube ist keine Notlösung.  
Sie saugt bei mir nichts auf, da sie im Normalfall keinen Kontakt zur benetzten Kopfhaut hat. Wenn Sie Kontakt mit der Kopfhaut bekommt, dann ist das ausversehen, dann übernimmt sie aber die dafür vorgesehene Schutzfunktion und verhindert das ansiffen des Kissens, bspw. Außerdem verhindert der Saum das herunterrinnen der Brühe von der Stirn.

Ich brauche keine Okklusion, ich brauche Penetration, das erreiche ich mit meinem Dermaroller.

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [xVannes](#) on Tue, 27 Mar 2018 13:54:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jürgen87 schrieb am Tue, 27 March 2018 15:43Ich brauche keine Okklusion, ich brauche Penetration, das erreiche ich mit meinem Dermaroller.  
Okkludiert geht aber gerade ordentlich viel systemisch, deshalb darf man z.B. bei Glucocorticoiden die behandelten Hautpartien nicht bedecken.

---

Subject: Aw: Ist RU58841 nicht unfassbar unpraktisch?  
Posted by [pilos](#) on Tue, 27 Mar 2018 13:55:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dann verteilt sich das ganze schön ins haar

die haube hat keine wirkungs-funktion

und wenn die brühe runterläßt..wirkt sie eh nicht mehr...höchstens als haubensaum-benetzter