
Subject: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?

Posted by [HumanInspiration](#) on Wed, 16 May 2018 23:20:14 GMT

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

Hi!

Ich nehme brav mein RU, ziemlich viel wohl, 1ml.

Jetzt habe ich überlegt zu reduzieren.. und dann bin ich draufgekommen, ich hab noch nie meinen Haarverlust quantifiziert.

Also natürlich hab ich gecheckt dass ich über die Jahre Geheimratsecken bekommen habe und lichtere Haare. Und dann mal Fin genommen und Minox - aber auch noch nix quantifiziert. Weil wird schon wirken, und mehr kann ich eh nicht tun.

Jetzt aber mit RU wird es das erste mal für mich interessant. Wegen der Anpassung der Dosierung.

Jetzt frage ich mich:

- Ideal verliert man 'garkeine' Haare beim duschen?

- Wie viel Haarverlust ist 'normal'?

Auf wie viel kann man das runterdrücken?

- Macht meine Herangehensweise Sinn? Ich schätze ich muss/soll die Haare direkt zählen.

Hier habe ich mal Woche 1 und Woche 2

<https://imgur.com/a/WatRNa7>

Subject: Aw: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?

Posted by [Pepejun](#) on Wed, 16 May 2018 23:46:45 GMT

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

Bittebitte sag mir d du uns verarschs .

1. zähl deine Haare nicht.

2. Dieses 100 Haare pro Tag ist kacke sorry:).

3. Aber ja wenn du 20 Haare auf dem gesamten Oberkopf hast solltest du was machen .

Und jetzt im ernst. Keine Haare zählen. Zieh dein Regime durch und mache alle 4 Wochen mal ein Bild und vergleiche.

War genau gleich: so wirdt du nur wahnsinnig.

Viel Erfolg und lass was hören alle pasr Wochen.

Wie alt bist du und wie lange schon hier?

Gruss
P#16

Subject: Aw: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?
Posted by [dedekiki](#) on Wed, 16 May 2018 23:51:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ist das ekelhaft..

Subject: Aw: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?
Posted by [Pepejun](#) on Thu, 17 May 2018 00:42:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dedekiki schrieb am Thu, 17 May 2018 01:51 ist das ekelhaft..

Sbflussrohr 1972?

Subject: Aw: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?
Posted by [Pandemonium](#) on Thu, 17 May 2018 05:59:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HumanInspiration schrieb am Thu, 17 May 2018 01:20- Ideal verliert man 'garkeine' Haare beim duschen?
doch

Zitat:- Wie viel Haarverlust ist 'normal'?
Soviel, dass der Status nicht schlechter wird.

Subject: Aw: Haarverlust quantifizieren durch Haarsammlung nach Dusche?
Posted by [Grashüpfer](#) on Thu, 17 May 2018 19:33:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hahahahaha, geiler Thread.
Es gibt von einem alten Mitglied den sog. Ru-powers-kämm-test.
<https://www.alopezie.de/fud/index.php/t/26032/>

Dabei nach dem Duschen 90sek von vorne nach hinten durch die Haare kämmen anschließend ein paar Mal von hinten nach vorne.

Das ganze überm Waschbecken. Danach zählen.
Bei mir immer so 15 - 40 Haare.

Gibt n groben Hinweis darauf wie die Therapie anschlägt.

- Allerdings kann man auch einfach positives shedding haben. Da die Haardicke nicht im laufenden Wachstumsprozess geändert werden kann, werden Haare abgestoßen und wachsen dicker nach, wenn Fin anschlägt.

- Kann man einfach so shedding haben, Fellwechsel im Frühling, Herbst zb.

- schwankt der Haarausfall von Tag zu Tag.

- und hängt auch davon ab wie viele Haare man heute schon so verlohren hat.
Das Haar das sonst beim Joggen ausgefallen wäre hängt vllt noch locker drin.

Ansonsten kann man auch Kaffefilter in den Abfluss tun ect.

Hab ich alles ausprobiert, macht aber wenig Sinn. Letztendlich sind die Schwankungen so groß, dass man maximal nach nem Jahr was feststellen kann. Und dann ist n Foto unter gleichem Licht immer besser.
