
Subject: Wie genau Minoxidil auftragen?

Posted by [Cherub](#) on Thu, 30 Aug 2018 22:10:44 GMT

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

Hallo!

Ich bin ganz neu im Forum, lese aber schon ein bisschen mit.

Und zwar hätte ich, was Minoxidil angeht, die ein oder andere Frage.

Was mich angeht:

Ich bin männlich, 28 Jahre alt. Weniger Haare habe ich seit ein paar Jahren (mindestens 2), damals noch nur vorne. Einfach Geheimratsecken, aber da ich längere Haare habe, fällt das gar nicht so auf. Nun ist es aber auch hinten am Lichten, was mich dann doch stört. Llegt aber auch an der Genetik, Vater und Opa sind auch fast bzw. ganz kahlköpfig.

Nun war ich beim Hautarzt und dieser meinte, dass ich ca. 32% Telogenhaare habe. Das wäre nicht so dramatisch, aber in 10 Jahren könnte ich dann endgültig eine kahle Stelle haben, empfohlen wurde mir Minoxidil. Ich nutze das Spray von Bio-H-Tin für Männer nun seit 11 Tagen.

Nun frage ich mich aber, wie trage ich es am schlausten auf? Hinten fehlen Haare und eben die Geheimratsecken, die sich aber auch schon in die Mitte ausbreiten, sodass die Stirn schon auf dem Vormarsch zum Hinterkopf ist... Es sind sieben Spritzer mit Minoxidil, derzeit nehme ich drei hinten, zwei vorne und dann in die Mitte jeweils links und rechts einer, so gut es eben geht, da die Haare auf dem Oberkopf dann doch noch dicht sind (viel landet halt eher auf den Haaren). Sollte ich deswegen verzichten, da zu sprühen, wegen des zu erwartenden Sheddings?

Ansonsten kann es sein, dass das erste Shedding kommt. Aber ich denke nicht, dass alle Telogenhaare jetzt ausfallen, oder?... Weil 32% wären dann doch etwas viel.

Ansonsten noch zu den Nebenwirkungen: Seitdem ich Minoxidil benutze habe ich leichte Kopfschmerzen. Anfangs waren die quasi nur da, wenn ich es frisch aufgetragen habe, jetzt ist das auch noch am stärksten zu dem Zeitpunkt. Aber sonst habe ich immer leichte Kopfschmerzen, die man zwar ignorieren kann, aber wenn ich nichts habe, um mich abzulenken, nervt es schon ziemlich.

Wie lange diese wohl noch gehen? Generell frage ich mich, ob das ganze so sinnvoll ist, weil sobald ich Minox mal absetzen sollte, wird eh alles wieder ausfallen... Dann noch das Shedding, was noch kommen wird und wenn die Kopfschmerzen ein dauerhafter Zustand sind ist das auch nicht wirklich erstrebenswert.

Beste Grüße
Cherub

Subject: Aw: Wie genau Minoxidil auftragen?

Posted by [PaulBerg](#) on Thu, 30 Aug 2018 22:30:58 GMT

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

wenn du noch viele Haare hast solltest du drüber nachdenken mit einer spritze mit stumpfen kanüle aufzutragen.

Das hat den vorteil dass weniger in die haare kommt und mehr auf die kopfhaut.

Kopfschmerzen kann wohl eine Nebenwirkung sein. Kann ich bei mir persönlich nicht feststellen, obwohl ich bei einer Anwendung 4ml auftrage (aber nur 3%). Wenn du dich an die 1ml (5%) vorgabe pro Anwendung hältst trägst du aber trotzdem nur 1/3 der reinen Minoxidilmenge pro Anwendung auf. Ich trage es nur 1x am Tag auf sodass ich nur Faktor 1,5 mehr habe wenn man beide Anwendungen mit 1ml (5%) betrachtet. Also nicht soo extrem viel.

Das du also da schon Kopfschmerzen bekommst ist kein gutes Zeichen...

Du kannst evtl drüber nachdenken wenn es garnicht anders geht auch nur einmal aufzutragen und zwar abends, sodass es dich beim liegen/schlafen nicht stört. Oder auch auf 3% runter zu verdünnen und hoffen dass es damit besser wird.

Subject: Aw: Wie genau Minoxidil auftragen?
Posted by [Cherub](#) on Thu, 30 Aug 2018 22:54:08 GMT

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

Danke erst einmal für die Antwort!

Ich habe auch einen kleineren Applikator dabei, der für kleinere Stellen ist. Eventuell probiere ich den mal für die Stellen direkt oben auf dem Kopf aus, ob es damit besser bis zur Kopfhaut geht.

Was das Auftragen angeht, eventuell die Tagesdosis einmal auftragen wäre natürlich eine Idee. Aber momentan schaue ich mal, ich habe auch gelesen, dass bei anderen die Kopfschmerzen dann weg waren nach einer Zeit, eventuell passiert das auch bei mir. Hoffen kann man ja...

Wobei es dort eher der Fall ist, dass ich die Kopfschmerzen nicht bemerke, wenn ich irgendetwas mache wie z.B. sprechen oder einkaufen oder ähnliches. Wenn ich aber den Kopf frei habe, dann setzen die ein, wenn auch nur leicht. Aushaltbar ist es, aber wenn es ein Dauerzustand ist, werde ich wohl deinen Rat befolgen und es auf 1x täglich 2ml umändern.

Subject: Aw: Wie genau Minoxidil auftragen?
Posted by [PaulBerg](#) on Fri, 31 Aug 2018 07:05:02 GMT

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

So hab ich das nicht gemeint.

Wenn dir 1ml ausreichen um alle relevanten stellen zu bedecken, dann bringt es nichts nochmal die selbe menge auf die selbe stellen aufzutragen. Die flüssigkeit lässt sich nämlich nicht stapeln.

Ich bedecke den ganzen oberkopf und brauche daher mehr.

Du sollst dann wirklich nur 1x die 1ml auftragen.

1x täglich hat zwar weniger effekt als 2x täglich. Aber nicht um die hälfte weniger. Es kann also ausreichen weniger zu nehmen.

Subject: Aw: Wie genau Minoxidil auftragen?
Posted by [Pandemonium](#) on Fri, 31 Aug 2018 09:53:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cherub schrieb am Fri, 31 August 2018 00:10Nun frage ich mich aber, wie trage ich es am schlausten auf?
Auf die Problemstellen auftragen und keine Angst vor Shedding haben.

Subject: Aw: Wie genau Minoxidil auftragen?
Posted by [Cherub](#) on Tue, 04 Sep 2018 22:07:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kurzes Update:

Kopfschmerzen sind weg. Also entweder war es nur eine kurzzeitige Nebenwirkung oder die kamen einfach woanders her und es war Zufall.

Momentan trage ich es wie oben beschrieben auf, also drei Spritzer hinten, zwei vorne und zwei direkt auf dem Kopf, wobei da noch Haare sind.

Mal gucken, was daraus wird. :)