

---

Subject: Frage zum Haarzyklus

Posted by [just in](#) on Sun, 16 Jul 2006 12:04:31 GMT

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

---

Bin im großen und Ganzen mit meiner Therapie (minox+Fin) zufrieden. nehme es ca seit 1,5 Jahren und hatte immer ca. 80 ausfallende Haare pro Tag - der Zustand hat sich meines Erachtens nicht verschlechtert (nur die Haare sind jetzt etwas anders was vom Minox kommt denke= dunkler und feiner=aber dafür mehr)

Heir meine Frage= wie kann es kommen dass bei mir 2,3 Tage lang verhältnismäßig wenig Haare ausfallen (20-30) und dann an einem Tag (so einmal die Woche) ca 100???

Ich hab anfangs gedacht evtl. durch starkes Schitzen, Cap oder Stress und gesunde Ernährung, zu wenig Schlaf (im Moment Klausurphase, da kommt der Schlaf etwas zu kurz) an dem Tag...????  
Mach mir halt Gedanken ob ich dann irgendwas falsch gemacht hab, aber auch nach Zurechtrechten Nächten-teilweise nix an ha.

würden die Haare denn sofort ausfallen wenn ich irgendwas "falsch mache" oder muss ich mir da im großen und Ganzen nicht so viele Gedanken machen, da die durchschnittl. Ausfallrate ja für mich in Ordnung ist und das völlig normal ist.

grüße

---

---

Subject: Re: Frage zum Haarzyklus

Posted by [pilos](#) on Sun, 16 Jul 2006 14:35:16 GMT

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

---

Just in schrieb am Son, 16 Juli 2006 14:04 oder muss ich mir da im großen und Ganzen nicht so viele Gedanken machen, da die durchschnittl. Ausfallrate ja für mich in Ordnung ist und das völlig normal ist.

grüße

Das ist absolut richtig, solange keine sichtbare Ausdünnung stattfindet...

---

Subject: Re: Frage zum Haarzyklus

Posted by [just in](#) on Sun, 16 Jul 2006 17:02:50 GMT

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

---

Alles klar, dann mach ich mir mal keine großen Sorgen - ich denke man sollte auch nicht zuviel reininterpretieren wenn einem an einem Tag vermehrt Haare ausfallen, da sie nach dem Absterben ja noch eine Weile "verankert" bleiben und man man es nicht an ungesunder Lebensführung in

der letzten zeit(tag) festmachen kann - seh ich das richtig????

zu meinem haarstatus/ausdünnung: naja toll ists nicht mehr dafür dass ich früher extrem frisurfixiert war und aussah wie son Dragonball-Z typ  
bin jetzt not und altersbedingt eher auf wuschelig mittelkurz ohne viel gel umgestiegen....so richtig ansehn tut mans mir eigentlich nicht, aber diese unisex-frisuren(friseure)sind wohl nicht mher drin...sind aber ab nem gewissen alter ehh scheiße

Wir überbewerten das sowieso total, frauen achten weniger auf sowas als wir denken...ich stelle mal die hypothese auf, dass jeder ha betroffene mit modisch schlichtem auftreten,leicht gebräunt gepflegt und zB.dreitagebart mehr frauen abkriegt als ein "Normalo" der sich weing sorgen um seine haare seine kleidung und sein äußeres macht. es kommt immer drauf an was man draus macht.

schöne grüße

---