

---

Subject: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [Jinzo123](#) on Mon, 18 Mar 2019 22:14:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Ich habe folgendes Problem und weiß nicht mehr so recht weiter:

Ich leide nun schon seit ca. 10 Jahren an Haarausfall (angefangen mit ca. 20 Jahren). Am Anfang habe ich das Problem noch nicht so ernst genommen, da keine Lichtung der Haare oder ähnliches erkennbar war. Mit den Jahren habe ich mir aber zunehmend Sorgen gemacht mich aber immer wieder beruhigt und es als "Einbildung" abgestempelt. Auch die Ärzte haben mich beruhigt und mir gesagt, dass ich noch viele Haare hätte und ein Haarverlust von bis zu 100 Haaren, teilweise sogar mehr, normal sei.

Mir gingen zwar sehr viele Haare aus aber ich hatte tatsächlich noch viele Haare auf dem Kopf bzw. hatte ich schon immer sehr voluminöses Haar.

Vor 4-5 Jahren habe ich dann regelmäßig Bluttests und Hormonwerte der Schilddrüse durchführen lassen - keine Auffälligkeiten. Daraufhin habe ich mit Fin angefangen es allerdings nach ca. 9 Monaten wieder abgebrochen. Ich hatte Angst vor den Nebenwirkungen und habe subjektiv auch keinen Erfolg gesehen. Da der Haarausfall allerdings sehr schleichend ist, war es auch schwer eine Aussage zu treffen ob es wirkt oder nicht.

Dann habe ich mangels Alternativen immer mal wieder Minox über längere Zeit benutzt. Aber auch hier keine Wirkung wahrgenommen.

Verschiedene Nährstoffe habe ich bereits auch ausprobiert und ebenfalls keine Wirkung dadurch erzielt.

Ich weiß nun wirklich nicht mehr was ich tun soll. Zu Ärzten gehen, empfinde ich inzwischen als sinnlos. Oft bekomme ich gesagt es sei anlagebedingter Haarausfall und ich habe nur die Wahl zwischen Finasterid und Minoxidil. Ich habe allerdings nicht den Eindruck, dass es eine AGA ist. Das typische Muster zeichnet sich bei mir halt gar nicht ab. Meine Haarlinie geht nicht zurück, was ich auch sehr gut an mehreren Muttermalen an meinem Haaransatz "messen" kann. Die Haare dünnen einfach insgesamt aus und fühlen sich richtig spröde, schwach und trocken an. Auch die Pigmentierung ist an vielen Haaren nur noch sehr schwach.

Ich habe noch ein paar Fotos hinzugefügt die meinen Haarstatus zeigen. Ich denke man sieht ganz gut, dass die Haare sehr gleichmäßig ausdünnen. Gerade an den Seiten finde ich es sehr störend und gerade hier sollten die Haare bei einer AGA doch stabil sein.

Habt ihr noch Ideen was ich ausprobieren könnte? Ich überlege nochmals Fin zu nehmen. Kann das bei einem diffusen Haarausfall überhaupt helfen/wirken?

PS.: Ich habe zwei Trichoscans machen lassen. Die Ergebnisse reiche ich noch nach. Denke aber nicht, dass die sehr aussagekräftig sind.

---

File Attachments

---

1) [IMG\\_0168.JPG](#), downloaded 492 times



2) [IMG\\_0202.JPG](#), downloaded 443 times



Subject: Aw: schleicher diffuser Haarausfall  
Posted by [Jinzo123](#) on Mon, 18 Mar 2019 22:14:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [IMG\\_0207.JPG](#), downloaded 434 times



Subject: Aw: schleicher diffuser Haarausfall  
Posted by [Jinzo123](#) on Mon, 18 Mar 2019 22:23:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [IMG\\_0200.JPG](#), downloaded 455 times



2) [IMG\\_0206.JPG](#), downloaded 388 times



Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [buttkeis](#) on Tue, 19 Mar 2019 07:27:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wenn Schilddrüse ausgeschlossen wurde und auch die anderen Blutergebnisse nicht auffällig waren, scheint Dein Donor auf DHT zu reagieren und evtl war Dein Donor vorher schon nicht der Beste.

Vor 10 Jahren sagt man der Donor sei safe, bei einigen oder auch vielen schon, doch dann sind da noch die wo einzelne Haare miniaturisieren, dass heisst auch dort ist DHT am wüten.

Die Frage ist nun, hast Du wirklich keinen Haarausfall? Werden die Haare oben nicht Lichter, egal ob nach Norwood oder Ludwig? Oder waren Deine Seiten bzw Donor vorher schon dünn?

Fin und Minox ist bei Diffus Thinnern (eigtl am Kopf) von der Wirkung her gut. Fin minimiert DHT wenn Du Responder bist und Minox verdichtet. IM Prinzip Minox minox Mit auf die Seiten schmieren.

Wenn Du wirklich Nebenwirkungen vom Fin hast, dann reduziere die Dosis. Fang mit 1mg an.

---

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [ru-power](#) on Tue, 19 Mar 2019 20:33:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das könnte DUPA sein.

---

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [buttkeis](#) on Wed, 20 Mar 2019 06:30:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ru-power schrieb am Tue, 19 March 2019 21:33Das könnte DUPA sein.

Ich finde eine Diagnose bezüglich DUPA ist echt schwer. DUPA kann mega krass aussehen aber es gibt auch Anfangsstadien wo es leicht anfängt.

---

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [Jinzo123](#) on Thu, 04 Apr 2019 09:40:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:

...Die Frage ist nun, hast Du wirklich keinen Haarausfall? Werden die Haare oben nicht lichter, egal ob nach Norwood oder Ludwig? Oder waren Deine Seiten bzw Donor vorher schon dünn?...

Hallo nochmal!

Doch! Ich habe das Gefühl, dass mir sehr viele Haare am Tag ausgehen. Allein wenn ich mir 1x durch die Haare wuschel/fahre, habe ich 20 Haare vor mir liegen. Ich finde dafür schreitet der sichtbare Haarausfall am Kopf aber relativ langsam voran. Es scheinen also noch genug Haare nachzuwachsen.

Die Haare werden wie gesagt insgesamt dünner. Oben, an den Seiten, am Hinterkopf,... überall relativ gleichmäßig. Ein bestimmtes Schema kann ich nicht erkennen und auch keine Ausbildung von Geheimratsecken oder ein verstärkter Ausfall im Tonsurbereich.

Ich habe vor ein paar Tagen zusätzlich eine umfangreiche Untersuchung beim Endokrinologen machen lassen. Außer einem Vitamin D Mangel, der bei mir immer wieder in gewissen Abständen auftritt, ist alles im grünen Bereich.

Was genau ist mit Donor gemeint?

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [valesk](#) on Thu, 04 Apr 2019 10:55:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde es vll noch mit einem Shampoo mit piroctone olamine oder ket( oder beide) ausprobieren. Falls ein Pilzbefall zugrunde liegt. Desweiteren sollen diese Mittel die Haardicke positiv beeinflussen.

Es sind eben nur shampoos... Man kann deren Wirkung aber noch pushen. Anleitung für gibts dafür in der Selbsthilfe

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [buttkeis](#) on Thu, 04 Apr 2019 11:15:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

valesk schrieb am Thu, 04 April 2019 12:55Ich würde es vll noch mit einem Shampoo mit piroctone olamine oder ket( oder beide) ausprobieren. Falls ein Pilzbefall zugrunde liegt. Desweiteren sollen diese Mittel die Haardicke positiv beeinflussen.

Es sind eben nur shampoos... Man kann deren Wirkung aber noch pushen. Anleitung für gibts dafür in der Selbsthilfe

Hokus Pokus Fidibus, 3 mal schwarzer Kater. Ket ist auch nur ein Hype. Die Wirkung wie in der Studie ist bei keinem gegeben. Und wenn jemand sagt "ich konnte meinen Status durch ket

halten", dann schön dass es derjenige glaubt.

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [valesk](#) on Thu, 04 Apr 2019 11:32:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

buttkeis schrieb am Thu, 04 April 2019 13:15valesk schrieb am Thu, 04 April 2019 12:55Ich würde es vll noch mit einem Shampoo mit piroctone olamine oder ket( oder beide) ausprobieren. Falls ein Pilzbefall zugrunde liegt. Desweiteren sollen diese Mittel die Haardicke positiv beeinflussen.

Es sind eben nur shampoos... Man kann deren Wirkung aber noch pushen. Anleitung für gibts dafür in der Selbsthilfe  
Hokus Pokus Fidibus, 3 mal schwarzer Kater. Ket ist auch nur ein Hype. Die Wirkung wie in der Studie ist bei keinem gegeben. Und wenn jemand sagt "ich konnte meinen Status durch ket halten", dann schön dass es derjenige glaubt.

Ok, dann sei so gut und berichte aus dem Fundus deiner reichhaltigen Erfahrung die dem Themenersteller helfen könnte. Ich würde gerne dazulernen.

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [Damn123](#) on Thu, 04 Apr 2019 12:46:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alter !!!! Des ist mein Status 1 zu 1 . Nur das ich blond bin .

Hab auch keine ghe und keine tonsur . Meine Seiten sehen wirklich genau gleich aus !!! Krank .

Mein Status hat auf einmal angenommen und verschlechter sich eigentlich nicht wirklich .

Hab nächste Woche Untersuchung wegen der Schilddrüse, mal schauen .

Kannst mein Thread mal anschauen :) Vorallem erkenn ich mein Status sofort wieder wo da die Haare an den Seiten anhebt

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [cyclonus](#) on Thu, 04 Apr 2019 14:12:04 GMT

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

---

Schwer zu sagen was das ist. Mancher endet von so einem Status dann in ein paar Jahren bei einem richtig fiesen "NW7+", bei manch anderem bleibt es dann so für viele viele Jahre ohne weiteren Haarausfall.

Die Seiten und der Nacken sehen einfach bei vielen nicht gerade dicht aus (auch Frauen), ohne das es wirklich AGA ist. Leider ist ja auch nicht jeder mit geiler Haarstruktur und Dichte gesegnet :(

"DUPA" halte ich eher für ein Schreckgespenst und für extrem selten vorkommend.

Vermutlich sähe es optisch besser aus, wenn du dir die Haare kürzer schneiden läßt. Länger sehen meine Seite und der Nacken auch irgendwie ungesund aus, ohne dass sich da jetzt über die letzten zehn Jahre groß was verändert hätte. Vielleicht liegt es am Ket, vielleicht aber auch nicht.

---

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [ru-power](#) on Thu, 04 Apr 2019 14:30:10 GMT

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

---

Fast jeder HA ist eben AGA

für mich sieht es halt (leider) nach einer DUPA aus. Ob die Dichte weiterhin abnimmt sei dahingestellt, es kann auch sein dass es einfach so bleibt.

Ich würde aber wie hier bereits geraten die Haare deutlich kürzer tragen. Damit siehst du auf jedenfall besser aus. Dupa endet idR auch nicht in einer Vollglatze, sondern du hast halt überall noch stoppel/dünne Haare. Zumindest Seiten kurz (max 9mm).

---

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [Jinzo123](#) on Thu, 04 Apr 2019 14:39:58 GMT

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

---

Ich trage die Haare an den Seiten sonst deutlich kürzer (4-6 mm). Das wächst aber so schnell nach. Da müsste ich alle 3 Wochen zum Friseur :roll:

Also Fin könnte helfen? Ganz unabhängig davon was für eine Art von HA es ist? Ich denke ich werde es mal einige Monate konsequent anwenden und mir zusätzlich Minox auf die Seiten schmieren und diesmal das ganze mit Fotos dokumentieren. Dadurch dass es so langsam voran schreitet ist es echt verdammt schwer zu sagen ob ein Mittel Erfolg hat. Es gibt Phasen da habe ich das Gefühl es wird wieder dichter oder der Status bleibt zumindest gleich obwohl ich gar nichts unternehme :frage:

---

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [Damn123](#) on Thu, 04 Apr 2019 15:00:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Jinzo123 schrieb am Thu, 04 April 2019 16:39Ich trage die Haare an den Seiten sonst deutlich kürzer (4-6 mm). Das wächst aber so schnell nach. Da müsste ich alle 3 Wochen zum Friseur :roll:

Also Fin könnte helfen? Ganz unabhängig davon was für eine Art von HA es ist? Ich denke ich werde es mal einige Monate konsequent anwenden und mir zusätzlich Minox auf die Seiten schmieren und diesmal das ganze mit Fotos dokumentieren. Dadurch dass es so langsam voran schreitet ist es echt verdammt schwer zu sagen ob ein Mittel Erfolg hat. Es gibt Phasen da habe ich das Gefühl es wird wieder dichter oder der Status bleibt zumindest gleich obwohl ich gar nichts unternehme :frage:

Ist bei mir ganz genau gleich . Meine Haare wachsen auch so schnell aber sind halt so stumpf und spröde. Mein Status schwankt auch ständig . An einem Tag ist es deutlich besser und paar Wochen später wieder schlechter . Mein Ausfall hat vor 5 Jahren angefangen und da hat sich vom Status nicht viel getan.

Oben gleiche dichte wie an den Seiten ( es gibt keine Zone bzw Bereich der schlechter als der andere ist ) keine Geheimratseckenbildung, keine tonsur und keine mittelscheitelausdünnung.

Meine Diagnose damals war: diffuser Haarausfall ( also nicht erblich) , entzündete Kopfhaut und eborrhoisches Ekzem .

Naja Hautärzte halt , weiß nicht ob man darauf bauen kann. Obwohl der sich schon viel Zeit genommen hat und kompetent gewirkt hat.

Ich hab zu viel schiss vor fin und bei minox glaub ich das es bei mir mehr kaputt machen würde als helfen ....aber du musst wissen was du für richtig hältst . Ich hätte zu viel schiss vor den Nebenwirkungen und bin mir auch nicht sicher ob fin bei so einem Schema perfekt wirkt

Ich schreib dir mal ne pm

---

Subject: Aw: schleichender diffuser Haarausfall  
Posted by [Jinzo123](#) on Thu, 04 Apr 2019 18:10:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hier nochmal die besagten Trichoscans. Vielleicht kann jemand von euch mehr damit anfangen.

Die Ärztin sagte mir schon der hohe Wert von 283,8 Haaren / cm<sup>2</sup> (Zentral mitte, 2017) könnte ein Messfehler sein, da sich mehrere Haare gekreuzt haben und dann teilweise doppelt gezählt werden. Naja... ich weiß ja nicht wie verlässlich solche Ergebnisse dann überhaupt nach so einer Aussagen sind :roll:

2017:

Frontal rechts:

Haardichte [1/cm<sup>2</sup>] 209,5  
Anagen [%] 80,9  
Telogen [%] 19,1  
Dichte Velushaar [1/cm<sup>2</sup>] 54,9  
Dichte Terminalhaar [1/cm<sup>2</sup>] 154,6  
Anteil Velushaare [%] 26,2  
Anteil Terminalhaare [%] 73,8

Zentral mitte:

Haardichte [1/cm<sup>2</sup>] 283,8  
Anagen [%] 71,0  
Telogen [%] 29,0  
Dichte Velushaar [1/cm<sup>2</sup>] 58,3  
Dichte Terminalhaar [1/cm<sup>2</sup>] 225,5  
Anteil Velushaare [%] 20,5  
Anteil Terminalhaare [%] 79,5

Hinten mitte:

Haardichte [1/cm<sup>2</sup>] 216,2  
Anagen [%] 86,6  
Telogen [%] 13,4  
Dichte Velushaar [1/cm<sup>2</sup>] 53,2  
Dichte Terminalhaar [1/cm<sup>2</sup>] 163,0  
Anteil Velushaare [%] 24,6  
Anteil Terminalhaare [%] 75,4

2018 (1 Jahr später):

Frontal rechts:

Haardichte [1/cm<sup>2</sup>] 213,7  
Anagen [%] 76,4  
Telogen [%] 23,6  
Dichte Velushaar [1/cm<sup>2</sup>] 24,5  
Dichte Terminalhaar [1/cm<sup>2</sup>] 189,2  
Anteil Velushaare [%] 11,5  
Anteil Terminalhaare [%] 88,5

Zentral mitte:

Haardichte [1/cm<sup>2</sup>] 242,4  
Anagen [%] 87,3  
Telogen [%] 12,7  
Dichte Velushaar [1/cm<sup>2</sup>] 38,9  
Dichte Terminalhaar [1/cm<sup>2</sup>] 203,6  
Anteil Velushaare [%] 16,0  
Anteil Terminalhaare [%] 84,0

Hinten mitte:

Haardichte [1/cm<sup>2</sup>] 212,8

Anagen [%] 85,1

Telogen [%] 14,9

Dichte Velushaar [1/cm<sup>2</sup>] 54,9

Dichte Terminalhaar [1/cm<sup>2</sup>] 157,9

Anteil Velushaare [%] 25,8

Anteil Terminalhaare [%] 74,2

---