

---

Subject: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)  
Posted by [Maischel](#) on Sun, 06 Oct 2019 16:42:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich weiß, ich habe das Thema schon mehrfach angesprochen und ich weiß auch, dass es nach wie vor sehr umstritten ist. Die sunken eyes und finasterid. Nur ist es so, wer es glauben will oder nicht, dass ich diese schlechte Augenpartie nach wie vor nicht loswerde. Es ist nicht so, als ob die Augen blutunterlaufen wären, so wie bei klassischen augenringen, sondern die Haut unter den Augen wirkliche sehr sehr dünn ist. D. h., dass ich immer ziemlich fertig aussehe, obwohl ich genug schlafe, nicht rauche, mich gut ernähre etc (und erst 20(!) bin). Tips, wie schlafen, Sport und eine vollwertige Ernährung helfen mir da leider nicht weiter. Das Finasterid-Absetzen ist mittlerweile über 1 1/2 Jahre her. Die massiven Hautprobleme, die ich nach dem Absetzen bekommen habe sind nicht verschwunden, aber werden nach und nach besser. Da das Thema mit der reversibilität dieser sunken eyes nach wie vor umstritten ist, habe ich immer noch die Hoffnung, dass die Haut wieder dicker wird ( oder sich wieder Fett bildet, was auch immer der eigentliche Faktor dafür ist).

Gerade an die, die das Problem auch haben oder hatten, wäre ich sehr dankbar für irgendwelche Tips. :)

Beste Grüße,

Maischel!

PS. Guckt euch mal die Bilder an :)

---

### File Attachments

1) [IMG\\_20191006\\_184827.jpg](#), downloaded 647 times



2) [IMG\\_20191006\\_184857.jpg](#), downloaded 556 times



---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [snowry](#) on Sun, 06 Oct 2019 18:04:11 GMT

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

---

meine augenringe gehen nicht mehr weg seit der pubertät, lebe gesund (kein alk, viel flüssigkeit, sport+vitamine+mineralstoffe+proteine) und trotzdem bleiben die. ob ich lang schlafe oder nicht, hab gelesen manche leute haben einfach augenringe und die bleiben.

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)  
Posted by [PaulBerg](#) on Sun, 06 Oct 2019 18:40:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

vielleicht doch mal übers unterspritzen nachdenken...

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)  
Posted by [Greg2022](#) on Sun, 06 Oct 2019 19:48:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kann auch eine genetische Sache sein, wenn die Haut über dem Jochbein/Augenhöhe zu dünn ist. Dann hilft Make-Up mit einem kompensatorischen Farbübergewicht (bei rot ist das z.B. grün)

Lymphdrainage unter den Augen kannst du noch probieren - 6 Sitzungen bei einer Physiotherapeutin zahlt die Krankenkasse. Das reicht zum ausprobieren.

Würde aber zu einer Kosmetikerin gehen, das ist die schnellste Lösung.

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)  
Posted by [Piwie](#) on Sun, 06 Oct 2019 19:59:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Musste bei mir auch feststellen, dass die Haut unter den Augen dünner wurde. Ich kann jetzt nicht sagen ob es einen Zusammenhang mit der Dht Hemmung gibt, aber man sieht mittlerweile immer mehr die Gefäße leicht unter den Augenlidern durchschimmern und ich habe Sorge, dass das schlimmer wird.

Es ist das Unterhautfettgewebe, eigentlich liest man nur das dies bei alternder Haut weniger wird oder bei Cortisoneinfluss. Du findest außerhalb dieses Forums wenig zum Thema Fin/Dht/Augen/dünne Haut.

Hilft ein gesunder Lebensstil und Pflege nicht, gibt es im kosmetischen Bereich noch drei Dinge die man versuchen kann. Retinol für dickere Haut. Mäusedorn/Roskastaniengel etc. für stärkere Blutgefäßwände und etwas was das Hämoglobin abbaut wie Haloxyl.  
<https://iluqua.com/blaue-augenringe-ursachen-und-was-wirklich-hilft/>

Versprich dir aber nicht zu viel von, bisher habe ich null Erfolg damit.

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)  
Posted by [snowry](#) on Sun, 06 Oct 2019 22:38:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

PaulBerg schrieb am Sun, 06 October 2019 20:40vielleicht doch mal übers unterspritzen

---

nachdenken...

op ist 20

Greg2019 schrieb am Sun, 06 October 2019 21:48

Lymphdrainage unter den Augen - 6 Sitzungen bei einer Physiotherapeutin zahlt die Krankenkasse.

die krankenkassen zahlen nicht mal mehr nachsorge bei ex ca (krebs), kann mir nicht vorstellen das die wegen augenringen geld locker machen.

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [istude](#) on Mon, 07 Oct 2019 07:36:47 GMT

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

Ich hab mit so 27 (aber nicht wegen Finasterid, das nehm ich nicht) Augenringe bekommen. Nachdem die auch nach ein paar Wochen nicht weggingen hab ich mir dann eine Retinol-Nachtcreme geholt, die das Problem für mich innerhalb kurzer Zeit (2 Wochen? circa) gelöst hat.

Keine Ahnung obs in deinem Fall auch hilft, aber einen Versuch kanns wert sein...

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [HaareStattGlatze](#) on Mon, 07 Oct 2019 09:42:34 GMT

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

Hab die gleichen Augenringe wie du...bräunlich, violett und rötlich.

Hab mir mal Fotos vor meiner Finasterid angeschaut, da hatte ich noch keine Augenringe. Seid Finasterid Einnahme sind die Augenringe bei mir dauernd bestehend.

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 07 Oct 2019 10:20:10 GMT

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

@istude: und welche genau?

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Mon, 07 Oct 2019 12:16:56 GMT

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

Nimmst du immer noch finasterid?

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Mon, 07 Oct 2019 12:18:07 GMT

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

---

istude schrieb am Mon, 07 October 2019 09:36Ich hab mit so 27 (aber nicht wegen Finasterid, das nehm ich nicht) Augenringe bekommen. Nachdem die auch nach ein paar Wochen nicht weggingen hab ich mir dann eine Retinol-Nachtcreme geholt, die das Problem für mich innerhalb kurzer Zeit (2 Wochen? circa) gelöst hat.

Keine Ahnung obs in deinem Fall auch hilft, aber einen Versuch kanns wert sein...

Ja mich würde auch interessieren, welche Creme du benutzt hast. :)

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [istude](#) on Mon, 07 Oct 2019 13:31:44 GMT

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

---

Ich verwende die hier:

<https://deine-gesundheit.net/wp-content/uploads/2017/06/Retinol-Cr%C3%A8me-Mother-Nature.jpg>

Ist super ergiebig (ich glaub ich komm da fast ein Jahr mit dem Tegel aus ^^). Obs bessere gibt kann ich nicht sagen, die hat mir meine Schwester nahegelegt und ich hab ihr mal vertraut bzw war zu faul für Eigenrecherche.

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Mon, 07 Oct 2019 16:09:25 GMT

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

---

istude schrieb am Mon, 07 October 2019 15:31Ich verwende die hier:

<https://deine-gesundheit.net/wp-content/uploads/2017/06/Retinol-Cr%C3%A8me-Mother-Nature.jpg>

Ist super ergiebig (ich glaub ich komm da fast ein Jahr mit dem Tegel aus ^^). Obs bessere gibt kann ich nicht sagen, die hat mir meine Schwester nahegelegt und ich hab ihr mal vertraut bzw war zu faul für Eigenrecherche.

Okay. Hab mal die neueste Version davon bestellt. Wenn es hilft, werde ich definitiv davon berichten. :)

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Kahlschläger](#) on Tue, 08 Oct 2019 19:22:35 GMT

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

---

Für mich nicht umstritten; sunken eyes nach 1,5 Monaten Finasterid.

Folgerichtige Maßnahme: Absetzen (Nebst anderen NW). Seitdem: kaum Besserung, fällt aber auch weniger auf, da ein Stückweit auch das Paranoia und Fin-Brainfog/Depressionen nachgelassen haben.

Wichtigster Faktor m.M.n: Zeit. Alles weitere, nach dem ich recherchiert habe, klang eher nach Hoffnung kaufen, aber das tue ich mit RU auch. Erstmal weniger auf die sunken eyes achten, andere registrieren diese kaum.

### File Attachments

---

1) [IMAG2898.jpg](#), downloaded 274 times



2) [IMAG2897.jpg](#), downloaded 254 times



---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Tue, 08 Oct 2019 20:24:25 GMT

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

---

Kahlschläger schrieb am Tue, 08 October 2019 21:22Für mich nicht umstritten; sunken eyes nach 1,5 Monaten Finasterid.

Folgerichtige Maßnahme: Absetzen (Nebst anderen NW). Seitdem: kaum Besserung, fällt aber auch weniger auf, da ein Stückweit auch das Paranoia und Fin-Brainfog/Depressionen nachgelassen haben.

Wichtigster Faktor m.M.n: Zeit. Alles weitere, nach dem ich recherchiert habe, klang eher nach Hoffnung kaufen, aber das tue ich mit RU auch. Erstmal weniger auf die sunken eyes achten, andere registrieren diese kaum.

Danke für die Antwort! :)

Wie lange ist das Absetzen bei dir her? Ja alles wäre auch ein bisschen leichter zu nehmen, wenn ich nicht diese Hautprobleme dazu hätte. Es ist halt keine typische Akne, sondern es sind Hautunreinheiten (fettige Haut, Pickel) + sehr blasse, leicht gräuliche Haut und dann eben noch diese Augenringe. Für mich wirkt das alles schon sehr zusammenhängend. Das eine Problem ist mit dem anderen definitiv verknüpft und Finasterid hat diese Sachen (jedenfalls bei mir) ausgelöst. Wo andere Potenzprobleme kriegen oder wie du eben Brainfog habe ich diese Hautprobleme bekommen. :/ Ich kriege aber einfach nicht raus, was Finasterid da verändert hat.. Aber meine Hoffnung ist, genau wie du sagst, auch die Zeit!

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Mon, 20 Jan 2020 00:20:55 GMT

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

---

Update zu der Retinol Creme: Ich hab die Creme nur ca. 10 Tage lang benutzt, weil ich im propeciahelp forum einen Beitrag gelesen habe, in dem davon klar abgeraten wurde bei sunken eyes nach finasterideinnahme. Warum, weiß ich auch nicht. Aber das Risiko will ich jetzt nicht eingehen, dass man damit einen gegenteiligen Effekt erreichen könnte.

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Sonic Boom](#) on Mon, 20 Jan 2020 06:23:16 GMT

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

---

Ich denke, damit mußt du einfach leben.

Das Problem hatten wir hier vor über 10 Jahren auch zum geht nicht mehr diskutiert.

Ich hab auch leichte sunken eyes. Ich komm damit aber gut klar.

Kann eben sein, dass man hin und wieder zu hören bekommt, „siehst du fertig aus.“

Kannst höchstens mal humboldt anschreiben. Der ist hier zwar nicht mehr aktiv, hatte dieses Problem durch fin aber auch! Und es behandeln bzw „reparieren“ lassen. Ist aber mords kostenaufwendig, und soviel ich weiß, nicht ganz ungefährlich.

Ich würde es an deiner Stelle sein lassen. Vielleicht mit nen Abdeckstift die Augenpartie etwas kaschieren.

Richtige Sunken Eyes sind eben etwas in die Höhlen eingesunken, weil durch Fin das Gewebe um den Augapfel atrophiert. Und wenn das bei dir noch nicht so stark der Fall ist, kannst ja froh sein. Ich würde wie gesagt nur kosmetisch abdecken.

Natürlich gibt es langjährige Fin-Schlucker, bei denen dieser unerwünschte Vorgang nicht auftritt!



Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Tue, 21 Jan 2020 15:34:17 GMT

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

---

Ja ich denke du hast recht damit! Aber da ich noch andere NWs habe, die immer noch nicht weg sind, gebe ich meine Augen noch nicht ganz auf. Gibt aber mit Sicherheit schlimmeres als diese sunken eyes.

Humboldt habe ich schon vor Monaten versucht zu erreichen, der ist aber, wie du sagst, nicht mehr aktiv. Genau: diese OPs sind sehr heikel glaube ich. Ein Arzt hat mir davon auch abgeraten, da das auch ziemlich schief gehen kann und am Ende evtl. schlimmer aussieht als vorher.

Dennoch bin ich noch verwirrt, da u. a. Mike, Obes und Humboldt diverse Lösungsvorschläge mit Cremes und anderen Sachen vorgeschlagen haben. Da existiert aber so eine Fülle an Informationen zu diversen Wirkstoffen, dass man da nur schwer durchblicken kann. Dazu kommt, dass v. a. Humboldt und Mike viele Fachbegriffe verwenden, bei denen ich als Laie sowieso nichts verstehe. Und irgendein Risiko eingehen will ich auch nicht dadurch, dass man irgendwelche Mittel einnimmt.

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Nomadd](#) on Fri, 24 Jan 2020 18:29:25 GMT

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

---

PaulBerg schrieb am Sun, 06 October 2019 20:40vielleicht doch mal übers unterspritzen nachdenken...

Als jemand, der damit auch Probleme hat: Ist der Effekt permanent oder muss ständig nachgespritzt werden?

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Sonic Boom](#) on Sat, 25 Jan 2020 07:33:09 GMT

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

---

Das ist ne gute Frage. Des hält bestimmt keine 15 Jahre oder?????

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [PaulBerg](#) on Sat, 25 Jan 2020 12:56:49 GMT

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

---

weis es jetzt nichmehr.

aber lang hält's jedenfalls nicht. 1-2 Jahre wohl.

Aber dann könnte man wohl eben nachspritzen.

Wenn also einer sagt er will in seinen jungen Jahren gut aussehen kann man schon verstehen

---

wenn er 5 sitzungen alle 2 jahre ansetzt. dann ist er 10 jahre gut versorgt.

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Fri, 31 Jan 2020 13:41:07 GMT

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

---

Ich halte das für etwas optimistisch. Ich denke, dass es Spuren hinterlässt, wenn man sich mehrmals die Augen unterspritzen lässt. Wenn ich sowas machen würde, dann müsste es nen dauerhaften Effekt haben. Sonst wäre das für mich keine Option.

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Grashüpfer](#) on Fri, 31 Jan 2020 14:16:50 GMT

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

---

snowry schrieb am Sun, 06 October 2019 20:04meine augenringe gehen nicht mehr weg seit der pubertät, lebe gesund (kein alk, viel flüssigkeit, sport+vitamine+mineralstoffe+proteine) und trotzdem bleiben die. ob ich lang schlafe oder nicht, hab gelesen manche leute haben einfach augenringe und die bleiben.

Ist bei mir auch so.

Sehr geholfen hat folgendes:

Kälter schlafen. Trägt zur Durchblutung der Haut bei und hilft tiefer zu schlafen. Im Sommer Fenster auf. Im Winter 17-18°.

Härteres Kissen - aufrechter Kopf - bessere Lymphdrainage unter den Augen.

Ab und zu Augen massieren - Lymphdrainage.

Sonne - generell gesündere Gesichtsfarbe - rot/blau weiß ist auffälliger als rot/blau braun.

Kein Sonnenstudio nur 30min sonne pro Tag.

---

---

Subject: Aw: Hilfe/ Ideen gegen meine Augenringe (bitte)

Posted by [Maischel](#) on Wed, 05 Feb 2020 15:38:02 GMT

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

---

Danke! Ich werde die Tips direkt umsetzen. Habe auch das Gefühl, dass die gesichtshaus grundsätzlich nicht mehr so dick ist, wie vor fin. Das Gesicht hat einfach etwas gelitten und fin. Vitamin d nehmen ich jetzt seit ein paar Wochen hochdosiert, da mein Speicher ziemlich leer war. Und dann werde ich die Dosis demnächst reduzieren und aber weiterhin vitamin D nehmen. Vllt hat das ja auch einen Einfluss. :)

---