
Subject: Minoxidil ausschleichen

Posted by [Nanne2018](#) on Mon, 10 Feb 2020 15:50:55 GMT

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

Hallo,

ich (weibl.) habe mich jetzt dazu entschlossen, dass ich Minox absetzen möchte. Nun würde ich natürlich gerne den Mega-Ausfall durch abruptes Absetzen vermeiden. Einerseits möchte ich schnellstmöglich aufhören, andererseits höre ich hier immer wieder, dass man langsam ausschleichen soll. Gibt es diesbezüglich irgendein "Fahrplan", an den ich mich halten kann? Ich bin in der 2.ten Woche Minoxidil Pause und habe davor 6 x in der Woche 1 x tägl. 5% genommen.

Wozu genau dient das langsame Ausschleichen eigentlich? Reduziert es den Gesamt-Haarausfall oder ist es einfach dann nicht so geballt nach 2-3 Monaten? Ist es auch von Mann zu Frau unterschiedlich?

Sorry, so viele Fragen ... schiebe gerade etwas Angst vor dem zu erwartenden Ausfall :-/

LG

Nanne

Subject: Aw: Minoxidil ausschleichen

Posted by [Nanne2018](#) on Tue, 11 Feb 2020 08:53:46 GMT

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

... wirklich keiner einen Tipp für mich, wie ich langsam runterdosieren sollte?
Verdünnen oder nur alle 2 Tage nehmen oder alles zusammen?

Ich würde mich sehr über hilfreiche Ratschläge freuen :)

Subject: Aw: Minoxidil ausschleichen

Posted by [Piwie](#) on Sat, 15 Feb 2020 01:44:25 GMT

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

Das es beim abrupten Absetzen von Minoxidil zu einem starken Shedding kommt, muss nicht per se eintreten, aber man muss zumindest damit rechnen.

Beim ausschleichen ist es eben wahrscheinlicher, dass sich der Effekt verteilt und du es nicht so mitbekommst. Generell kann man mit etwa dem gleichen Shedding rechnen, wie zu Beginn der Behandlung, also im schlimmsten Fall so 10-20% der Haare, meistens ist es aber deutlich weniger! Das wichtigste, die Haare kommen alle ganz normal zurück, wenn sich die Wachstumszyklen wieder einpendeln. Es sei denn, im Hintergrund hat die Androgenetische Alopezie weiterhin Schaden angerichtet, da kann es schon mal passieren, dass der erneute Haarwuchs sehr spärlich bis gar nicht zurückkommt. Das Szenario in dieser Intensität betrifft aber eher Männer mit aggressiver, schneller Glatzenbildung. Man kann im Vorfeld schlecht

sagen, welchen Faktoren du dann ausgesetzt sein wirst.

Ein sehr ausgedehntes Absetzverfahren streckt sich über ca. ein halbes Jahr, ich denke mal 3 Monate ist aber auch ausreichend.

Erst reduziert man die % Dosis um je die Hälfte, dann erweitert man die Abstände, das immer so alle 2-3 Wochen ca. bis man irgendwann nur noch bei homöopathischen Mengen/Abständen angekommen ist

Subject: Aw: Minoxidil ausschleichen

Posted by [yakisikli123](#) on Sat, 15 Feb 2020 13:44:42 GMT

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

Hallo,

sowas wie Minox ausschleichen gibt es nicht.

Bei dir muss man zuerst einige Fragen beantworten. Du kannst es als Schablone benutzen.

1. Wieso willst du es absetzen (anstrengend, Nebenwirkungen etc)
2. Hattest du Neuwuchs (wenn ja wirst du diese, nur diese verlieren)
3. Wenn es bei dir wenig gebracht hat, wirst du ebenfalls wenig Nebenwirkungen spüren.

Wenig Wirkung = Wenig Nebenwirkung (beim Absetzen)

Meine Ratschläge

Oral Minox (Hier gibt es einen Thread dazu) + Estradiol (da weiblich), würde dir wahrscheinlich viel bringen

Subject: Aw: Minoxidil ausschleichen

Posted by [Piwie](#) on Sat, 15 Feb 2020 15:29:47 GMT

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

Minox Oral würde aber auch die Körperbehaarung im gleichen Maße beeinflussen. Das sollte Frau wissen.

Subject: Aw: Minoxidil ausschleichen

Posted by [Nanne2018](#) on Sat, 15 Feb 2020 18:40:26 GMT

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

:idea: Piwie schrieb am Sat, 15 February 2020 02:44Das es beim abrupten Absetzen von Minoxidil zu einem starken Shedding kommt, muss nicht per se eintreten, aber man muss zumindest damit rechnen.

Beim ausschleichen ist es eben wahrscheinlicher, dass sich der Effekt verteilt und du es nicht so mitbekommst. Generell kann man mit etwa dem gleichen Shedding rechnen, wie zu Beginn der Behandlung, also im schlimmsten Fall so 10-20% der Haare, meistens ist es aber deutlich weniger! Das wichtigste, die Haare kommen alle ganz normal zurück, wenn sich die Wachstumszyklen wieder einpendeln. Es sei denn, im Hintergrund hat die Androgenetische Alopezie weiterhin Schaden angerichtet, da kann es schon mal passieren, dass der erneute Haarwuchs sehr spärlich bis gar nicht zurückkommt. Das Szenario in dieser Intensität betrifft aber eher Männer mit aggressiver, schneller Glatzenbildung. Man kann im Vorfeld schlecht sagen, welchen Faktoren du dann ausgesetzt sein wirst.

Ein sehr ausgedehntes Absetzverfahren streckt sich über ca. ein halbes Jahr, ich denke mal 3 Monate ist aber auch ausreichend.

Erst reduziert man die % Dosis um je die Hälfte, dann erweitert man die Abstände, das immer so alle 2-3 Wochen ca. bis man irgendwann nur noch bei homöopathischen Mengen/Abständen angekommen ist

Vielen Dank für Deine Antwort.

Die beruhigt mich schon mal, da ich nur geringes Shedding zu Beginn hatte. 3 Monate klingt für mich sehr gut. Dann mache ich mich jetzt mal an die Verdünnung und schleiche mich langsam aus :nod: Danke für Deine Hilfestellung.

Subject: Aw: Minoxidil ausschleichen

Posted by [Nanne2018](#) on Sat, 15 Feb 2020 18:47:04 GMT

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

yakisikli123 schrieb am Sat, 15 February 2020 14:44

Hallo,

sowas wie Minox ausschleichen gibt es nicht.

Bei dir muss man zuerst einige Fragen beantworten. Du kannst es als Schablone benutzen.

1. Wieso willst du es absetzen (anstrengend, Nebenwirkungen etc)
2. Hattest du Neuwuchs (wenn ja wirst du diese, nur diese verlieren)
3. Wenn es bei dir wenig gebracht hat, wirst du ebenfalls wenig Nebenwirkungen spüren.

Wenig Wirkung = Wenig Nebenwirkung (beim Absetzen)

Meine Ratschläge

Oral Minox (Hier gibt es einen Thread dazu) + Estradiol (da weiblich), würde dir wahrscheinlich viel bringen

Ich setze es ab, weil es bei mir nicht wirklich wirkt ... und da jedes Mittel auch Nebenwirkungen haben kann, möchte ich lieber ohne auskommen. Estradiol muss ich mich mal einlesen. Danke für den Hinweis.