

---

Subject: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Tue, 27 Jul 2021 10:56:34 GMT

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

---

Liebes Forum,

ich möchte mich einmal vorstellen. Mein Name ist Hilmer und ich bin 40 Jahre alt. Als ich Ende 20 war, bemerkte ich zum ersten Mal, dass meine Haare weniger wurden. Das hat mich sofort gestört und ich habe nach einem Besuch bei einem Dermatologen zu Regaine gegriffen. Das hat auch gut geholfen. Die Haare wurden wieder voll und ich hatte keine Probleme mehr.

Nach einigen Monaten ging das Spiel jedoch von vorne los. Allerdings wurden die Haare dann auch irgendwann wieder voller. Daraufhin sagte ich mir, dass es eigentlich kein erblich bedingter Haarausfall sein kann. Ich nahm das Regaine trotzdem weiter und die Haare dünnten sich irgendwann wieder aus. So ging das ein paar mal hin und her. Ich habe schon mehrere große Blutbilder erstellen lassen und habe mich auf eine Fehlfunktion der Schilddrüse untersuchen lassen. Alles unauffällig.

Ich habe mich meiner Hausärztin anvertraut und sie hat mich, soweit es im Rahmen ihrer Möglichkeiten war, auf Haarausfall untersucht aber keine Mangelerscheinungen feststellen können. Irgendwann habe ich zu Thiocyn gegriffen. Ich dachte zunächst, dass es sich um ein Wundermittel handelt. Nach ein paar Wochen begannen neue Haare zu sprießen. Das ist sogar meiner Familie aufgefallen. Aber ich weiß nicht, ob es wieder nur so ein Zyklus war oder ob mir tatsächlich die Tinktur geholfen hat. Jedenfalls war die Freude nicht von langer Dauer. Denn das Haar wurde schon bald wieder dünner.

In der Folge habe ich noch ein paar Vitamine ausprobiert, durch die ich aber auch noch keinen Erfolg feststellen konnte. Mittel wie ell-cranell oder Finasterid habe ich bislang gemieden. Ich hatte einfach zu viel Angst vor den Nebenwirkungen.

Mittlerweile bin ich 40 Jahre alt, habe eine tolle Familie mit drei Kindern und ein schönes Haus. Dazu läuft es beruflich auch noch gut. Eigentlich könnte ich sagen, sollen mir doch die Haare ausfallen. Ich habe doch ein schönes Leben. Aber das ist so leicht gesagt. Seit mehr als 10 Jahren (so lange verwende ich auch Regaine) taste ich jeden Tag meine Geheimratsecken ab und überprüfe, wie viele Haare ich jetzt schon wieder verloren habe. Es belastet mich nicht so sehr, dass ich depressiv werde. Aber es stört mich ganz einfach. Es ist ja auch nicht so, dass jeden Tag 200 Haare im Waschbecken liegen. Da sind vielleicht 15 bis 20.

Ich habe ja auch noch relativ viele Haare, auch wenn man so langsam überall die Kopfhaut durchsieht und sie immer trockener und dünner werden. Zum Kaschieren nutze ich mittlerweile schon Streuhaar :) Als ich Mitte 20 war, hatte ich immer die schwärzesten und dicksten Haare aus meinem Freundeskreis und ich befürchte, dass es so langsam in Richtung Pustelblume geht :)

Seit über einem Jahr plagen mich zudem leichte Darmprobleme. Diese habe ich allerdings auch abklären lassen und auch eine Stuhlprobe abgegeben. Es könne ein leichter Reizdarm sein, was aber nicht weiter schlimm wäre. Allerdings habe ich auch viel über die Zusammenhänge von Darmproblem und Haarausfall gelesen. Das wäre jetzt auch mein Ansatz für dieses

Forum. Vielleicht kann ich noch einige Ratschläge von Leuten einholen, die einen ähnlichen Verlauf, wie ich, beklagen und mir wichtige Tipps geben können.

Seit ca. 3 Wochen probiere ich Rezilin. Es ist super angenehm auf der Kopfhaut aber ich konnte logischerweise noch keine Wirkung feststellen. Ehrlich gesagt haben mich auch die unglaublich positiven Erfahrungsberichte abgeschreckt. Aber ich habe es aus irgendeinem Grund doch bestellt. Manchmal kann man seine eigenen Entscheidungen auch nicht nachvollziehen :)

Ich bedanke mich an dieser Stelle schonmal fürs Lesen und freue mich auf ein paar Antworten.

Liebe Grüße und vielen Dank  
Hilmer

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [hallowelt](#) on Tue, 27 Jul 2021 12:25:26 GMT

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

---

Villabajo schrieb am Tue, 27 July 2021 12:56

freue mich auf ein paar Antworten.

Und was war die Frage nochmal?

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Biernot0815](#) on Tue, 27 Jul 2021 12:27:23 GMT

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

---

:frage:

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Tue, 27 Jul 2021 13:51:05 GMT

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

Ich hatte geschrieben, dass ich mir ein paar Tipps von Mitgliedern erhoffe, die evtl. ähnliche Erfahrungen gesammelt haben oder mit vielleicht eine Idee zu der Überlegung Darmgesundheit und Haarausfall haben.

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 27 Jul 2021 14:02:45 GMT

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

Hi Vill,

Könntest du 1-2 Bilder von deinem Haarstatus machen, damit man deine Situation besser einschätzen kann?! :thumbup:

---

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [hallowelt](#) on Tue, 27 Jul 2021 15:07:00 GMT

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

---

Villabajo schrieb am Tue, 27 July 2021 15:51Idee zu der Überlegung Darmgesundheit und Haarausfall haben.

Darmprobleme affektieren den ganzen Körper (via Zytokine, Malabsorption), so bestimmt auch die Haare (z.B. Ergrauen, reversibler Ausfall). Aber wahrsch. nicht ursächlich für AGA.

---

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Tue, 27 Jul 2021 19:09:59 GMT

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

---

Danke für die Bereitschaft Sonic Boom! Das weiß ich zu schätzen...

## File Attachments

---

1) [IMG\\_20210727\\_205016\\_edit\\_223118480205016.jpg](#), downloaded 1243 times



2) [IMG\\_20210727\\_204825\\_edit\\_223028535333675.jpg](#), downloaded  
1221 times



3) [IMG\\_20210727\\_204916\\_edit\\_223050168114922.jpg](#), downloaded 1241 times



Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 27 Jul 2021 22:15:26 GMT

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

---

Danke für die Fotos. Na das sieht doch schon mal noch ganz gut aus. :nod: :thumbup:  
Merkst du gerade dass der Status sich in letzter Zeit verschlechtert, fallen viele Haare aus?  
( Muß dein Eingangsposting nochmals durchlesen)

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Wed, 28 Jul 2021 06:36:34 GMT

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

---

Sonic Boom schrieb am Wed, 28 July 2021 00:15: Danke für die Fotos. Na das sieht doch schon mal noch ganz gut aus. :nod: :thumbup:

Merkst du gerade dass der Status sich in letzter Zeit verschlechtert, fallen viele Haare aus?  
( Muß dein Eingangsposting nochmals durchlesen)

Danke für deine Antwort. Ja, derzeit dünnt sich das Haar gefühlt wöchentlich weiter aus.  
Ich kann aber nicht einschätzen, ob ich wirklich viele Haare verliere oder ob die vorhandenen immer dünner werden...

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [SirRagusa](#) on Wed, 28 Jul 2021 20:11:46 GMT

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

---

Wenn du doch schon 40 bist und noch so relativ volle Haare hast gehts doch wohl eher sehr schleichend bei dir. Und wenn du ohnehin Darmprobleme hast, würde ich bestimmt kein finasterid oder dutasterid einwerfen (das sind eigentlich die einzigen Substanzen die wirken).  
Wenn das Geld verfügbar sein sollte würde ich daher bei einer guten Adresse eine haartransplantation machen. Lass dich doch mal beraten

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Thu, 29 Jul 2021 10:39:18 GMT

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

---

Über eine Transplantation habe ich schon häufiger nachgedacht. Allerdings immer mit dem Ergebnis, dass es nicht in Frage kommt. Häufig denke ich... mach doch einfach kurz und gut ist.  
Ich denke, dass es eine große Erleichterung sein kann.

Aber ich muss sagen, dass Streuhaar echt wunderbar kaschieren kann. Auch, wenn es mir immer wie ein Altherren-Trick vorkommt :lol:

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

---



Posted by [Sonic Boom](#) on Thu, 29 Jul 2021 14:35:22 GMT

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

---

Vill: Ich würde den Status mit topischen Mitteln versuchen zu halten. Hin und wieder ist dann auch ne leichte Verdichtung der Haare mit dabei. :thumbup:

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Thu, 29 Jul 2021 19:03:51 GMT

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

---

Sonic Boom schrieb am Thu, 29 July 2021 16:35Vill: Ich würde den Status mit topischen Mitteln versuchen zu halten. Hin und wieder ist dann auch ne leichte Verdichtung der Haare mit dabei. :thumbup:

Danke, kannst du zusätzlich zum Regaine etwas empfehlen? Was hältst du von Rezilin und Thiocyn? Habe mir gestern Ket Shampoo bestellt, weil ich hier darüber gelesen habe...

<https://www.docmorris.de/ketozolin-2/02837759>

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [cyclonus](#) on Fri, 30 Jul 2021 10:20:04 GMT

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

---

Ich finde ja, das muss kürzer, so sieht es doch etwas verlottert aus :d

Ich habe noch deutlich mehr Haare, aber ab einer gewissen Länge wird es einfach auch so fusselig lockig, ich finde, dann sieht es einfach nicht mehr präsentabel aus.

Ohne wirkungsvolle Mittel ist wohl leider absehbar, dass es irgendwann einfach zu dünn wird, man sieht ja doch schon einiges an Kopfhaut trotz längeren Haaren. Versuch ist Ket bei mildem Haarausfall wert (entweder als Shampoo und lange einwirken lassen, oder eben eine der selbstgemixten Lotionen aus dem Shampoo), aber ab einer gewissen Aggressivität der AGA ist ja leider oft ohne Finasterid kein Land zu machen.

Rezilin und Thiocyn

halte ich ehrlich gesagt für absolute Geldverschwendung. Außer Fin/Minox/Ket und eventuell RU gibt es nichts "normales"(experimenteller Chinakram, Antiandrogene etc. mal abgeschlossen, bevor man da ran geht, erstmal Fiin probieren), was irgendwie großartig Wirksamkeit bewiesen hätte.

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Sonic Boom](#) on Fri, 30 Jul 2021 10:43:05 GMT

---

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

---

Zitat:Außer Fin/Minox/Ket und eventuell RU gibt es nichts "normales"  
Das sind so die Standardmittel, die wir Tag täglich durchkauen. [Manche verwenden auch noch dut. ] Einen Dermaroller kannst noch dazu nehmen.

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [haarindersuppe](#) on Fri, 30 Jul 2021 18:00:02 GMT

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

---

Villabajo schrieb am Thu, 29 July 2021 21:03Sonic Boom schrieb am Thu, 29 July 2021 16:35Vill:  
Ich würde den Status mit topischen Mitteln versuchen zu halten. Hin und wieder ist dann auch ne leichte Verdichtung der Haare mit dabei. :thumbup:  
Danke, kannst du zusätzlich zum Regaine etwas empfehlen? Was hältst du von Rezilin und Thiocyn? Habe mir gestern Ket Shampoo bestellt, weil ich hier darüber gelesen habe...

<https://www.docmorris.de/ketozolin-2/02837759>

Bei Minoxidil definitiv Microneedling

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Tue, 03 Aug 2021 15:00:53 GMT

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

---

cyclonus schrieb am Fri, 30 July 2021 12:20Ich finde ja, das muss kürzer, so sieht es doch etwas verlottert aus :d

Ich habe noch deutlich mehr Haare, aber ab einer gewissen Länge wird es einfach auch so fusselig lockig, ich finde, dann sieht es einfach nicht mehr präsentabel aus.

Ohne wirkungsvolle Mittel ist wohl leider absehbar, dass es irgendwann einfach zu dünn wird, man sieht ja doch schon einiges an Kopfhaut trotz längeren Haaren. Versuch ist Ket bei mildem Haarausfall wert (entweder als Shampoo und lange einwirken lassen, oder eben eine der selbstgemixten Lotionen aus dem Shampoo), aber ab einer gewissen Aggressivität der AGA ist ja leider oft ohne Finasterid kein Land zu machen.

Rezilin und Thiocyn

halte ich ehrlich gesagt für absolute Geldverschwendung. Außer Fin/Minox/Ket und eventuell RU gibt es nichts "normales"(experimenteller Chinakram, Antiandrogene etc. mal abgeschlossen, bevor man da ran geht, erstmal Fiin probieren), was irgendwie großartig Wirksamkeit bewiesen hätte.

Danke für das Feedback. Jo, ich habe auf den Fotos auch die ungeschönte Wahrheit gezeigt. Erstaunlicherweise kann man das mit Styling noch ziemlich gut hinbekommen. Ich habe meine Familie gebeten, mir zu sagen, wenn es lächerlich aussieht... :lol:

---

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Tue, 03 Aug 2021 15:02:18 GMT

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

---

Sonic Boom schrieb am Fri, 30 July 2021 12:43Zitat:Außer Fin/Minox/Ket und eventuell RU gibt es nichts "normales"

Das sind so die Standardmittel, die wir Tag täglich durchkauen. [Manche verwenden auch noch dut. ] Einen Dermaroller kannst noch dazu nehmen.

Kann man da einen bestimmten Dermaroller empfehlen? Bzw. gibt es eine seriöse Anleitung, wie man das Rollen korrekt durchführt?

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Tom10](#) on Tue, 03 Aug 2021 17:48:24 GMT

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

---

Man sieht schon dass es dünner wird. Aber Status noch recht ansehnlich für 40. Ansonsten gibst ja noch die Mittel aus der 2. Reihe: PRP, Laser Cap oder Vitamine.

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Tom10](#) on Tue, 03 Aug 2021 17:59:19 GMT

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

---

Villabajo schrieb am Tue, 03 August 2021 17:02Sonic Boom schrieb am Fri, 30 July 2021 12:43Zitat:Außer Fin/Minox/Ket und eventuell RU gibt es nichts "normales"

Das sind so die Standardmittel, die wir Tag täglich durchkauen. [Manche verwenden auch noch dut. ] Einen Dermaroller kannst noch dazu nehmen.

Kann man da einen bestimmten Dermaroller empfehlen? Bzw. gibt es eine seriöse Anleitung, wie man das Rollen korrekt durchführt?

nein kann man nicht. macht die haut kaputt

---

Subject: Aw: Neues Mitglied mit 11 Jahren Haarausfallerfahrung :)

Posted by [Villabajo](#) on Thu, 05 Aug 2021 19:48:23 GMT

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

---

Tom10 schrieb am Tue, 03 August 2021 19:59Villabajo schrieb am Tue, 03 August 2021 17:02Sonic Boom schrieb am Fri, 30 July 2021 12:43Zitat:Außer Fin/Minox/Ket und eventuell RU gibt es nichts "normales"

Das sind so die Standardmittel, die wir Tag täglich durchkauen. [Manche verwenden auch noch dut. ] Einen Dermaroller kannst noch dazu nehmen.

Kann man da einen bestimmten Dermaroller empfehlen? Bzw. gibt es eine seriöse Anleitung, wie man das Rollen korrekt durchführt?

---

nein kann man nicht. macht die haut kaputt  
ja, das denke ich auch... Es heißt immer, Vernarbungen sind das Schlimmste, was der Kopfhaut passieren kann und dann soll man sich auch noch freiwillig verletzen...

---