

---

Subject: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Marcella](#) on Thu, 28 Oct 2021 22:31:42 GMT

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

---

Guten Tag liebe Forengemeinde,

ich habe ein paar Probleme mit meinen Haaren. Ich bin jetzt 60 geworden und merke, dass meine Haare immer dünner werden. Dies ist allgemein und tritt überall auf - an den Seiten, am Oberkopf, am Hinterkopf;

Aktuell ist es noch gut ertragbar, allerdings sehe ich durch meine 90 jährige Mutter (die bis zum 60. Lebensjahr einen ähnlichen Verlauf wie ich hatte), wohin die Reise geht. Sie hat jetzt extrem dünnes Haar - so sehr, dass sie optisch fast eine Glatze hat.

Zusätzlich habe ich das Problem, dass im am Hinterkopf unten Haare habe, die nur noch einige Zentimeter wachsen (geschätzt 10cm) - dadurch entsteht manchmal ein Loch in meiner Frisur, was mich ebenfalls sehr stört.

Ich habe vor circa 4 Monaten mit Minoxidil und 5mg Finasterid angefangen. Finasterid ist bei Frauen noch sehr wenig erforscht, aber ich habe gehört, dass Frauen eine höhere Dosis (nicht wie Männer mit 1mg) benötigen, um Ergebnisse zu erzielen; Da ich in der Menopause bin ist dies auch gefahrenlos möglich;

Nun wollte ich euch fragen, was ihr mir raten würdet? Sollte ich ein Blutbild machen? Wenn ja, welche Werte sollte ich explizit testen lassen? Welche Maßnahmen müsste ich sonst noch ergreifen?

Anbei die Bilder meiner jetzigen Situation

LG

---

#### File Attachments

1) [IMG-20211029-WA0003.jpg](#), downloaded 320 times

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Marcella](#) on Thu, 28 Oct 2021 22:32:09 GMT

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

---

---

#### File Attachments

1) [IMG-20211029-WA0002.jpg](#), downloaded 249 times

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Marcella](#) on Thu, 28 Oct 2021 22:32:30 GMT

---

## File Attachments

1) [IMG-20211029-WA0000.jpg](#), downloaded 240 times

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Sonic Boom](#) on Fri, 29 Oct 2021 05:41:30 GMT

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

---

Hi!

5 mg Finasterid.... Alter Freund. Das ist ja wirklich eine gepfefferte Ladung! 80 Schade, wir hatten vor Jahren hier eine Userin (Karin's Finasterid Tagebuch), die auch Fin nahm. Leider hat sie irgendwann aufgehört, ihren Thread zu aktualisieren.

<https://www.alopezie.de/fud/index.php/t/28618/>

Mein erster Eindruck, als ich deine Bilder sah: Du hast zum Glück ( noch) ne gewaltige Mähne. :thumbup:

Hoffe meine Foren-Kollegen/ innen äußern sich auch noch dazu. :)

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [blub10](#) on Fri, 29 Oct 2021 06:01:15 GMT

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

---

Ich verstehe nichts

Den Bildern zufolge hast du tolles Haar. Wie sieht sie Haarlinie und Oberkopf aus?

Ich würde definitiv die Finger von FIN an deiner Stelle lassen. Gesundheit sollte die 1. Prio haben und mit Hormonen sollte man nicht rumspielen

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [mike.](#) on Fri, 29 Oct 2021 10:59:57 GMT

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

---

Wie kann man da glücklich leben.. In der Post menopause.

Ich habe das nicht ausgehalten und mit E2 und P4 entgegen gewirkt.

Das hilft schonmal den Haaren sehr gut

Die Schilddrüse sollte auch optimal mit jod versorgt werden.

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Marcella](#) on Sat, 30 Oct 2021 21:08:58 GMT

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

---

Vielen Dank für eure Antworten - ich hatte schon vor einiger Zeit hier einen Forenbeitrag eröffnet, wo mir 5 mg Finasterid empfohlen wurde. Leider habe ich die Zugangsdaten nicht mehr... Auch hier

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7060023/>

oder hier

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3746222/>

scheint 5mg effektiv zu sein. Welche anderen Alternativen habe ich denn? Oder ist es möglich mit Minoxidil alleine den Haarausfall aufzuhalten? @mike: Könnte mir E2 und P4 bei Haarausfall helfen? Habe Angst weil es doch noch mehr in den Hormonhaushalt eingreift als Finasterid?

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [mike.](#) on Sat, 30 Oct 2021 22:09:50 GMT

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

---

Ja, E2 und P4 (vorallem E2) hilft am besten gegen AGA.

Du kannst ja die hormonwerte etwa so einstellen...

180 pg/ml E2 u.

1 ng/ml P4

Das ist dauerhaft sehr angenehm (zumindest bei mir) und macht die haare dichter...

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Patrick\\_Bateman](#) on Sat, 30 Oct 2021 23:43:02 GMT

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

---

mike. schrieb am Sun, 31 October 2021 00:09Ja, E2 und P4 (vorallem E2) hilft am besten gegen AGA.

Du kannst ja die hormonwerte etwa so einstellen...

180 pg/ml E2 u.

1 ng/ml P4

---

Das ist dauerhaft sehr angenehm (zumindest bei mir) und macht die haare dichter...

Ich muss da jetzt mal ehrlich fragen Mike, wie kann man als Mann denn mit einem Östrogenwert von 180 pg/ml funktionieren? Das ist 4 mal soviel wie der maximale Referenzbereich. Und wie bekommst das denn überhaupt so hoch?  
Hast du da Beschwerden die mit dem hohen Östrogen?

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [mike.](#) on Sun, 31 Oct 2021 09:37:15 GMT

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

---

Patrick\_Bateman schrieb am Sun, 31 October 2021 01:43mike. schrieb am Sun, 31 October 2021 00:09Ja, E2 und P4 (vorallem E2) hilft am besten gegen AGA.

Du kannst ja die hormonwerte etwa so einstellen...

180 pg/ml E2 u.  
1 ng/ml P4

Das ist dauerhaft sehr angenehm (zumindest bei mir) und macht die haare dichter...

Ich muss da jetzt mal ehrlich fragen Mike, wie kann man als Mann denn mit einem Östrogenwert von 180 pg/ml funktionieren? Das ist 4 mal soviel wie der maximale Referenzbereich. Und wie bekommst das denn überhaupt so hoch?

Hast du da Beschwerden die mit dem hohen Östrogen?

Ich lebe androgyn.

Für einen normalen Mann wäre es nicht ideal... Ich habe auch keine Ahnung wie ein Mann "eingestellt" sein muss, damit alles funktioniert und die Haare bleiben...Ich dachte ich wüsste es, mehrere User haben kaum Erfolg im Bereich der männlichen Chemie...

Es bleibt immer zum Schluss die Entscheidung ob E2 oder Glatze übrig... Leider.

Diese weiblichen Werte erachte ich als perfekt für kopfhaare und allgemeines Wohlbefinden.

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Marcella](#) on Sun, 31 Oct 2021 22:24:45 GMT

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

---

Hi mike,

danke für deine liebe Antwort und die Infos.

Sind E2 und P4 effektiver als Finasterid? Wie würde ich E2 und P4 nehmen? Gibt es das als Spritze, oral oder als Creme?

Vor allem: Wie kann ich den Spiegel konstant halten? Muss ich dann alle 2 Wochen Blut analysieren lassen? :| :| Und wie bekomme ich das verschrieben?

Schönes Wochenende :) :)

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Shibalnu](#) on Sun, 31 Oct 2021 22:33:49 GMT

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

---

Wie kommst du auf 180 pg/ml E2 ?

Mit ein oder zwei Hub Gel auf die Arme wird das wohl kaum möglich sein , ausser man vermurkst seine Blutabnahme.

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [mike.](#) on Sun, 31 Oct 2021 23:39:04 GMT

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

---

Marcella schrieb am Sun, 31 October 2021 23:24Hi mike,

danke für deine liebe Antwort und die Infos.

Sind E2 und P4 effektiver als Finasterid? Wie würde ich E2 und P4 nehmen? Gibt es das als Spritze, oral oder als Creme?

Vor allem: Wie kann ich den Spiegel konstant halten? Muss ich dann alle 2 Wochen Blut analysieren lassen? :| :| Und wie bekomme ich das verschrieben?

Schönes Wochenende :) :)

3x tgl nehme ich jeweils 1/2 hub e2-gel transdermal an verschiedenen Körperstellen.

Das hält messbar zwischen 150 und 250 pg/ml E2

P4 abends 100mg sublingual speichert der Körper.. Irgendwann hat man konstant ca 2 oder 3 ng/ml messbar im Blut... Egal zu welcher Tageszeit.

Finasterid macht ganz was anderes und raubt in der Post menopause noch mehr Allopregnanolon im ZNS... Das raubt dir unter anderem den Schlaf, Melatonin und Cortisol... Was erst recht die

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Shibalnu](#) on Sun, 31 Oct 2021 23:50:32 GMT

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

---

150 pg/ml+ mit nur insgesamt knapp 2mg Gel halte ich für unmöglich.

Was nimmst du da? Gynokadin Gel ? Selbst mit Estreva 0,1% kommst du nicht in solche regionen.

Was bedeutet denn verschiedenen Körperstellen? Oder machst du scrotal application only? dann könnte ich dir glauben ;)

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Marcella](#) on Mon, 01 Nov 2021 11:15:49 GMT

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

---

Hallo zusammen,

gibt es denn Studien, die belegen würden, dass die Einnahme von Finasterid bei Frauen das DHT sogar erhöht?? :frage: :frage: :frage: Das erscheint mir unlogisch und würde doch auch den Studien widersprechen, dass 5 mg Finasterid bei Frauen zu helfen scheint

Aber gerne kann ich mal in Richtung E2 und P4 experimentieren - wie bekomme ich sowas am besten verschrieben?

LG

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [hallowelt](#) on Mon, 01 Nov 2021 13:13:25 GMT

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

---

Für Frauen konnte keine erbliche Komponente bzgl Haarausfall festgestellt werden.

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [mike.](#) on Mon, 01 Nov 2021 15:31:57 GMT

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

---

Marcella schrieb am Mon, 01 November 2021 12:15Hallo zusammen,

gibt es denn Studien, die belegen würden, dass die Einnahme von Finasterid bei Frauen das DHT sogar erhöht?? :frage: :frage: :frage: Das erscheint mir unlogisch und würde doch auch den Studien widersprechen, dass 5 mg Finasterid bei Frauen zu helfen scheint

Aber gerne kann ich mal in Richtung E2 und P4 experimentieren - wie bekomme ich sowas am

---

besten verschrieben?

LG

Am ehesten von einem guten Gynäkologen, Endokrinologen oder manchmal Hausarzt.

Ich bekomme es vom Hausarzt verschrieben.

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Marcella](#) on Wed, 03 Nov 2021 19:10:03 GMT

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

Vielen Dank.

Ich mache einen Termin und werde gerne berichten :) :)

Schönen Abend euch allen

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [CatMan](#) on Thu, 04 Nov 2021 12:03:02 GMT

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

Was bitte ist E2 und P4?

Meine Mutter hat auch eine Glatze, was ich bei ihr aber auf Nährstoffmangel zurückführe. Beim Mann soll es auf den Großvater mütterlicherseits ankommen. Meiner hatte bis zuletzt so kräftiges lückenloses Haar was ich noch nie bei einem alten Menschen sonst gesehen habe.

Ich habe Erfolg beim Haarausfall mit L-Lysin und Sägepalmextrakt. Es hemmt wohl tatsächlich das DHT.

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Oceanboy](#) on Thu, 04 Nov 2021 23:36:06 GMT

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

Es gibt von Prof. Trüeb (Haarspezialst) ein Buch für Haarausfall der Frau. Ist ziemlich dick und leider ziemlich teuer. Nur so als Idee...

Lg Ocean

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Sonic Boom](#) on Fri, 05 Nov 2021 06:18:42 GMT

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

---

Zitat:Es gibt von Prof. Trüeb (Haarspezialst)

Was empfiehlt denn dieser „Dr. Haarspezialist“ für Mittel gegen die AGA? Das würde mich mal interessieren. Oder anders gefragt, WAS macht ihn eigentlich zum Haarspezialisten? :)

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [mike.](#) on Fri, 05 Nov 2021 09:14:22 GMT

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

---

Oceanboy schrieb am Fri, 05 November 2021 00:36Es gibt von Prof. Trüeb (Haarspezialst) ein Buch für Haarausfall der Frau. Ist ziemlich dick und leider ziemlich teuer. Nur so als Idee...

Lg Ocean

Habe ich alles zuhause und gelesen

Ist nix neueres oder besseres drin als eh schon auf alopezie.de steht :lol:

Das meiste an informationen und praktische Erfahrungen über AGA steht wohl hier in diesem forum und auf HLT

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 09 Nov 2021 12:15:02 GMT

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

---

Sonic Boom schrieb am Fri, 05 November 2021 07:18Zitat:Es gibt von Prof. Trüeb (Haarspezialst)

Was empfiehlt denn dieser „Dr. Haarspezialist“ für Mittel gegen die AGA? Das würde mich mal interessieren. Oder anders gefragt, WAS macht ihn eigentlich zum Haarspezialisten? :)

Hi Sonic. Er hat halt 20 Jahre die Haarsprechstunde an der Universitätsklinik Zürich geleitet. Ich sage ja nicht, dass er mehr weiss..

Er empfahl mir Dutasterid und als ich sagte das ginge psychisch nicht, meinte er Topisches Fin

---



0.25/Minox 5%, was ich jetzt mache.

Lg Ocean

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Oceanboy](#) on Tue, 09 Nov 2021 12:15:54 GMT

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

---

mike. schrieb am Fri, 05 November 2021 10:14Oceanboy schrieb am Fri, 05 November 2021 00:36Es gibt von Prof. Trüeb (Haarspezialst) ein Buch für Haarausfall der Frau. Ist ziemlich dick und leider ziemlich teuer. Nur so als Idee...

Lg Ocean

Habe ich alles zuhause und gelesen

Ist nix neueres oder besseres drin als eh schon auf alopezie.de steht :lol:

Das meiste an informationen und praktische Erfahrungen über AGA steht wohl hier in diesem forum und auf HLT

das ist gut möglich 8)

---

---

Subject: Aw: Mutter Glatze - wie kann ich meinem Schicksal entgehen?

Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 10 Nov 2021 13:20:30 GMT

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

---

Ocean: Ich finde es schon heftig, dass dir der Arzt für deinen mega Haarstatus Dutasterid empfiehlt. Ich persönlich würde das Zeug gar net anrühren!

[ Und deine leicht ausgedünnten Ecken sind trotzdem gut! Eine leichte Verschlechterung in dem Bereich muß einfach mit-einkalkulieren, auch wenn du jetzt KEINE AGA hättest.

Mit 30+ ist das wirklich normal, das man die Ecken nicht mehr so hat, wie mit 14.

Sieht dann ab einem gewissen Alter einfach komisch aus. Also mach dir keine Sorgen, dein Status ist top.] :thumbup:

---