
Subject: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [nosteam](#) on Mon, 14 Feb 2022 21:41:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

Ich habe mit Dermaroller angefangen mit der Nadellänge 0.5 mm 2x die Woche. Die Kopfhaut wird hierbei für eine kurze Zeit nur leicht rot - kein Blut. Ich frage mich nur, ob das die richtige Länge ist? Ich habe viele Empfehlungen zwischen 0.2-2mm gelesen. Ich möchte den vorhandenen Haaren natürlich nicht schädigen. Was wäre denn die richtige Länge und wie oft sollte ich es anwenden? Minoxidil möchte ist vorerst nicht anwenden, da ist mir der Aufwand sehr hoch.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Andree](#) on Mon, 14 Feb 2022 22:06:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier im Forum wird eine Länge von 1,5- 2mm empfohlen. Andere Seiten empfehlen 0,5mm - wahrscheinlich liegt irgendwo dazwischen die richtige Größe und ist vermutlich auch individuell.

Ist doch gut wenn sich die Haut nur leicht rötet und kein Blut austritt. Hier im Video schön zu sehen <https://www.youtube.com/watch?v=PbKjr33LsJo&t=300s>

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [markd](#) on Tue, 15 Feb 2022 09:03:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es haben sich eigentlich zwei Ansätze herausgebildet:

- mehrmaliges Rollen mit 0,25 - 1,5 mm. Hier geht es meist um die reine Aufnahme mit topischen Stoffen (meist Minox, aber auch topisches Fin, Zix, Rosmarinöl...) zu verbessern. Die meisten machen dies in Verbindung mit Skalp-Massagen.

- 0,8mm alle 14 Tage + Minox an den anderen. Das ist der Weg, den Follicla geht. Ziel ist die Neogenese (Wnt/ β -catenin Weg).

Für die Methode braucht man einen Dermapen. Es soll einerseits den noch vorhandenen Follikeln erleichtert werden, die harte obere Schicht leichter zu durchdringen und die "eingeschlafenen" Follikel sollen angeregt werden. Quasi eine Übertragung von Informationen von starken Haaren zu den schwächeren.

Folliclas Entdeckung ist, dass nicht die Haarzwiebeln stimuliert werden müssen, sondern der höhere Bereich, Wichtig ist hier auch die Ruhephase von 10 bis ideal 14 Tage einzuhalten.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [el huevo](#) on Tue, 15 Feb 2022 09:37:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wer 0,8mm stampen will, könnte bei Resthaar noch etwas draufschlagen, vielleicht 0,25mm.
Bei Dreadlocks etwa 50mm. Also insgesamt 50,8mm :d

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 15 Feb 2022 12:45:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Wichtig ist hier auch die Ruhephase von 10 bis ideal 14 Tage einzuhalten.
Da wäre ich mir nicht so sicher!
Genau das machen ja die meisten und
haben keine Erfolge.

Das andere Konzept, möglichst oft zu rollern,
scheint deutlich bessere Erfolge aufweisen
zu können.

AGA ist eine Durchblutungsstörung.
Demnach ist es wichtig, die Kopfhaut
permanent top durchblutet zu halten.
Wenn deine Kopfhaut nach dem rollern
14 Tage lang gerötet ist- OK.
Aber wenn die Kopfhaut bereits
nach 5 Tagen komplett abgeheilt ist
und auch nicht mehr rot ist:
Wozu dann noch 9 Tage warten?
Während dieser 9 Tage hätte
die Kopfhaut dann eine
schlechte Durchblutung.
Auch weiß ich nicht, warum man
direkt nach dem Dermaroller
kein Minox auftragen soll.
Minox wird ja sogar oral
von einigen angewandt. Wenn
also geringe Mengen ins Blut
gehen sollten, wäre das
kein Problem.

Ich selbst hatte mit dem 1,5 mm Dermaroller
nie Erfolg. Nicht mal Flaumhaar. Nichts!
Ich habe eine Studie über den Dermaroller,
welcher bei sehr geringer Nadellänge
(ich glaube 0,5 mm) die besten Ergebnisse

brachte.

Ich mache es jetzt aber ganz anders:

Ich verwende einen Derma-Pan
und zerkratze mir damit die Kopfhaut
wie die Krallen einer Katze.

Das führt zu einer Schürfwunde.

Und die heilt auch deutlich länger
ab, als andere Wunden.

Ich würde das nicht starr nach
Tagen machen wie z.B. alle 14 Tage,
sondern immer so lange warten,
bis die Kopfhaut verheilt ist.

Das kann 3 Tage sein oder 30 Tage.

Das ist doch bei jedem anders.

An den Thread-Ersteller:

Warum willst du denn GAR nichts auftragen?

Minox verstehe ich. Das Zeug mag nicht jeder.

Aber warum nicht Hinoki-Öl?

Das stimuliert IGF-1 und VEGF sogar deutlich
stärker als Minox!

Auch Arginin (macht Vasodilatation + VEGF)

und die Ricinolsäure aus Rizinusöl

wären sehr interessante Kandidaten.

Ich habe eine Studie, wonach die Haarfollikel-
Neogenese schlecht funktioniert, wenn
zu viel PGD2 in der Kopfhaut ist.

Ricinolsäure blockt nicht nur PGD2,
sondern erhöht sogar das PGE2, welches
für das Haarwachstum so wichtig ist.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [markd](#) on Tue, 15 Feb 2022 14:21:40 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 February 2022 13:45Zitat:Wichtig ist hier auch die
Ruhephase von 10 bis ideal 14 Tage einzuhalten.

Da wäre ich mir nicht so sicher!

Genau das machen ja die meisten und
haben keine Erfolge.

Das andere Konzept, möglichst oft zu rollern,
scheint deutlich bessere Erfolge aufweisen
zu können.

Ich habe im zweiten Ansatz nur den Weg von Follicla wiedergegeben. Und da waren eben ihre
zwei wichtigsten Erkenntnisse nach mehreren Jahren und Studien : alle 2 Wochen und nicht zu

tief, am besten 0,8, max. 1 mm. Unterbricht man den aktivierten Wachstumspfad zu häufig, beginnt dieser wieder von vorne und erreicht nicht das Ende Regenerationspfades. Die Störung des Gewebes braucht laut ihnen halt diese ~14 Tage Zeit um sich auf natürliche und vollständige Weise wiederherzustellen.

Ab 9:30 <https://youtu.be/1xgMfk0I94U>

Mit einer Finasterid/Minox Lotion (Happy Head) ist sogar bei manchen Neuwuchs auf zuvor kahlem Kopf möglich.

https://www.reddit.com/r/tressless/comments/sktgz7/pretty_much_bald_47yearold_trying_things_happy/

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Nomadd](#) on Tue, 15 Feb 2022 15:11:10 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 February 2022 13:45
AGA ist eine Durchblutungsstörung.

Kevin Mann hätte seinen Spass an dir... :lol:

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 15 Feb 2022 19:43:46 GMT

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

Zitat:Ich mache es jetzt aber ganz anders:

Ich verwende einen Derma-Pan
und zerkratze mir damit die Kopfhaut
wie die Krallen einer Katze.

Das führt zu einer Schürfwunde.

Und die heilt auch deutlich länger
ab, als andere Wunden.

Ich würde das nicht starr nach
Tagen machen wie z.B. alle 14 Tage,
sondern immer so lange warten,
bis die Kopfhaut verheilt ist.

Und für was der ganze schmerzvolle Vorgang?
Was soll das bringen?????

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 15 Feb 2022 19:47:20 GMT

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

5HT2 schrieb am Tue, 15 February 2022 16:11
Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 February 2022 13:45
AGA ist eine Durchblutungsstörung.

Kevin Mann hätte seinen Spass an dir... :lol:
Gibt genug Studien dazu.
Was glaubst du, warum das AGA-Muster so ist wie es ist?
Die Haare gehen dort aus, wo die Spannung am höchsten ist.
Dazu gibt es bereits Studien.
Wie wäre es, Dich lieber mal weiterzubilden, statt dumme Sprüche zu klopfen?
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26622151/>

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [nosteam](#) on Tue, 15 Feb 2022 21:10:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich möchte nichts Auftragen, da sich die Haare fettig anfühlen. Ich nutze außerdem streuhaar. Ich müsste immer wieder die Haare waschen - 2 mal am Tag.
Ich möchte mit Dermaroller schauen, ob sich nach einer gewissen Zeit etwas tut, wenn ich da leichte Erfolge sehe kann ich nochmal überlegen ob ich z b minox hinzufüge.
Finasterid habe ich über 8 Monaten eingenommen, 0 Wirkung.
Koffein/teein über 6 Monate verzichtet, 0 Wirkung.
Nun möchte ich dermaroller only versuchen - wobei ich immernoch nicht genau weiß, welche Nadellänge optimal wäre.
Wenn ich hierbei auch keine Erfolge sehe, überlege ich eine ht in etwa einem Jahr.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Patrick_Bateman](#) on Wed, 16 Feb 2022 08:48:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

5HT2 schrieb am Tue, 15 February 2022 16:11
Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 February 2022 13:45
AGA ist eine Durchblutungsstörung.

Kevin Mann hätte seinen Spass an dir... :lol:
Mit Norwood braucht man nicht argumentieren, dieser Mensch ist so festgefahren in seiner Meinung das jeder gute Ratschlag, auch solche die nichts mit seinen verhassten Medikamenten wie Fin, Dut, RU, Ket etc. zu tun hat, grundlegend ablehnt wird.

Jemand der trotz eigenem, heftigen jahrelangen Haarausfall und NW7 noch immer behauptet das Haarausfall keine hormonellen Hintergründe habe obwohl Millionen von Männern mit DHT Hemmern und Antiandrogeneren ihre Haare halten oder zurückholen und mit einfachen Methoden wie Microneedling Ergebnisse noch verbessern konnten kann man nicht ernst nehmen.

Alle HA geplagten Männer weltweit wären glatzig wenn man auf seine Methoden hören würde.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 16 Feb 2022 08:54:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Mit Norwood braucht man nicht argumentieren, dieser Mensch ist so festgefahren in seiner Meinung das jeder gute Ratschlag, auch solche die nichts mit seinen verhassten Medikamenten wie Fin, Dut, RU, Ket etc. zu tun hat, grundlegend ablehnt wird.

Jemand der trotz eigenem, heftigen jahrelangen Haarausfall und NW7 noch immer behauptet das Haarausfall keine hormonellen Hintergründe habe obwohl Millionen von Männern mit DHT Hemmern und Antiandrogeneren ihre Haare halten oder zurückholen und mit einfachen Methoden wie Microneedling Ergebnisse noch verbessern konnten kann man nicht ernst nehmen.

Alle HA geplagten Männer weltweit wären glatzig wenn man auf seine Methoden hören würde. :thumbup: :thumbup: :thumbup:

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [el huevo](#) on Wed, 16 Feb 2022 12:22:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 February 2022 13:45]

Zitat:

Ich mache es jetzt aber ganz anders:

Ich verwende einen Derma-Pan
und zerkratze mir damit die Kopfhaut
wie die Krallen einer Katze.

Das führt zu einer Schürfwunde.

Und die heilt auch deutlich länger
ab, als andere Wunden.

Ich würde das nicht starr nach
Tagen machen wie z.B. alle 14 Tage,
sondern immer so lange warten,
bis die Kopfhaut verheilt ist.

Das kann 3 Tage sein oder 30 Tage.

Das ist doch bei jedem anders.

Bloß nicht nachmachen. Garantie auf Narbengewebe!
x(x(x(

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Andree](#) on Wed, 16 Feb 2022 13:01:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[/quote]
Bloß nicht nachmachen. Garantie auf Narbengewebe!
x(x(x([/quote]

:thumbup: Wer sich aus kosmetischen Gründen so selbst verletzt sollte sich bei einem Psychologen vorstellen.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Nomadd](#) on Wed, 16 Feb 2022 13:53:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 February 2022 20:47:55
February 2022 16:11
Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 February 2022 13:45
AGA ist eine Durchblutungsstörung.

Kevin Mann hätte seinen Spass an dir... :lol:
Gibt genug Studien dazu.
Was glaubst du, warum das AGA-Muster so ist wie es ist?
Die Haare gehen dort aus, wo die Spannung am höchsten ist.
Dazu gibt es bereits Studien.
Wie wäre es, Dich lieber mal weiterzubilden, statt dumme Sprüche zu klopfen?
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26622151/>

Studien von Losern, welche in der wissenschaftlichen Community nix zu melden haben.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 07 May 2024 17:49:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Je länger die Nadel, desto mehr Haare:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38057943/>

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 08 May 2024 00:42:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sonic Boom schrieb am Wed, 16 February 2022 09:54Zitat:Mit Norwood braucht man nicht argumentieren, dieser Mensch ist so festgefahren in seiner Meinung das jeder gute Ratschlag, auch solche die nichts mit seinen verhassten Medikamenten wie Fin, Dut, RU, Ket etc. zu tun hat, grundlegend ablehnt wird.

Jemand der trotz eigenem, heftigen jahrelangen Haarausfall und NW7 noch immer behauptet das Haarausfall keine hormonellen Hintergründe habe obwohl Millionen von Männern mit DHT Hemmern und Antiandrogenen ihre Haare halten oder zurückholen und mit einfachen Methoden wie Microneedling Ergebnisse noch verbessern konnten kann man nicht ernst nehmen.

Alle HA geplagten Männer weltweit wären glatzig wenn man auf seine Methoden hören würde. :thumbup: :thumbup: :thumbup:

:arrow: Ich habe mit Norwood andere Erfahrungen gemacht. Dieses Forum neigt dazu, wie eine Schulklasse, einen Aussenseiter zu haben. Hier kann sich jeder hinter seinem Profilbild verstecken...

Norwood hat manchmal etwas irre Ideen, aber sehr vieles, was er sagt, stimmt. Da gibt es kaum Zweifel. Zum Beispiel über die Ernährung. Oder über das Histamin. Wenn er mit Finasterid etc. nichts zu tun haben will, ist das seine Entscheidung. Doch ich erachte seinen Approach als Add-on zu den gängigen Mittel wie in meinem Fall Minox/Fin topisch.

Ich nehme an von ihm, was ich brauche, und dafür bin ich dankbar. Den Rest verurteile ich nicht. Sondern lass ihn leben. Jeder Mensch hat das Recht, würdevoll behandelt zu werden. Auch in einem anonymen Forum.

Hier gibt es Leute, die meinen, alles zu wissen. Doch das weiss nun mal keiner.

Cheers,
OC8AN

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [buttkeis](#) on Wed, 08 May 2024 06:19:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab mit 0.5 gestartet und bin auf 1mm. Alles was darüber War, brachte Shedding. Mittlerweile Rolle ich nur alle 3 bis 4 Wochen, So hatte ich zusätzlich in dee Haarline Bewuchs zusammen mit Stemox und Rosmarinöl. Aber einige hatten eher Erfolg mit 1.5 bis 2.0. Es kommt drauf an, wie dein Kopf reagiert.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [oakley](#) on Wed, 08 May 2024 11:18:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Wed, 08 May 2024 02:42Sonic Boom schrieb am Wed, 16 February 2022 09:54Zitat:Mit Norwood braucht man nicht argumentieren, dieser Mensch ist so festgefahren in seiner Meinung das jeder gute Ratschlag, auch solche die nichts mit seinen verhassten Medikamenten wie Fin, Dut, RU, Ket etc. zu tun hat, grundlegend ablehnt wird.

Jemand der trotz eigenem, heftigen jahrelangen Haarausfall und NW7 noch immer behauptet das Haarausfall keine hormonellen Hintergründe habe obwohl Millionen von Männern mit DHT Hemmern und Antiandrogenen ihre Haare halten oder zurückholen und mit einfachen Methoden wie Microneedling Ergebnisse noch verbessern konnten kann man nicht ernst nehmen.

Alle HA geplagten Männer weltweit wären glatzig wenn man auf seine Methoden hören würde. :thumbup: :thumbup: :thumbup:

:arrow: Ich habe mit Norwood andere Erfahrungen gemacht. Dieses Forum neigt dazu, wie eine Schulklasse, einen Aussenseiter zu haben. Hier kann sich jeder hinter seinem Profilbild verstecken...

Norwood hat manchmal etwas irre Ideen, aber sehr vieles, was er sagt, stimmt. Da gibt es kaum Zweifel. Zum Beispiel über die Ernährung. Oder über das Histamin. Wenn er mit Finasterid etc. nichts zu tun haben will, ist das seine Entscheidung. Doch ich erachte seinen Approach als Add-on zu den gängigen Mittel wie in meinem Fall Minox/Fin topisch.

Ich nehme an von ihm, was ich brauche, und dafür bin ich dankbar. Den Rest verurteile ich nicht. Sondern lass ihn leben. Jeder Mensch hat das Recht, würdevoll behandelt zu werden. Auch in einem anonymen Forum.

Hier gibt es Leute, die meinen, alles zu wissen. Doch das weiss nun mal keiner.

Cheers,
OC8AN

Muss mich dahingehend auch mal für Norwood aussprechen. Ich sehe die meisten seiner Sachen ebenfalls kritisch und ich komme oft zum Schluss, dass ich völlig anderer Meinung bin ... aber ihn überhaupt nicht ernst zu nehmen, wäre ganz schön respektlos. Er hat halt andere Ansichten, das vor allem wegen schlechten Erfahrungen mit konventionellen Methoden ...

Ich hab mir jetzt nicht jede Studie durchgelesen, aber entsprechende Quellen postet er ja auch immer ...

Und ob Sachen für einen funtkionieren oder nicht, kann ja jeder selbst entscheiden ...
Meinungsfreiheit und so ...

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [IchBinAmEnde](#) on Wed, 08 May 2024 12:01:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oceanboy schrieb am Wed, 08 May 2024 02:42Sonic Boom schrieb am Wed, 16 February 2022 09:54Zitat:Mit Norwood braucht man nicht argumentieren, dieser Mensch ist so festgefahren in

seiner Meinung das jeder gute Ratschlag, auch solche die nichts mit seinen verhassten Medikamenten wie Fin, Dut, RU, Ket etc. zu tun hat, grundlegend ablehnt wird.

Jemand der trotz eigenem, heftigen jahrelangen Haarausfall und NW7 noch immer behauptet das Haarausfall keine hormonellen Hintergründe habe obwohl Millionen von Männern mit DHT Hemmern und Antiandrogenen ihre Haare halten oder zurückholen und mit einfachen Methoden wie Microneedling Ergebnisse noch verbessern konnten kann man nicht ernst nehmen.

Alle HA geplagten Männer weltweit wären glatzig wenn man auf seine Methoden hören würde. :thumbup: :thumbup: :thumbup:

:arrow: Ich habe mit Norwood andere Erfahrungen gemacht. Dieses Forum neigt dazu, wie eine Schulklasse, einen Aussenseiter zu haben. Hier kann sich jeder hinter seinem Profilbild verstecken...

Norwood hat manchmal etwas irre Ideen, aber sehr vieles, was er sagt, stimmt. Da gibt es kaum Zweifel. Zum Beispiel über die Ernährung. Oder über das Histamin. Wenn er mit Finasterid etc. nichts zu tun haben will, ist das seine Entscheidung. Doch ich erachte seinen Approach als Add-on zu den gängigen Mittel wie in meinem Fall Minox/Fin topisch.

Ich nehme an von ihm, was ich brauche, und dafür bin ich dankbar. Den Rest verurteile ich nicht. Sondern lass ihn leben. Jeder Mensch hat das Recht, würdevoll behandelt zu werden. Auch in einem anonymen Forum.

Hier gibt es Leute, die meinen, alles zu wissen. Doch das weiss nun mal keiner.

Cheers,
OC8AN

Edit. Die Beleidigungen wurden entfernt.

Meine Meinung zu Norwood spare ich mir , will nicht wieder Jahrelang gebannt werden.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 08 May 2024 13:33:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was sagt Ihr zu der Studie?
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38057943/>

Nur 3 mm haben bei ALLEN Hunden zu Neuwuchs geführt.
Kürzere Nadeln wirkten bei einigen, aber nicht bei allen Hunden.
Nur 3 mm waren zuverlässig wirksam für alle.

Finde es komisch, dass sich an 3 mm bislang niemand rangetraut hat.

Subject: Aw: Dermaroller only - Welche Nadellänge
Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 08 May 2024 14:28:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=IchBinAmEnde schrieb am Wed, 08 May 2024 14:01]Oceanboy schrieb am Wed, 08 May 2024 02:42Sonic Boom schrieb am Wed, 16 February 2022 09:54Zitat:Mit Norwood braucht man nicht argumentieren, dieser Mensch ist so festgefahren in seiner Meinung das jeder gute Ratschlag, auch solche die nichts mit seinen verhassten Medikamenten wie Fin, Dut, RU, Ket etc. zu tun hat, grundlegend ablehnt wird.

Jemand der trotz eigenem, heftigen jahrelangen Haarausfall und NW7 noch immer behauptet das Haarausfall keine hormonellen Hintergründe habe obwohl Millionen von Männern mit DHT Hemmern und Antiandrogenen ihre Haare halten oder zurückholen und mit einfachen Methoden wie Microneedling Ergebnisse noch verbessern konnten kann man nicht ernst nehmen.

Alle HA geplagten Männer weltweit wären glatzig wenn man auf seine Methoden hören würde. :thumbup: :thumbup: :thumbup:

:arrow: Ich habe mit Norwood andere Erfahrungen gemacht. Dieses Forum neigt dazu, wie eine Schulklasse, einen Aussenseiter zu haben. Hier kann sich jeder hinter seinem Profilbild verstecken...

Norwood hat manchmal etwas irre Ideen, aber sehr vieles, was er sagt, stimmt. Da gibt es kaum Zweifel. Zum Beispiel über die Ernährung. Oder über das Histamin. Wenn er mit Finasterid etc. nichts zu tun haben will, ist das seine Entscheidung. Doch ich erachte seinen Approach als Add-on zu den gängigen Mittel wie in meinem Fall Minox/Fin topisch.

Ich nehme an von ihm, was ich brauche, und dafür bin ich dankbar. Den Rest verurteile ich nicht. Sondern lass ihn leben. Jeder Mensch hat das Recht, würdevoll behandelt zu werden. Auch in einem anonymen Forum.

Hier gibt es Leute, die meinen, alles zu wissen. Doch das weiss nun mal keiner.

Cheers,
OC8AN

:arrow: Norwoods Ideen/Ratschläge haben meine extreme Histamin Problematik um einiges minimiert.
Also... :p