

---

Subject: Remolan's Shedding-Histoire

Posted by [REMOLAN](#) on Thu, 31 Mar 2022 20:09:03 GMT

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

---

Hallo allerseits.

Gibts hier noch wen, der seit vielen Jahren fast durchgehend Shedding (hauptsächlich in AGA-Regionen) hat und trotzdem mehr oder weniger den selben Haarstatus behalten hat? Und hat wer das Shedding in Griff bekommen?

Es ist ja ein klares Zeichen, dass die Wachstumsphasen verkürzt sind...

Mich wundert es echt, habe seit 12 Jahren (bin jetzt bald 30) richtig schlimme Sheddingperioden durchgemacht (mit bis zu 500 Haaren pro Tag wovon der Großteil vom Oberkopf war).

Durchschnitt waren wohl 200-250.

Begleitet war das oft von Trichodynie, Schuppen, Talgansammlungen,...

Die letzten 1,5 Jahre hab ich Ketozolin Shampoo regelmäßig im Regimen und hab Schuppen und Pilz beseitigt, seitdem ist der Haarstatus wieder etwas dichter geworden und die Kopfhaut fühlt sich meistens besser an, Shedding wurde etwas weniger, nur noch 150 Haare pro Tag ca.

Der Trend der letzten Monate war tatsächlich, dass die Kopfhaut zum ersten Mal seit Jahren Missempfindungsfrei war.

Jetzt seit 1-2 Wochen fällt mir aber auf: es gehen sehr viele miniaturisierte Haare aus, vom gesamten Oberkopf. Die sind meistens flaumig, an der Spitze ultra dünn und richtung Wurzel ein bisschen "dicker".

Kann das sein, dass das Haare sind die langsam wieder stärker werden oder quasi von der Miniaturisierung "zurück" kommen?

Wenn sie aktiv am Miniaturisieren wären, müssten sie doch richtung Wurzel eher dünner werden als an der Spitze oder?

Mein Regimen ist: KET 3 mal die Woche (unter Folie seit 1 Jahr), Spironolacton 0,5%+Dutasterid 0,1% topisch am empfindlichen Haaransatz (Seit 3 Monaten) und einige NEM wie B Komplex, Omega-3, Aminosäuren, Biotin extra, Knoblauchextrakt.

Überlege aktuell Fin noch mal eine Chance zu geben, es wirkt als würde KET und Nems etc nicht mehr ausreichen, die Dichte zu halten.

LG

---

---

Subject: Aw: Remolan's Shedding-Histoire

Posted by [Christian24](#) on Fri, 01 Apr 2022 08:30:39 GMT

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

---

Wenn man keinen Haarausfall hat, würde ich nicht Fin nehmen.

---

---

Subject: Aw: Remolan's Shedding-Histoire

Posted by [Andree](#) on Fri, 01 Apr 2022 10:45:36 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Fri, 01 April 2022 10:30 Wenn man keinen Haarausfall hat, würde ich nicht Fin nehmen.

Dann bleiben nicht mehr viele Optionen, sollte sich deine Prostata einmal gutartig vergrößern

---

Subject: Aw: Remolan's Shedding-Histoire

Posted by [REMOLAN](#) on Fri, 01 Apr 2022 17:57:21 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Fri, 01 April 2022 10:30 Wenn man keinen Haarausfall hat, würde ich nicht Fin nehmen.

Durchschnitt in meiner nahen Verwandtschaft ist haartechnisch der Zielbahnhof Norwood 5. Unter Norwood 3 gabs niemanden.

Und mein Bruder hat eine ähnliche diffus-Tendenz wie ich. Er hat nichts unternommen und ist jetzt mit 34J schleichend aber doch für Außenstehende Leute scheinbar plötzlich.. mit einer diffusen Ausdünnung richtung Stirnglatze bis in NW4 hinein unterwegs.

Was ich mache, ist Prävention für etwas das mit statistisch sehr hoher Wahrscheinlichkeit in meinen Genen als Antwort auf länger anhaltende Faktoren wie T, DHT, Prolaktin, Entzündungsfaktoren,... liegt.

Und ich beschreibe ja, mir fallen viele miniaturisierte Haare aus- "seltsamerweise" alles vom Oberkopf.

Vor Ket war Trichodynie, Jucken, Brennen an der Tagesordnung- auch alles im Oberkopfbereich. Mag sein, dass ich eine eher milde Veranlagung für AGA habe, aber es ist eindeutig diffus (wie eben auch bei den meisten Verwandten mit AGA) und das ist der Grund, warum ich so auf der Hut bin.

Gutartige Prostatavergrößerung hat mein Vater seit seinen 60ern, könnt mich auch treffen. Wobei zu hoffen ist, dass es in 30 Jahren vermutlich bessere Optionen als solche oralen 5ar-Hemmer gibt um die Prostata zu behandeln :uhoh: Das Ziel sollte eigentlich eh eher Hormon-Gleichgewicht sein, denke ich.

Und es gibt ja so Ansichten, dass DHT auch andere Probleme auslöst als AGA...

Herz-Kreislauf-Geschichten, Prostatawucherung, unerwünschte Körperbehaarung,...

Ich denke, für einen ausgewachsenen Mann ist es möglicherweise sogar rundum gesünder, wenn er mittel-hohe T-Werte und E2/Progesteron hat, aber DHT eher weniger ist (nicht voll weggebombt, aber einfach nur so das "Mindeste").

Vielleicht ist meine Überlegung auch voll verkehrt- aber die eigentliche Frage ist, ob die Art der Dosierung von Fin (3on,1off) überhaupt Sinn machen würde und andererseits, ob wer das kennt, dass miniaturisierte Haare ausfallen, die an der Spitz ultradünn sind, richtung Wurzel bisschen stärker?

---