

---

Subject: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [alleswirdgut1](#) on Fri, 07 Oct 2022 20:56:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebes Forum,

nach etlichen Recherchen habe ich mich endlich dazu entschieden, selbst ein Thema zu erstellen. Wie ihr dem Titel entnehmen könnt, bin ich 21 Jahre alt und leide seit einigen Jahren an Depressionen. Also mein Haarausfall hat mit Mitte 17, leicht begonnen. Seitdem ging es mit den Jahren immer weiter bergab. Diesen Sommer wurde dann einiges schlimmer, der Haarausfall nahm drastisch zu. Worauf ich mich gezwungen fühle, dem Problem entgegenzuwirken.

Zu meinen Depressionen vermutlich leide ich schon seit mehreren Jahren an psychischen Problemen. Vor zwei Jahren habe ich dann angefangen diese zu Therapieren. Ich habe ein Jahr lang, niedrig dosierte Antidepressiva verschrieben bekommen. Die ich auch ununterbrochen eingenommen habe. Stand heute, nehme ich keine mehr.

In meiner Familie ist der erblich bedingte Haarverlust Väterlicherseits stark verbreitet, Mütterlicherseits hat jeder noch eine schöne Haarpracht.

Zurzeit versuche ich mein Lebensstil zu ändern, in dem ich mich bemühe Stress und Ernährung anzupassen.

Ich nutze jetzt schon seit drei Wochen Topisches Minoxidil 5% als Schaum 1x Tgl. (Abends), leider reagiert meine Kopfhaut nicht so gut darauf. Ich hatte vor der Minoxidil Behandlung Probleme mit der Kopfhaut, diese wurden leider negativ beeinflusst. Es bilden sich riesige Pickel, Haare welche ausfallen sind von Talg umhüllt und Schuppen sind auch vorhanden. Nach kurzer Recherche, bin ich auf Ketaconazol gestoßen, ich habe aber enttäuschenderweise keine sichtbaren Änderungen feststellen können. Zudem hab ich mir ein Dermaroller 0,5mm zugelegt um die Aufnahme des Minox. zu steigern. Aufgrund meines aktuellen Kopfhaut-Status vermeide ich diesen zu nutzen, da sie meine Entzündungen bzw. die Pickel aufplatzen lassen würden und beim Auftragen des Minox. der Wirkstoff in meine Blutbahn kommen würde. In den letzten Wochen ist mir zu dem noch aufgefallen, dass ich nach der Anwendung von Minox. ein kurzzeitiges Stechen an der Brust habe, welches mit der Zeit nachlässt. Ich habe in dem Forum oft von den 3 gängigen Behandlungsmöglichkeiten gelesen, zwei davon teste ich wie erwähnt. Finasterid macht mir Sorgen, da es viele NW mit sich bringt wie z. B. Depressionen, woran ich bedauerlicherweise schon genug leide.

Mir stellt sich nun die Frage, wie ich die erwähnten Probleme beheben oder erträglicher gestalten kann. Wie waren eure Erfahrungen zu Beginn? Ich bin erst frisch dabei und würde gerne unnötige Fehler meiden wollen, um nicht noch schlimmeren Haarverlust zu bekommen. Ich werde Bilder von meinem aktuellen Haarstatus hinzufügen und die Entwicklung mit euch teilen zu können.

Ich bedanke mich jetzt schonmal für all die Hilfe, ich wünsche euch ebenfalls viel Erfolg im Kampf gegen den Haarausfall!

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [positron](#) on Fri, 07 Oct 2022 23:17:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Beim Minox soll es ja dem ein oder anderen helfen, wenn man den Hersteller wechselt ... problematisch ist afaik nicht das Minox an sich, sondern die beigemischten "Trägerstoffe" ... die sind von Produkt zu Produkt unterschiedlich. Ich verwende Minoxicutan flüssig mit einer stumpfen Spritze aufgetragen und habe keinen Ausschlag ... habe aber auch bei Regaine Schaum keinen gehabt ... ich denke, da wirst du probieren müssen, mit viel Pech klappt keins davon.

Ket ist auch so eine Sache ... die einen sagen, es reduziert die Schuppen. Ich zum Beispiel hab aber nach der Dusche auch erstmalig welche bekommen ...

Zum Thema Minox in der Blutbahn. IMO kommt das auch so dahin ... gibt ja diese Studien wo auch woanders Körperbehaarung stärker wächst, was ja auf Minox im Blut schließen lässt ... aber ja, direkt auf offene Stellen ist nochmal ne andere Nummer.

Wie stark ist der Haarausfall bei deiner väterlichen Seite ausgeprägt?

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [lcetea](#) on Sat, 08 Oct 2022 06:00:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich denke um den Haarausfall langfristig richtig behandeln zu können, ohne experimentielle Sachen wie Ru oder Pyl, sind 1mg finasterid jeden Tag zusammen mit Minox notwendig. Alles andere sind Spielereien die als Add on aber nicht als alleinige Brhandlung mMn reichen. Ob das Finasterid deine Depressionen negativ beeinflusst kann dir keiner sagen, das müsstest du testen. Viele sind mit Finasterid aber glücklicher als mit Haarausfall. Es gibt in Haarausfallforen immer Leute die Nebenwirkungen von fin haben, diese sind aber nicht repräsentativ da man die Millionen von Leute vergisst die Fin schon Jahre nehmen und glücklich sind und sich deshalb nicht in Haarausfallforen umtreiben müssen.

Eventuell ist auch Fin topisch zu Beginn ne Möglichkeit um dann immer noch zur Not auf oral zu wechseln. Kann aber genau so systemisch gehen.

Aber ohne Fin wirst du Haatrchnisch kein großen Fortschritt sehen denke ich.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [positron](#) on Sat, 08 Oct 2022 09:14:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Icetea schrieb am Sat, 08 October 2022 08:00Viele sind mit Finasterid aber glücklicher als mit Haarausfall.

Nur als Zusatz

Mit dieser Aussage sollte man IMO vorsichtig sein. Glücklich/unglücklich zu sein und Depressionen zu haben sind zweierlei paar Schuhe. Je nachdem welches paar der TO wirklich

anhat ... wenn er wirklich nur "unglücklich" bzw. unzufrieden ist, weil die Haare weg sind, dann stimmt die obige Aussage eventuell. Wenn er wirklich die Krankheit "Depression" hat, dann kann man über seine Entscheidung, Finasterid zu nehmen, glücklich sein wie man will ... im ungünstigsten Falle wird es die Depression (die sich eben nicht nur in glücklich/unglücklich sein äussert) fröhlich weiter verstärken. Depressionen sind viel mehr als nur die äußerlich auffallenden Stimmungen.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [Icetea](#) on Sat, 08 Oct 2022 09:27:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

positron schrieb am Sat, 08 October 2022 11:14Icetea schrieb am Sat, 08 October 2022 08:00Viele sind mit Finasterid aber glücklicher als mit Haarausfall.  
Nur als Zusatz

Mit dieser Aussage sollte man IMO vorsichtig sein. Glücklich/unglücklich zu sein und Depressionen zu haben sind zweierlei paar Schuhe. Je nachdem welches paar der TO wirklich anhat ... wenn er wirklich nur "unglücklich" bzw. unzufrieden ist, weil die Haare weg sind, dann stimmt die obige Aussage eventuell. Wenn er wirklich die Krankheit "Depression" hat, dann kann man über seine Entscheidung, Finasterid zu nehmen, glücklich sein wie man will ... im ungünstigsten Falle wird es die Depression (die sich eben nicht nur in glücklich/unglücklich sein äussert) fröhlich weiter verstärken. Depressionen sind viel mehr als nur die äußerlich auffallenden Stimmungen.

Ich geb dir absolut Recht das man bei echter Depressionen aufpassen sollte und auf jeden Fall mit einem Arzt Rücksprache halten sollte bzw Therapeut wobei diese auch nicht in die Zukunft blicken können inwiefern Finasterid sich auf die Depression negativ auswirken kann. Das wird ihm keiner sagen können. Es ist eine Abwägung zwischen Nutzen/potentielle Nw und die Entscheidung kann ihm keiner abnehmen. Eventuelle wäre ein Versuch mit topischen Fin möglich. Rein Haartechnisch ist Fin aber auf jeden Fall zu empfehlen gerade weil es auch im Hinterkopf sehr gut wirkt. Frag doch mal deinen Arzt/Therapeuten was er zu Finasterid sagt in deiner Situation. Alternativ kannst du natürlich Minox/Dermapen/Ket weiter einen Versuch geben, die Wahrscheinlichkeit ist aber groß dass der HA weiter geht in den nächsten Monaten. Und mit Finasterid kann man den aktuellen Status halten oder ggf. leichtes Nachwachsen aber eher schlecht die Haare die du jetzt/in den nächsten Monaten evtl. verlieren wirst zurück zu gewinnen, dass solltest du nur im Hinterkopf haben bei deiner Entscheidung.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [alleswirdgut1](#) on Sat, 08 Oct 2022 16:10:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke erstmal für die Rückmeldungen, zu @positron ich nutze zur Zeit schon Regain als Schaum. Ich nutze mal mein Vorrat auf dann werde ich mich mal rum testen. Mit meinem Vater haben auch sechs seiner Geschwister keinen richtigen Haarschopf mehr. Im Vergleich mit meinen Cousins bin ich am schlimmsten dran. Liegt wahrscheinlich an meinem übermäßigen Stress.

Zu @Icetea ich werde mich dann mal mit meinen Ärzten auseinandersetzen in Bezug auf Finasterid. Neben der ganzen Theorie muss ich mal meine eigene Erfahrung mit Fin machen. Die Depression ist auch ohne den HV präsent, leider nimmt das Thema aber immer mehr an Gewicht. Mir wird wohl nichts weiteres bleiben als alle Möglichkeiten auszuschöpfen.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [HaareStattGlatze](#) on Sat, 08 Oct 2022 16:35:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Warte bis Dezember , dann kommt Finasterid topisch (aufsprühen Oberkopf) auf dem Markt.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [pilos](#) on Sat, 08 Oct 2022 16:52:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

folgende empfehlung, nur wenn es eine echte sebo ist, mit fettiges haar ist, ansonsten eher nicht !:

mit ket "nur" haare waschen bringt kaum was.

ket mit alk 1:1 und dann als lotio (nicht verschäumt) auftragen, bis zu 60 min, je nach verträglichkeit, unter folie und danach auswaschen

gleiche methode geht auch mit criniton aber pur

<https://www.medizinfuchs.de/01580330>

fin/duta bei depressionen....meistens verschlimmerung.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [Frank1970](#) on Sat, 08 Oct 2022 18:51:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo

Falls du Fin im Kopf hast, was man dir hier nahegelegt hat...

Waege gut ab woher die Depression kommt.

Wenn du schon länger mit der Qualität deiner Haare zu kämpfen hast, analysiere ob es nicht das ist was dich depressiv macht.

Solltest du das rausfinden, kann Finasterid durchaus auch Antidepressiva wirken.

Ich persönlich bekomme solche Zustände wenn ich Angst um meine Haare habe.  
Wenn ich ihren Zustand als gut und stabil empfinde, fühle ich mich gut und habe Tatendrang.

Viel Erfolg mit was auch immer..

Frank

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [positron](#) on Sat, 08 Oct 2022 19:06:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank1970 schrieb am Sat, 08 October 2022 20:51Hallo

Falls du Fin im Kopf hast, was man dir hier nahegelegt hat...

Waege gut ab woher die Depression kommt.

Wenn du schon länger mit der Qualität deiner Haare zu kämpfen hast, analysiere ob es nicht das ist was dich depressiv macht.

Solltest du das rausfinden, kann Finasterid durchaus auch Antidepressiva wirken.

Ich persönlich bekomme solche Zustände wenn ich Angst um meine Haare habe.

Wenn ich ihren Zustand als gut und stabil empfinde, fühle ich mich gut und habe Tatendrang.

Viel Erfolg mit was auch immer..

Frank

Ich kann mich dahingehend leider nur wiederholen. "Echte Depressionen" funktionieren so nicht. "Angst um die Haare" sind keine Depressionen ... auch wenn es sich scheiße anfühlt, es ist etwas anderes.

Haarausfall kann genauso wie Stress zur Krankheit Depressionen führen, diese Krankheit ist dann aber präsent und hört nicht einfach auf, weil man die Haare wiederbekommt. Es ist mehr wie ein Schalter, der aber nur in eine Richtung funktioniert.

Aus dem Grund ist es meiner Meinung nach absolut fatal bei Depressionen etwas zu empfehlen, was Depressionen potenziell verschlimmern kann. Wie gesagt, es kann passieren, dass man glücklich über seine Entscheidung "Finasterid nehmen" ist, aber trotzdem höchstdepressiv wird ...

Alles natürlich immer unter der Bedingung, dass bei dem TO Depressionen ärztlich festgestellt wurden, sonst ist alles Schall und Rauch und man ist schnell dabei zu sagen, man hat Depressionen ...

---

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen  
Posted by [Frank1970](#) on Sat, 08 Oct 2022 20:41:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

positron schrieb am Sat, 08 October 2022 21:06Frank1970 schrieb am Sat, 08 October 2022 20:51Hallo

Falls du Fin im Kopf hast, was man dir hier nahegelegt hat...

Waege gut ab woher die Depression kommt.

Wenn du schon länger mit der Qualität deiner Haare zu kämpfen hast, analysiere ob es nicht das ist was dich depressiv macht.

Solltest du das rausfinden, kann Finasterid durchaus auch Antidepressiva wirken.

Ich persönlich bekomme solche Zustände wenn ich Angst um meine Haare habe.

Wenn ich ihren Zustand als gut und stabil empfinde, fühle ich mich gut und habe Tatendrang.

Viel Erfolg mit was auch immer..

Frank

Ich kann mich dahingehend leider nur wiederholen. "Echte Depressionen" funktionieren so nicht. "Angst um die Haare" sind keine Depressionen ... auch wenn es sich scheiße anfühlt, es ist etwas anderes.

Haarausfall kann genauso wie Stress zur Krankheit Depressionen führen, diese Krankheit ist dann aber präsent und hört nicht einfach auf, weil man die Haare wiederbekommt. Es ist mehr wie ein Schalter, der aber nur in eine Richtung funktioniert.

Aus dem Grund ist es meiner Meinung nach absolut fatal bei Depressionen etwas zu empfehlen, was Depressionen potenziell verschlimmern kann. Wie gesagt, es kann passieren, dass man glücklich über seine Entscheidung "Finasterid nehmen" ist, aber trotzdem höchstdepressiv wird ...

Alles natürlich immer unter der Bedingung, dass bei dem TO Depressionen ärztlich festgestellt wurden, sonst ist alles Schall und Rauch und man ist schnell dabei zu sagen, man hat Depressionen ...

Es ist sicher richtig das eine genetische Disposition der Tiefe Kern der Geschichte ist.

Letztendlich hat aber alles einen genetischen Kern.

Selbst Muessiggang... Nach neusten Erkenntnissen.

Bis sich das alles irgendwann mal zerstreut, sind wir eine ziemlich aenliche gemischte Kopie unser näheren Vorfahren.

Wenn ich mit meiner genetischen Neigung zur Depression darunter leide, das ich humpeln muss, weil meiner Ferse ein Stück Fleisch fehlt, waere mir dann nicht damit geholfen wenn man mir ein kleines Stück Fleisch vom Hintern wegnimmt, und unter der Ferse einsetzt?

Andere Sicht.

Manche Erkrankungen, die eine genetische Vorbelastung erfordern, waren vielleicht niemals zum Ausbruch gekommen, wenn es keinen Trigger gegeben hätte.

So wäre z. B. die MS Erkrankung niemals ausgebrochen, wenn man die Schwangerschaft vorzeitig beendet hätte.

Oder wenn man sich niemals für eine Impfung entschieden hätte.

Oder...

Ein langjähriger Suchtkranker entzieht seinen Heroinabusus.

Die Droge ist er los, aber selbstverständlich bleibt die Suchterkrankung.

Trotzdem ist es möglich, dass er ab dann für den Rest seines Lebens ohne einen Rückfall oder andere Suchtmittel gut und mit sich selbst zufrieden klar kommt.

Was ist nun wichtiger... Die Genetik, oder die Triggerkomponente?

---

Subject: Aw: Nachtrag

Posted by [Frank1970](#) on Sun, 09 Oct 2022 06:07:30 GMT

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

Zum besseren Verständnis des Leidensdrucks bei AGA

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022202X15309635>

Weil..

Zitat: „Angst um die Haare“ sind keine Depressionen ... auch wenn es sich scheiße anfühlt, es ist etwas anderes.

---

Das ganze nicht so einfach ist....

---

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 + Depressionen

Posted by [Isador\\_000](#) on Sat, 22 Oct 2022 13:01:39 GMT

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

Aufgrund von Stress begannen die Haare abrupt auszufallen, wie behandelt man sie und wo fängt man besser an?