
Subject: Gibt es harmlose Mittel die wirken?

Posted by [ParkerMark](#) on Sat, 25 Nov 2023 23:58:49 GMT

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

Mit Mitte 30 muss ich echt langsam was machen. Bis hier konnte ich noch unbemerkt davon kommen, sber vorne ist die letzten Monate so Licht geworden.

Habe mit dermatitis zu kämpfen seit ich 20 bin.

Ich werde jetzt topical finasteride anfangen und wollte fragen ob irgendetwas anderes vielversprechendes gibt das harmloser ist als das übliche (Dut zum Beispiel)

Minoxidil würde ich gerne meiden.

Ist alles harmlose Quatsch? Sachen wie Rodmarin Öl oder Infrarotlicht.

Ist irgendetwas vielversprechend?

Ich habe übrigens mein Leben lang schon Verdauungsprobleme. Denkt ihr das könnte einen Zusammenhang mit Haar und haut Problemen haben?

Habe Ende Januar einen Termin deswegen. Habe mich nie darum gekümmert.

Was ist hiervon zu halten?

https://casida.com/de/produkte/rosmarinoel-haare-kopfhaut/comment-page-2/?gad_source=1&gclid=CjwKCAiA04arBhAkEiwAuN0slrN0WeZz5aCdGwU96XmqUXTolPOpvfWvrS9WZ-ZokL2b_rPJPiKjnxoCGXwQAvD_BwE#comments

Tipps zur Anwendung? Muss man Haare danach jedes mal waschen bei täglicher Anwendung?

Subject: Aw: Gibt es harmlose Mittel die wirken?

Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 26 Nov 2023 01:32:26 GMT

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

Mach am besten mal ein Bild von deinem Haarstatus.

Nebenwirkungen kannst du theoretisch von jedem Mittel bekommen.

Musst einfach ausprobieren, was dir am besten hilft.

Topisch ist schon mal ein guter Anfang.

Wie gesagt, mach mal ein Foto bitte, dann sieht man weiter.

Grüße Sonic

Subject: Aw: Gibt es harmlose Mittel die wirken?

Posted by [Icetea](#) on Sun, 26 Nov 2023 07:37:59 GMT

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

Wenns aga ist hilft nur wenn du topical bevorzugst: topisch fin, topisch dut, jeweils allein oder

zusammen mit minox topisch, minox oral, antiandrogene topisch wie ru oder pyrilutamid wobei letzteres auch nicht klar ist aktuell, zusätzlich dermapen 1/woche oder alle 2 wochen

Rest ist Zeitverschwendung

Subject: Aw: Gibt es harmlose Mittel die wirken?
Posted by [Sweety1988](#) on Sun, 26 Nov 2023 09:29:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Erstmal wegen den Rosmarinöl

Ja du muss die täglich waschen, das öl klebt/stinkt sonst.

Sowie es gibbt Harmlose Sachen die Wirken.

1. Dermaroller/Dermapen 0,55 MM 1x die Woche rüber gehen. (Wirkt nachweislich)
2. Kollagen , stoppt kein Haarausfall aber Verlangsamt es.
3. Spermidin verlängert auch die Haarphasen Link :
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3144892/> . Aber da ist kein Wort über AGA drin.
4. Omega 3 bei weiblichen Personen Hilft , aber bei Männlichen gitbs keine Studie zu :
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25573272/>
5. Sägepalmextrakt , schränkt die wirkung von DHT Ein. Aber es ist nicht so effektiv wie Duta/Antiandrogen/Finasterid/minoxidil ich sag mal fina wirkt bei 9 von 10 personen. Sägepalmextrakte bei 5-6/10 , sowie die Wirkung..ob sie fast feststellen lässt dauert noch länger.

<https://www.myspring.com/fachmagazin/saegepalmextrakt-gegen-haarausfall>

6. Biotin und Zink sollen auch Helfen. Aber ehrlich gesagt erwarte davon nichts großartiges. Alleine würd ich das NIE nehmen. Wenn du jetzt Dermarolling/Fina/Duta/Minoxidil nehmen würdest und eines oder beides.. ggf noch mit kollagen/Spermidin das Mischt. Würds sinn machen. Aber alleine Stoppt es kein haarausfall.

Die einzigen Mittel die eigentlich wirklich Helfen sind:

1. Finasterid
2. Dutasterid

3. Minoxidil topisch
4. Minoxidil oral
5. Dermarolling/Dermapen
6. Antiandrogene
7. Topische Antiandrogene (RU etc fallen dazu auch)

Mich würeds persönlich mal nur Interessieren wie die Ergebnisse wären.

Wenn jemand Dermarolling/Dermapen 1 x die Woche macht

Sowie Biotin+Kollagen (mit Hyaluron und Vitamin C ggf.Selen versetzt).+Zink+Omega3+Sägepalmextrakt+Spermidin , täglich schluckt.

ob das was bringt.