
Subject: Bewertung meines Haarregime

Posted by [Alex1302](#) on Wed, 07 Feb 2024 22:03:11 GMT

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

Hi zusammen,

ich habe vor ca. 2 Jahren meinen Haarausfall bemerkt. Bisher habe ich allerdings nur eine starken Ausdünnung ohne größere Geheimratsecken. Leider hat bisher kein Mittel meinen Haarausfall/Ausdünnung stoppen können.

Mein Ziel ist nicht unbedingt ein Neuwuchs zu erzielen sondern eher den Haarausfall zu verlangsamen.

Aktuell besteht mein Regime aus Folgendem:

- 2x täglich Regain Schaum (Minox)
- 2x täglich Zink, Arginin und P5P Tonikum nach Pilos
- 1x täglich Sterioxyl Advanced von Loreal
- 1x täglich Rosmarin Öl
- 1x Wöchentlich Microneedling - 1.0

Was ich bisher erfolglos versucht habe:

- 2x Finasterid Tonikum von der Einhorn Apotheke. Zuletzt mit absoluter Niedrigdosierung. Ich habe allerdings jedesmal Nebenwirkungen bekommen (Erektionsprobleme), welche nach 8 Monate nach Einnahmeende wieder langsam verschwunden sind
- Ketozolin-Shampoo (1x wöchentlich) - Abbruch aufgrund starker Schuppenbildung und extrem strohiges Haar.

Habt ihr noch irgendwelche Vorschläge was ich zusätzlich noch ergänzen kann?

Ist es sinnvoll ein Pirocton-Olamin-Tonikum noch zu ergänzen? Vielleicht vertrage ich dies ja besser als das Keto Shampoo.

Viele Grüße

Alex

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime

Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 08 Feb 2024 06:58:39 GMT

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

Da machst du ja schon ne Menge.

Pirocton olamin probieren, entweder als pulver z.b.bei dragonspice kaufen, wieviel wo reinmachen kann besser pilos sagen. Ansonsten seborin haarwasser, da ist auch po an vorderster Stelle dabei in den Zutaten. Wieviel genau steht natürlich nicht da.

Und zu guter letzt vielleicht RU ausprobieren, ich mische ins stemox von redken, da es eine flüssige konsistent hat und alkohol an erster stelle. Sonst löst es sich nicht. Dazu mach ich immer noch 15% Pentelyn glycol, damit es länger feucht bleibt beim Auftragen.

Hat bei mir sogar gut neuwuchs gebracht. Allerdings bin ich pro 3 Wocheb bei 2g Verbrauch (1 woche mach ich im monat immer pause).

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [lce tea](#) on Thu, 08 Feb 2024 08:21:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Thu, 08 February 2024 07:58 Da machst du ja schon ne Menge. Pirocton olamin probieren, entweder als pulver z.b. bei dragonspice kaufen, wieviel wo reinmachen kann besser pilos sagen. Ansonsten seborin haarwasser, da ist auch po an vorderster Stelle dabei in den Zutaten. Wieviel genau steht natürlich nicht da. Und zu guter letzt vielleicht RU ausprobieren, ich mische ins stemox von redken, da es eine flüssige konsistent hat und alkohol an erster stelle. Sonst löst es sich nicht. Dazu mach ich immer noch 15% Pentelyn glycol, damit es länger feucht bleibt beim Auftragen. Hat bei mir sogar gut neuwuchs gebracht. Allerdings bin ich pro 3 Woche bei 2g Verbrauch (1 woche mach ich im monat immer pause). Nimmst du 95mg ru pro tag? Wie lange schon? Nw?

Ich nehme gerade 70mg habe das Gefühl bei ru wirkt nur high Dosis besonders gut

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [lce tea](#) on Thu, 08 Feb 2024 08:24:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alex1302 schrieb am Wed, 07 February 2024 23:03 Hi zusammen,

ich habe vor ca. 2 Jahren meinen Haarausfall bemerkt. Bisher habe ich allerdings nur eine starken Ausdünnung ohne größere Geheimratsecken. Leider hat bisher kein Mittel meinen Haarausfall/Ausdünnung stoppen können. Mein Ziel ist nicht unbedingt ein Neuwuchs zu erzielen sondern eher den Haarausfall zu verlangsamen.

Aktuell besteht mein Regime aus Folgendem:

- 2x täglich Regain Schaum (Minox)
- 2x täglich Zink, Arginin und P5P Tonikum nach Pilos
- 1x täglich Sterioxyl Advanced von Loreal
- 1x täglich Rosmarin Öl
- 1x Wöchentlich Microneedling - 1.0

Was ich bisher erfolglos versucht habe:

- 2x Finasterid Tonikum von der Einhorn Apotheke. Zuletzt mit absoluter Niedrigdosierung. Ich habe allerdings jedesmal Nebenwirkungen bekommen (Erektionsprobleme), welche nach 8 Monate nach Einnahmeende wieder langsam verschwunden sind
- KetoZolin-Shampoo (1x wöchentlich) - Abbruch aufgrund starker Schuppenbildung und extrem strohiges Haar.

Habt ihr noch irgendwelche Vorschläge was ich zusätzlich noch ergänzen kann?

Ist es sinnvoll ein Pirocton-Olamin-Tonikum noch zu ergänzen? Vielleicht verfrage ich dies ja besser als das Keto Shampoo.

Viele Grüße

Alex

Außer Minox sind die anderen Sachen nicht wirklich potent wenn du starke Ausdünnung hast wie du es beschreibst. Da ist fin/dut ein Must have sonst wird es schwer mit Verlangsamung. Blöd wenn du selbst fin topisch nicht vertragen hast in absoluter low Dosis. Dann bleibt eig nur noch dut topisch welches weniger systemisch gehen sollte als fin da größere Masse und/oder Ru. Alles andere ist zu schwach.

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 08 Feb 2024 18:53:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jup, 95mg an 6 Tagen die Woche und für 3 Wochen. 0,75ml Tonsur und 0,5ml Front. 2-3 Std später Minox gemischt mit Fin Tabletten und diclospray.

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [lcetea](#) on Thu, 08 Feb 2024 19:24:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und zufrieden mit dem Regime?

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 08 Feb 2024 19:38:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Besser geht ja immer, muss schon noch etwas geschickt stylen, aber früher ging ohne streuhaar nix und nun kann ich out of bed look tragen. Nur die ghe sind hartnäckig, aber gerade noch so akzeptabel
Durch ru kam ne enorme Verbesserung

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [lcetea](#) on Thu, 08 Feb 2024 19:41:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Thu, 08 February 2024 20:38 Besser geht ja immer, muss schon noch etwas geschickt stylen, aber früher ging ohne streuhaar nix und nun kann ich out of bed look tragen. Nur die ghe sind hartnäckig, aber gerade noch so akzeptabel
Durch ru kam ne enorme Verbesserung
Nehme jetzt auch ru 70mg (also 3,5% 2ml) 7 Tage für 3 Wochen und 1 Woche off seit 5 Monate und muss auch sagen dass es an den ghe vorallem gut wirkt.

Wie lange nimmst du es schon? Mich interessiert auch ob es vorallem langfristig wirkt denn pyrill hat ja auch anfangs gut gewirkt bei paar und dann garnicht mehr...

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 08 Feb 2024 19:57:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nehme es seit 2020 und bis jetzt stabil

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [xyz](#) on Sun, 11 Feb 2024 12:26:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

In welcher Form das Rosmarinöl? Könntest doch mal Criniton unter Frischhaltefolie testen.
Evtl. abwechselnd mit dem Seborin Haarwasser.

Subject: Aw: Bewertung meines Haarregime
Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 12 Feb 2024 06:27:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich finds immer wieder merkwürdig. Da fragt jemand nach einer Meinung, man gibt tipps und diskutiert schon eher unter den Tipps-Gebende, und der Fragesteller meldet sich nie wieder...
:frage:
