

---

Subject: Wie HA bewerten/abschätzen?

Posted by [taichi](#) on Sat, 10 Feb 2007 22:41:27 GMT

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

---

Hallo.

Ich nehme seit zwei Jahren Fin und seit einem knappen Jahr Minox. Ich bin mit den ergebnissen halbwegs zufrieden, stelle mir nun aber die frage, was mir wieviel bringt. Ich würde gerne versuchen, eines von beiden aus meinem regime zu nehmen, frage mich nur welches. Insgesamt würde ich mich ganz gern vom minox trennen, weil es mich schon stört, es täglich zweimal aufzutragen.

Wie kann ich am besten herausfinden, ob mein HA schlimmer wird? Optisch, möchte ich nicht solange warten, bis sich mein Haar sichtbar weiter lichtet. Was schlägt ihr vor? Haltet ihr es für sinnvoll, die Haare nach dem Duschen im Haarsieb zu zählen?

danke & gruss

---

---

Subject: Re: Wie HA bewerten/abschätzen?

Posted by [kkoo](#) on Sun, 11 Feb 2007 09:51:08 GMT

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

---

taichi schrieb am Sam, 10 Februar 2007 23:41Hallo.

Ich nehme seit zwei Jahren Fin und seit einem knappen Jahr Minox. Ich bin mit den ergebnissen halbwegs zufrieden, stelle mir nun aber die frage, was mir wieviel bringt. Ich würde gerne versuchen, eines von beiden aus meinem regime zu nehmen, frage mich nur welches. Insgesamt würde ich mich ganz gern vom minox trennen, weil es mich schon stört, es täglich zweimal aufzutragen.

Wie kann ich am besten herausfinden, ob mein HA schlimmer wird? Optisch, möchte ich nicht solange warten, bis sich mein Haar sichtbar weiter lichtet. Was schlägt ihr vor? Haltet ihr es für sinnvoll, die Haare nach dem Duschen im Haarsieb zu zählen?

danke & gruss

zählen, aber dann eher immer die haare über einem waschbecken mit sehr feinem filter waschen... in der dusche sind ja körperhaare mit dabei.

aberletztlich gilt dennoch nur: ob sich dein haarstatus nicht mehr ändert o. gar bessert. daher sind fotos hilfreich...

---

---

Subject: Re: Wie HA bewerten/abschätzen?

Posted by [Searcher](#) on Sun, 11 Feb 2007 11:39:26 GMT

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

---

Entgegen vieler anderer hier im Forum finde ich die Zahl der ausgehenden Haare über einen längeren Zeitraum betrachtet, schon am Aussagekräftigsten. Der optische Eindruck hängt

zusehr von deinem moment. Gefühlszustand ab.Allerdings sollte man die Zählerei nicht an den typ.100 Haare /Tag Schema festlegen.Es geht auch nicht darum exakt jedes Haar zu erfassen das man im laufe der Zeit verliert.Aber wenn man die gleiche zählweise über einen längeren Zeitraum beibehält,weiß man schon ob der Ha seit Anwendung von Mittel XY mehr oder weniger geworden ist,oder wie der Körper darauf reagiert.

Wenn du dein Regime wirklich reduzieren willst,kommst du aber ohne das Risiko der Verschlechterung nicht herum.Egal ob du jetzt zählst,oder Fotos machts/Haarstatus beobachtest.Denn auch wenn du sofort bei einer Verschlechterung gegensteuerst dauert es einige Zeit bis das vorher abgesetzte Mittel wieder wirken kann .