
Subject: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [follikelfading](#) on Mon, 04 Jun 2007 05:59:23 GMT

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

Hallo Freunde des Haarwuches!

Bin ganz neu hier und haette einige Fragen zur AC Therapie. Ich habe die Beitrage um um den Spannungshaarausfall interessiert verfolgt...danke 2008norwood0, Sssnake und benutzer81 fuer eure posts - waren sehr aufschlussreich. Bei mir hat der Haarausfall im Alter von ca 19 angefangen, erst die GHE's immer staerker und jetzt wird es seit paar Monaten auch oben rasant sehr lichte. Wenn ich mir meinen Stresspegel und die Stirnfalten ueber die letzten Jahre so ansehe kommt mir die Spannungstheorie irgendwie schluessig vor...

Ich bin grad arbeitsbedingt eine Weile in den USA und war kuerzlich hier beim Hautarzt. Als ich ihn zur AC-Therapie befragt hab hat er nur Baukloetze gestaunt - was mich etwas verwundert hat, da er auch plast. Chirug ist und ne Menge mit Botox zu tun hat. Anyway - wisst ihr ob wir da in Deutschland wirklich schon weiter sind als die Kollegen hier?

Ich wuerde gern die EMG Messung machen (in Dtl. da die Kollegen hier ja anscheinend noch keinen Schimmer haben) und mich dann evtl. auch behandeln lassen. Im Zusammenhang mit AC-T. fiel oeffter der Name Dr. Caspari in Muenchen. Gibt es ausser 2008, sssnake und benutzer81 noch mehr die bei Caspari waren? Seid ihr zufrieden, was sollte man beachten? Kennt ihr im Raum Muenchen/Ingolstadt oder Dresden ansonsten irgendwelche Spezialisten denen ihr vertrauen wuerdet?

Danke & Gruss
follikelfading

p.s.: Sssnake & benutzer81 gibts bei euch schon new news hinsichtlich Wirksamkeit, neue schwarze Spiesslinge, irgendwelche Anzeichen..?

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 04 Jun 2007 09:37:19 GMT

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

Servus Follikelfading!

Schreib einfach eine Mail an: info@ac-therapie.de
die sagen Dir dann einen Arzt in Deiner Naeh.

Ich wuerde die AC-Therapie (wenn, dann) nur ergaenzend machen. VergiB nicht, dass es genau wie Fin und Minox nur eine Symptombehandlung ist. Das bedeutet, sobald Botox aus dem Koerper wieder draussen ist, rieselt es wieder erneut!

Und das Geld ist in jedem Fall weg.

Ich wuerde lieber auf Ursachenbekaempfung setzen:

- Autog. Training

- Biofeedback
- Progressive Muskelentspannung
- evtl. andere Ursachen lösen (z.B. verspannter Nacken u.s.w.)

Gruss
Christian

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [Unkreativer](#) on Mon, 04 Jun 2007 10:01:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wer bitte schön sagt denn, dass

Zitat:

Ich würde lieber auf Ursachenbekämpfung setzen:

- Autog. Training
- Biofeedback
- Progressive Muskelentspannung
- evtl. andere Ursachen lösen (z.B. verspannter Nacken u.s.w.)

die Ursache des HA ist? Und rate doch mal warum der HA auch AGA genannt wird!

Ist echt zum k***** was Du so schreibst...

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 04 Jun 2007 10:09:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn Spannungen nicht die Ursache ist, dann brauch man ja auch keine AC-Therapie zu machen, Unkreativer!

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [Unkreativer](#) on Mon, 04 Jun 2007 10:11:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier fehlt der Smilie mit dem Kopf und der Wand...

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [Hammerhaar](#) on Mon, 04 Jun 2007 10:18:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du sagst es...

Faszinierend irgendwie:

manchmal habe ich das Gefühl, er verarscht uns grandios.

Manchmal auch wieder nicht.

Habt ihr bemerkt, dass er nämlich auch auf uns reagiert, und wenn es uns zu bunt wird, ein wenig runterschraubt?

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [stussy](#) on Mon, 04 Jun 2007 12:01:56 GMT

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

vor allem er schreibt so überzeugt als wenn es DIE Lösung wäre

NOCH ist nichts klar...

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [follikelfading](#) on Mon, 04 Jun 2007 12:30:44 GMT

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

shalom allerseits!

merci fuer die antwort - ich seh das ja aehnlich das es nur ein teil der therapie sein kann und falls es was bringt (was man(n) eben wiederum nur rausfindet wenn man es mal probiert) kann man ja dann die verspannung immernoch "an der wurzel" packen und nach den ursachen dafuer suchen. (jungs, ich glaube das meinte er auch mit NACH DEN URSACHEN SUCHEN, also macht ihn mal nicht immer so runter, schliesslich hat er ja hier jede menge zum thema beigetragen und offensichtlich gibts da ja noch viele dunkle stellen im gesamtbild der spannungstherapie. kann mir mal jemand mit erfahrung bei ac behandlung eine email schreiben und mal erzaehlen was da bei caspari so grob faellig ist? danke vorab!

ich hab jetzt ne weile hier im forum quer gelesen und auch bei unseren amerikanischen leidensgenossen auf hairlosstalk mal reingeschaut. soweit ich mir jetzt ein bild machen konnte gibt es leider nur wenige gepruefte abhilfen.

ich wollte jetzt min finpecia (was sagt ihr zu generika? gefaehrlich/risiko?) und nizoral shampoo behandlung starten und beim naechsten mal wenn ich in deutschland bin unterstuetzend die emg messung/ac therapie angehen.

2008, benutzer, sssnake, hammerhaar, stussy, un kreativer - was meint ihr denn dazu? hat das aussicht auf erfolg oder wuerdet ihr ernaehrungsergaenzend (vitamin b's, ...) und topisch nochwas empfehlen? was gibt es denn bei uns in der heimat noch so fuer shampoos die klinisch erprobt was bringen und als ergaenzung zum nizoral (fuer die restlichen 4 tage) taugen?

gruss

nat

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 04 Jun 2007 22:53:49 GMT

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

Ich weiß nicht ob Du es mitgekriegt hast, aber die AC-Therapie ist schweineteuer, eine Sitzung kostet 600 Euro und Du wirst mindestens 3 Sitzungen brauchen, um etwas zu spühren denke ich mal.. Siehe Benutzer81. Der hat jetzt 1 Sitzung hinter sich. EMG fiel nach 2 Monaten von 100 auf 40 herab. Ein Ergebnis was ich persönlich mehr als lächerlich finde.

Er soll nochmal 2 Monate warten, dann ist Botox komplett aus dem Körper draußen und der EMG wird schön wieder auf 100 ansteigen.. Und die 600 Euro sind weg!!

Und Haarausfall wieder da.

Frech finde ich außerdem, 600 Euro abzuknüpfen für eine Therapie dessen Wirkung noch nichtmal durch Studien bewiesen ist. Und jeder AC-Patient muss Fragen beantworten die dann ins Studien-Ergebnis mit hineinfließen. Normalerweise müssten die Patienten 600 Euro kriegen und nicht umgekehrt.

Außerdem verstehe ich nicht mit welcher Berechtigung die auf 600 Euro kommen... Botox zur Faltenbehandlung kostet auch nicht mehr als 300-400 Euro.

Ich halte sehr viel von der Spannungs-Theorie. Aus dem einfachen Grund, weil ich es ja auch selbst merke.

Aber seit ich den Bericht von Benutzer81 gelesen habe, habe ich mich nun doch gegen die AC-Therapie entschieden.

Meiner Meinung nach ist es Abzocke hoch 10.

Hinterher ist man 1.800 Euro ärmer und das Problem HA ist immer noch nicht im Griff, weil man (mal wieder) völlig an der Ursache vorbei therapiert hat...

An Deiner Stelle würde ich Fin oral + topisch, Minox, Säge oral + topisch nehmen und dazu die Muskelspannungen zu reduzieren durch Autogenes Training, der progr. Muskelentspannung und (falls die Spannungen von der Halswirbelsäule kommen), das dann durch Krankengymnastik lösen. So wie ich es auch mache.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Ka\\$h](#) on Tue, 05 Jun 2007 06:38:32 GMT

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

weist du eigentlich noch was du so von dir gibst, oder wechselst du jeden Tag deine Meinung???

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 05 Jun 2007 07:05:33 GMT

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

Welche Meinung habe ich gewechselt?

Ich halte nach wie vor sehr viel von der Spannungs-Theorie.

Aber da Benutzer81 hier einen negativen Bericht (für mich jedenfalls negativ) geschrieben hat, hat sich das Thema AC-Therapie für mich erledigt.
Ich zahle doch keine 600 Euro, nur damit mein EMG nach 2 Monaten von 200 auf 150 abspringt
Das ist jawohl lächerlich.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 07:21:02 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Die, 05 Juni 2007 09:05 Welche Meinung habe ich gewechselt?
Ich halte nach wie vor sehr viel von der Spannungs-Theorie.

Aber da Benutzer81 hier einen negativen Bericht (für mich jedenfalls negativ) geschrieben hat, hat sich das Thema AC-Therapie für mich erledigt.

Ich zahle doch keine 600 Euro, nur damit mein EMG nach 2 Monaten von 200 auf 150 abspringt
Das ist jawohl lächerlich.

Genau das ist Dein Problem

Du hast die AC-Therapie als Nonplus-Ultra dargestellt noch vor ein paar Tagen/Wochen, obwohl Du keine Infos darüber hattest! Du hast vielen empfohlen unbedingt diese AC-Therapie zu machen! Und nun? Warum hast Du das getan

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 05 Jun 2007 08:12:39 GMT

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

Da hast Du mal wieder was mißverstanden.

Ich habe hier nur geraten eine EMG-Messung durchführen zu lassen und dann (wenn der Wert zu hoch ist) die Spannung beseitigen. Ob die medikamentöse AC-Therapie (Botox) allerdings das geeignetste Mittel ist um Kopfhautspannungen dauerhaft zu lösen, das wage ich zu bezweifeln...

Aber es muss ja jeder für sich selbst wissen, ob er 600 Euro bezahlen möchte für solche Effekte wie von Benutzer81 beschrieben...

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [benutzer81](#) on Tue, 05 Jun 2007 08:44:54 GMT

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

um das mal klar zu stellen, ich habe nie gesagt das ich von der bisherigen wirkung enttäuscht bin. Im gegenteil, ich habe so gut wie keinen ha mehr und die haare wachsen wesentlich gesünder nach als noch vor ein paar monaten (woran es genau liegt kann ich aber nicht sagen)

Jedenfalls solltest mal aufhören dich auf diese verdammten werte zu vesteifen!

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 09:11:08 GMT

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

benutzer81 schrieb am Die, 05 Juni 2007 10:44um das mal klar zu stellen, ich habe nie gesagt das ich von der bisherigen wirkung enttäuscht bin. Im gegenteil, ich habe so gut wie keinen ha mehr und die haare wachsen wesentlich gesünder nach als noch vor ein paar monaten (woran es genau liegt kann ich aber nicht sagen)

Jedenfalls solltest mal aufhören dich auf diese verdammten werte zu vesteifen!

Der kennt halt nur HOP oder TOP, war ja schon immer so!

Wieviele Haare sind vorher und nachher ausgefallen so ca.?

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 05 Jun 2007 09:15:37 GMT

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

benutzer81 schrieb am Die, 05 Juni 2007 10:44um das mal klar zu stellen, ich habe nie gesagt das ich von der bisherigen wirkung enttäuscht bin. Im gegenteil, ich habe so gut wie keinen ha mehr und die haare wachsen wesentlich gesünder nach als noch vor ein paar monaten (woran es genau liegt kann ich aber nicht sagen)

Jedenfalls solltest mal aufhören dich auf diese verdammten werte zu vesteifen!

Hey, cool bleiben!

Wie wir wissen haben viele schon mit einem EMG-Wert von 30 Haarausfall. Und Du hast nach 2 Monaten noch immer einen Wert von 40!

Deine Haare sind kräftig nachgewachsen, das freut mich für Dich. Das freut mich wirklich! Aber Du schluckst ja ansonsten auch gaaaaaaar nichts und trägst natürlich auch keine Topicals auf

Hehe.. Woher willst Du wissen, welches Mittel den ausschlaggebenden Effekt gegeben hat? Ohne der AC-Therapie könntest Du jetzt die gleichen Erfolge zu verzeichnen haben.

Nichts gegen den Spannungs-HA. Die Idee, dass der HA daher kommt finde ich gut. Aber ein EMG-Wert der noch immer so hoch ist, kann schlecht zum HA-Stopp führen.

Dr. Caspari will doch auch nur Geld verdienen...

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 05 Jun 2007 09:18:09 GMT

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

Unkreativer schrieb am Die, 05 Juni 2007 11:11benutzer81 schrieb am Die, 05 Juni 2007 10:44um das mal klar zu stellen, ich habe nie gesagt das ich von der bisherigen wirkung enttäuscht bin. Im gegenteil, ich habe so gut wie keinen ha mehr und die haare wachsen

wesentlich gesünder nach als noch vor ein paar monaten (woran es genau liegt kann ich aber nicht sagen)

Jedenfalls solltest mal aufhören dich auf diese verdammten werte zu vesteifen!
Der kennt halt nur HOP oder TOP, war ja schon immer so!

Wieviele Haare sind vorher und nachher ausgefallen so ca.?

Würdest Du vielleicht mal aufhören ständig auf mir herumzuhacken? Dass wir 2 völlig verschiedene Meinungen haben wissen wir ja jetzt... Lass es doch einfach gut sein.
Ich bin so wie ich bin. Und Du bist anders.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Hammerhaar](#) on Tue, 05 Jun 2007 09:32:06 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Die, 05 Juni 2007 11:15

Nichts gegen den Spannungs-HA. Die Idee, dass der HA daher kommt finde ich gut.

Nicht wahr? Tolle "Idee"...

Und weil irgendwo irgendwer so eine Idee hatte, ist es dann auch so.

Aber ich habe auch eine gute Idee:

dein Haarausfall kommt davon, dass du immer im Forum postest!

Wenn du aufhörst, kommen die Haare wieder, ehrlich!

Jetzt aber mal ernst:

wieso verlässt du dich so sehr auf diese Theorie?

Weil du Probleme mit der Wirbelsäule hast?

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 10:02:18 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Die, 05 Juni 2007 11:18Unkreativer schrieb am Die, 05 Juni 2007 11:11benutzer81 schrieb am Die, 05 Juni 2007 10:44um das mal klar zu stellen, ich habe nie gesagt das ich von der bisherigen wirkung enttäuscht bin. Im gegenteil, ich habe so gut wie keinen ha mehr und die haare wachsen wesentlich gesünder nach als noch vor ein paar monaten (woran es genau liegt kann ich aber nicht sagen)

Jedenfalls solltest mal aufhören dich auf diese verdammten werte zu vesteifen!
Der kennt halt nur HOP oder TOP, war ja schon immer so!

Wieviele Haare sind vorher und nachher ausgefallen so ca.?

Würdest Du vielleicht mal aufhören ständig auf mir herumzuhacken? Dass wir 2 völlig verschiedene Meinungen haben wissen wir ja jetzt... Lass es doch einfach gut sein. Ich bin so wie ich bin. Und Du bist anders.

Hier sind alle anders und jeder kann so sein wie er will. Und ich habe persönlich nichts gegen Dich und bist ja wahrs. ein netter Kerl. Aber wenn jemand Neulinge verunsichert und mit unmöglichen Ratschlägen berät, hört der Spaß auf! Du hast doch anfangs die AC-Therapie hochgelobt. Wenn sich jemand den angenommen hat und die Therapie macht, liest er ein paar Wochen später, wie Du plötzlich nur negativ dazu äuserst. Echt prima Weisst Du überhaupt was Du schon so alles gepostet hast? Ich glaube Du hast das schon alles vergessen, oder?

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [benutzer81](#) on Tue, 05 Jun 2007 10:06:56 GMT

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

@unkreativer, es sind mittlerweile eigentlich so wenige das ich nicht mehr zähle oder sie mir gar nicht auffallen. Zu spitzenzeiten waren es bestimmt schon um die 150.

Muss aber dazu sagen das der stop 3-4 tage nach therapiebeginn eingetreten ist was eher ein zufall war.. (oder vielleicht auch nicht) Mit den topicals hab ich ungefähr zeitgleich begonnen weshalb ich diese schon mal als grund dafür ausschließen kann..

Vielleicht hat auch nur fin plötzlich die volle wirkung entfaltet (aber nach 10 monaten erst?)

Mal weitersehen..

@2008: Finde dich damit ab, das es leute gibt denen 600€ weniger ins gewicht fallen und das hier testen können.. Nur weil du das geld nicht übrig hast (und gerade DU wärst der 1. gewesen der die therapie gemacht hätte!)brauchst den anderen usern nicht erzählen das sie ihr geld zum fenster rausgeworfen hätten.

Merkst du eigentlich nicht das du langsam in deiner eigenen welt lebst? Du stellst deine eigenen theorien über den ha auf (mit ac hat das auch nichts mehr zu tun) und entwickelst gleich die dazu gehörigen therapien.. Wenns dich glücklich macht, mach weiter aber nerv die anderen nicht damit

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 05 Jun 2007 11:49:02 GMT

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

Hammerhaar schrieb am Die, 05 Juni 2007 11:32Ab-2008-Norwood-null schrieb am Die, 05 Juni 2007 11:15

Nichts gegen den Spannungs-HA. Die Idee, dass der HA daher kommt finde ich gut.

Nicht wahr? Tolle "Idee"...
Und weil irgendwo irgendwer so eine Idee hatte, ist es dann auch so.
Aber ich habe auch eine gute Idee:
dein Haarausfall kommt davon, dass du immer im Forum postest!
Wenn du aufhörst, kommen die Haare wieder, ehrlich!

Jetzt aber mal ernst:
wieso verlässt du dich so sehr auf diese Theorie?
Weil du Probleme mit der Wirbelsäule hast?

Wenn ich mich auf die Theorie verlassen würde, dann würde ich wohl kaum Fin, Minox und Sägepalme nehmen!!

Für mich ist der Spannungs-HA ein ganz neuer Therapieansatz, den man unbedingt untersuchen sollte.
Bei mir ist der Ausfall dort am schlimmsten wo die grösste Spannung ist. Das merke ich selber!!
Das ist auch der Grund, warum ich so viel von der Spannungs-Theorie halte.
Als ich das erste Mal "Spannungs-HA" gelesen hatte, war mein erster Gedanke sofort: Scharlatanerie!
Aber wenn man sich etwas näher mit dem Thema befasst, dann kommt man plötzlich drauf, dass die Spannung doch einen unglaublichen Einfluß auf den Haarausfall haben KÖNNTE.
Das ist ja noch nicht ganz 100% bewiesen, aber bislang deuten alle Indizien darauf hin.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 05 Jun 2007 11:54:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

benutzer81 schrieb am Die, 05 Juni 2007 12:06@unkreativer, es sind mittlerweile eigentlich so wenige das ich nicht mehr zähle oder sie mir gar nicht auffallen. Zu spitzenzeiten waren es bestimmt schon um die 150.

Muss aber dazu sagen das der stop 3-4 tage nach therapiebeginn eingetreten ist was eher ein zufall war.. (oder vielleicht auch nicht) Mit den topicals hab ich ungefähr zeitgleich begonnen weshalb ich diese schon mal als grund dafür ausschließen kann..

Vielleicht hat auch nur fin plötzlich die volle wirkung entfaltet (aber nach 10 monaten erst?)

Mal weitersehen..

@2008: Finde dich damit ab, das es leute gibt denen 600€ weniger ins gewicht fallen und das hier testen können.. Nur weil du das geld nicht übrig hast (und gerade DU wärst der 1. gewesen der die therapie gemacht hätte!)brauchst den anderen usern nicht erzählen das sie ihr geld zum fenster rausgeworfen hätten.

Merkst du eigentlich nicht das du langsam in deiner eigenen welt lebst? Du stellst deine eigenen

theorien über den hauf (mit ac hat das auch nichts mehr zu tun) und entwickelst gleich die dazu gehörigen therapien.. Wenns dich glücklich macht, mach weiter aber nerv die anderen nicht damit

Was ich nicht verstehe ist, warum Du erst mit der AC-Therapie beginnst und nachher erst mit Autogenem Training?

Warum machst Du nicht jetzt schon Autogenes Training?
Bequemlichkeit?

Der Grund, warum ich meine Meinung zur AC-T geändert habe war der, da ich von einer grösseren Wirkung mit Botox ausgegangen bin. Ich habe es so verstanden, dass durch Botox die Muskeln komplett gelähmt seien und der EMG schon nach wenigen Tagen auf 0,7-1,5 herab fällt.

Das ist aber laut Deinem Bericht nicht der Fall!

Wäre es der Fall, dann wären die Muskeln innerhalb eines "Kur-Zeitraumes" z.B. 1,5 Jahre komplett gelähmt und könnten sich so zurückbilden. Dann hätte Botox wirklich eine grosse überlegene Kraft gegenüber Autog. Training.

Aber nach 2 Monaten von 100 auf 40, das zeigt eigentlich, dass Botox doch nicht so stark ist und man die gleichen Effekte mit Autogenem Training erzielen könnte...

Das wollte ich damit sagen. Autog. Training kostet nichts und Botox 600 pro Sitzung. Das ist rausgeschmissenes Geld.

Schön, dass Du es Dir wenigstens leisten kannst. Die meisten hier haben nicht so viel Geld übrig...

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [follikelfading](#) on Tue, 05 Jun 2007 12:27:55 GMT

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

hallo maenner!

ich muss schon sagen interessanter beitrag zum fruehstueck..
jetzt hoert halt mal auf euch gegenseitig auf die 12 zu hauen..!

ich find das gut das ihr es vermeiden wollt das irgendjemand seine eigenen abenteuerlichen theorien aufstellt, in seiner meinung ueberdurchschnittlich sprunghaft ist (2008 du hattest wirklich irgendwie ne leichte kehrtwende in deiner euphorie fuer diese angelegenheit) und damit besonders die "neulinge" verunsichert.

anyway, wir haben uns schon ziemlich stark vom thema verbschiedet und es geht zu 75% nurnoch darum den anderen zu dissen oder sich zu rechtfertigen - meine anfaenglichen fragen hat aber leider noch niemand so richtig beantwortet...

ich versuche nach wie vor noch rauszufinden was man sich unter umstaenden davon erwarten kann, etc.

bin uebers letzte jahr rasant von norwood 3 auf 4 abgestuerzt, oben diffus und in den GHE's kann

langsam ne kpl fussballmannschaft tagen...

ich wuerde jetzt gern mit finpecia (nochmal die frage-hat jemand erfahrung mit diesem generika?) anfangen. zusaetzlich unterstuetzend das noizoral shampoo (1% ketoconazole) verwenden und dann vielleicht noch ernaehrungsergaenzend.

wer kann DAZU was sagen? ich bin leicht verunsichert und moechte nicht zu viele sachen auf einmal nehmen, offensichtlich fuehrt das dazu das man nichtmehr detektieren kann was denn nun den erfolg gebracht hat...

ich habe gestern nochmal eine mail mit zig kritischen fragen an info@AC geschickt und bin mal gespannt was die so dazu schreiben. mal sehen wie sich das mit euren erfahrungen deckt. vielleicht wird das ganz e bild ja dann etws klarer.
gibt es eigentlich irgendwelche rechtlichen probleme wnn man die antwort dann hier postet?

gruss
nat

p.s.: benutzer, hatte nicht sssnake auch erst gesagt das es nicht so stark angeschlagen hat und im 2. ansatz dann gemeint das es doch irgendwie zu neuwachstum kam - war sich aber nicht sicher (so wie du) kannst du nochmal genau reflektieren was in welchem zeitraum passiert ist und vielleicht aus frueheren erahrungen irgendwie isolieren wem/was du den erfolg nun am staerksten zuschreibst..?

merci

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Amarok](#) on Tue, 05 Jun 2007 13:11:35 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Die, 05 Juni 2007 13:54

Aber nach 2 Monaten von 100 auf 40, das zeigt eigentlich, dass Botox doch nicht so stark ist und man die gleichen Effekte mit Autogenem Training erzielen koennte...

Hat das hier schonmal jemand geschafft? Oder hast du das einfach von der AC-Seite uebernommen?

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 13:15:52 GMT

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

Amarok schrieb am Die, 05 Juni 2007 15:11 Ab-2008-Norwood-null schrieb am Die, 05 Juni 2007 13:54

Aber nach 2 Monaten von 100 auf 40, das zeigt eigentlich, dass Botox doch nicht so stark ist und man die gleichen Effekte mit Autogenem Training erzielen könnte...

Hat das hier schonmal jemand geschafft? Oder hast du das einfach von der AC-Seite übernommen?

Ja, benutzer81 hatte diese Werte

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Amarok](#) on Tue, 05 Jun 2007 13:19:32 GMT

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

Jo sorry.. meinte die Aussage, dass die gleichen Werte mit Autogenem Training erreichbar seien.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 13:21:03 GMT

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

Amarok schrieb am Die, 05 Juni 2007 15:19Jo sorry.. meinte die Aussage, dass die gleichen Werte mit Autogenem Training erreichbar seien.

Aso ne, das kommt von ab2008... also ohne Quelle

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [matigol](#) on Tue, 05 Jun 2007 13:56:23 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Die, 05 Juni 2007 13:54benutzer81 schrieb am Die, 05 Juni 2007 12:06@unkreativer, es sind mittlerweile eigentlich so wenige das ich nicht mehr zähle oder sie mir gar nicht auffallen. Zu spitzenzeiten waren es bestimmt schon um die 150.

Muss aber dazu sagen das der stop 3-4 tage nach therapiebeginn eingetreten ist was eher ein zufall war.. (oder vielleicht auch nicht) Mit den topicals hab ich ungefähr zeitgleich begonnen weshalb ich diese schon mal als grund dafür ausschließen kann..

Vielleicht hat auch nur fin plötzlich die volle wirkung entfaltet (aber nach 10 monaten erst?)

Mal weitersehen..

@2008: Finde dich damit ab, das es leute gibt denen 600€ weniger ins gewicht fallen und das hier testen können.. Nur weil du das geld nicht übrig hast (und gerade DU wärst der 1. gewesen der die therapie gemacht hätte!)brauchst den anderen usern nicht erzählen das sie ihr geld zum fenster rausgeworfen hätten.

Merkst du eigentlich nicht das du langsam in deiner eigenen welt lebst? Du stellst deine eigenen theorien über den ha auf (mit ac hat das auch nichts mehr zu tun) und entwickelst gleich die

dazu gehörigen Therapien.. Wenns dich glücklich macht, mach weiter aber nerv die anderen nicht damit

Was ich nicht verstehe ist, warum Du erst mit der AC-Therapie beginnst und nachher erst mit Autogenem Training?

Warum machst Du nicht jetzt schon Autogenes Training?
Bequemlichkeit?

Der Grund, warum ich meine Meinung zur AC-T geändert habe war der, da ich von einer grösseren Wirkung mit Botox ausgegangen bin. Ich habe es so verstanden, dass durch Botox die Muskeln komplett gelähmt seien und der EMG schon nach wenigen Tagen auf 0,7-1,5 herab fällt.

Das ist aber laut Deinem Bericht nicht der Fall!

Wäre es der Fall, dann wären die Muskeln innerhalb eines "Kur-Zeitraumes" z.B. 1,5 Jahre komplett gelähmt und könnten sich so zurückbilden. Dann hätte Botox wirklich eine grosse überlegene Kraft gegenüber Autog. Training.

Aber nach 2 Monaten von 100 auf 40, das zeigt eigentlich, dass Botox doch nicht so stark ist und man die gleichen Effekte mit Autogenem Training erzielen könnte...

Das wollte ich damit sagen. Autog. Training kostet nichts und Botox 600 pro Sitzung. Das ist rausgeschmissenes Geld.

Schön, dass Du es Dir wenigstens leisten kannst. Die meisten hier haben nicht so viel Geld übrig...

@2008

Sorry will mich hier echt nicht auf dich einschließen wie manch andere Leute hier.

Aber:

Du solltest wissen daß Autogenes Training nicht jeder Mensch 100%ig lernen kann. Manche üben es schon über Jahre und machen kaum Fortschritte. Daher bringt es nichts, den Leuten lieber AT als Botox-Alternative zu empfehlen. AT ist wie der Name schon sagt ein Training, was also mit ständigem Üben verbunden ist. Also ist es mit Sicherheit keine kurzfristige Lösung gegen Kopfhautspannung!!!

Ich mache mir jetzt nicht die Mühe den Post zu finden, aber auch die Aussage des Unkreativen, daß die Wirkungen von AT und Progr. Muskelentspannung nicht bewiesen wären, sind leider völlig falsch!

Die positiven Wirkungen von Entspannungsmethoden sind definitiv bewiesen.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 14:04:54 GMT

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

Zitat:

Ich mache mir jetzt nicht die Mühe den Post zu finden, aber auch die Aussage des Unkreativen, daß die Wirkungen von AT und Progr. Muskelentspannung nicht bewiesen wären, sind leider

völlig falsch!

Die positiven Wirkungen von Entspannungsmethoden sind definitiv bewiesen.

Wo sind die Wirkungen von AT & Prog. Muskelentspannungen auf den AGA-HA (!) denn beschrieben? Und das interessiert ja hier in diesem Forum (zumindestens die Mehrzahl).

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [follikelfading](#) on Tue, 05 Jun 2007 14:31:17 GMT

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

hallo,

ich hab vor 2h eine antwort/frage gepostet (14:27), allerdings glaube nicht auf die letzte meldung. muss ich das immer ganz unten anhaengen..? kanns nichtmehr rauskopieren...(sorry bin noch neu hier..)

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Sssnake](#) on Tue, 05 Jun 2007 15:28:00 GMT

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

Hallo FollikelEnforcer! Hast Du eine konkrete Frage an mich? Ich habe im Vorbeiscrollen ein paar Mal meinen Namen gelesen, ich mag mich jetzt aber nicht durch diese ganze linguistische Gülle wühlen ...

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [follikelfading](#) on Tue, 05 Jun 2007 17:10:22 GMT

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

hi sssnake,

ja ein paar fragen haette ich schon an all die die mit de AC therapie schon erfahrung gemacht haben. leider driften viele posts hier ab und es geht nur noch drum sich gegenseitig verbal auf die 12 zu hauen...

meine fragen/unklarheiten stehen alle in meinem 1. post (4.6. 7:59, ergaenzend im letzten beitrage des threads heute 14:27) waer schoen wenn du das mal durchlesen koenntest und dann deine erfahrungen & gedanken nochmal mit mir teilen) merci vorab.

denn ich erinner mich das du mal geschrieben hast das du von deinen resultaten der ACT nur wenig begeistert warst. in der 2. ueberlegung meintest du dann aber du haettest deinen ebitrag nochmal gelesen und bist der meinung du warst zu streng... (ich hoffe ich verwechsel das nicht) kannst ja vielleicht nochmal reflektieren ob die Ac bei dir was bewirkt (hat)...

ich versuche halt mel relativ neutral rauszufinden was man von der AC T erwarten kann.

danke & gruss
nat

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [benutzer81](#) on Tue, 05 Jun 2007 18:45:44 GMT

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

was von der therapie zu erwarten ist kann dir hier wahrs. noch keiner so recht sagen. Der bericht von dem du sprichst ist uebrigens von sedaris und nicht von ssnake. Ich glaube sedaris hat die act im januar oder februar gemacht..

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [benutzer81](#) on Tue, 05 Jun 2007 19:17:39 GMT

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

@2008 ich mache danach weiter mit autogenem training bzw. versuche das durchzuziehen, da ich merke das es meinem koerper gut tut bestimmte muskelgruppen zu entspannen! Und das hat jetzt nichts mit den haaren zu tun!

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [follikelfading](#) on Wed, 06 Jun 2007 11:41:02 GMT

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

servus benutzer,

danke fuer die info. sorry ssnake dann hab ichs doch verwechselt. aber dennoch - tut sich bei dir was?

sedaris, falls du hier irgendwann drueberliesst - wie schaut es denn bei dir mittlerweile aus?

gruss
nat

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?
Posted by [Ssnake](#) on Wed, 06 Jun 2007 13:24:14 GMT

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

Die AC-Therapie ist jetzt 3 Wochen her - ich warte noch ein bisschen mit einem Bericht ... aber die Weiber fliegen jetzt noch mehr auf mich, seit ich keine Falten mehr hab

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 06 Jun 2007 23:08:19 GMT

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

Sssnake,

ich will Deine Hoffnung auf die AC-Therapie ja nicht dämpfen, aber laut Deiner Signatur hast Du zeitgleich mit Fin und minox angefangen...

Wenn jetzt wirklich Neuwuchs kommen sollte, dann könnte das genauso gut an Fin/Minox liegen!

Daher ist Dein Bericht hier mehr oder weniger- sorry
Gegenstandslos..

Klingt hart, ist aber leider so.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Sssnake](#) on Thu, 07 Jun 2007 01:57:15 GMT

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

follikelfading schrieb am Die, 05 Juni 2007 19:10hi sssnake,

ja ein paar fragen haette ich schon an all die die mit de AC therapie schon erfahrung gemacht haben. leider driften viele posts hier ab und es geht nur noch drum sich gegenseitig verbal auf die 12 zu hauen...

meine fragen/unklarheiten stehen alle in meinem 1. post (4.6. 7:59, ergaenzend im letzten beitrug des threads heute 14:27) waer schoen wenn du das mal durchlesen koenntest und dann deine erfahrungen & gedanken nochmal mit mir teilen) merci vorab.

denn ich erinner mich das du mal geschrieben hast das du von deinen resultaten der ACT nur wenig begeistert warst. in der 2. ueberlegung meintest du dann aber du haettest deinen ebitrag nochmal gelesen und bist der meinung du warst zu streng... (ich hoffe ich verwechel das nicht) kannst ja vielleicht nochmal reflektieren ob die Ac bei dir was bewirkt (hat)...

ich versuche halt mel relativ neutral rauszufinden was man von der AC T erwarten kann.

danke & gruss
nat

Wie Benutzer81 schon gesagt hat, hast Du mich mit jemandem (sedaris?) verwechselt. Zu Doc C.: Ohne allzuviel Einblick zu haben: Ich glaube, er ist ok. Vom Auftreten her jedenfalls sehr down to earth und sympathisch.

@2008: Aaah ja. Jetzt kenn' ich wieder aus in dieser großen komplizierten Welt.

Subject: Re: EMG-Messung & AC Therapie - wo durchfuehren lassen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 07 Jun 2007 10:45:08 GMT

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

Sssnake schrieb am Don, 07 Juni 2007 03:57follikelfading schrieb am Die, 05 Juni 2007 19:10hi
sssnake,

ja ein paar fragen haette ich schon an all die die mit de AC therapie schon erfahrung gemacht haben. leider driften viele posts hier ab und es geht nur noch drum sich gegenseitig verbal auf die 12 zu hauen...

meine fragen/unklarheiten stehen alle in meinem 1. post (4.6. 7:59, ergaenzend im letzten beitrage des threads heute 14:27) waer schoen wenn du das mal durchlesen koenntest und dann deine erfahrungen & gedanken nochmal mit mir teilen) merci vorab.

denn ich erinner mich das du mal geschrieben hast das du von deinen resultaten der ACT nur wenig begeistert warst. in der 2. ueberlegung meintest du dann aber du haettest deinen ebeitrag nochmal gelesen und bist der meinung du warst zu streng... (ich hoffe ich verwechel das nicht) kannst ja vielleicht nochmal reflektieren ob die Ac bei dir was bewirkt (hat)...

ich versuche halt mel relativ neutral rauszufinden was man von der AC T erwarten kann.

danke & gruss
nat

Wie Benutzer81 schon gesagt hat, hast Du mich mit jemandem (sedaris?) verwechselt. Zu Doc C.: Ohne allzuviel Einblick zu haben: Ich glaube, er ist ok. Vom Auftreten her jedenfalls sehr down to earth und sympathisch.

@2008: Aaah ja. Jetzt kenn' ich wieder aus in dieser großen komplizierten Welt.

Das freut mich aber für Dich
