
Subject: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [rootcause](#) on Wed, 26 Feb 2014 12:48:00 GMT

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

Hallo,

nachdem ich jetzt schon paar Jahre hier mitlese und seit einigen Wochen aktiv beteilige will ich mich in diesem Thread vorstellen und meinen Verlauf dokumentieren.

Bin derzeit 25 Jahre.

Zum Verlauf:

GHE und langsamen Schwund an der Tonsur beobachte ich schon seitdem ich 18 bin (2006).

Habe das damals aber irgendwie übersehen.

06/2011 hat es mich dann wirklich gestört, und ich habe mich im jugendlichen Leichtsinn einer HT unterworfen. Ohne mich vorher genau zu informieren.

02/2012] habe ich begonnen meine Ernährung und meine Kosmetikprodukte umzustellen. Ich habe auf Natrukosmetik und basische/vegetarische Ernährung umgestellt. Ich habe auf

Mehl

Zucker

Zusatzstoffe

Kohlensäure &

Fleisch verzichtet. Ich habe sehr gute Erfahrungen damit gemacht. U.a. ging dadurch die Akne weg

ich fühlte mich viel vitaler

schwitzte weniger (und roch auch viel weniger)

und meine Verdauung hat sich auch sehr verbessert.

An den Haaren hatte ich lange das Gefühl da wären Vellushaare in den Ecken entstanden (sieht man auch auf den Bildern) leider kann man es nicht mit den Handybildern vor HT vergleiche da Qualität zu schlecht.

Ich ernähre mich bis heute so (nicht mehr ganz so streng allerdings) und auch die Kosmetikschiene habe ich beibehalten.

Dank dem HA habe ich zumindest mal generell angefangen auf die Gesundheit zu achten. Vorher habe ich mich wirklich sehr schlecht ernährt.

So und im Anhang der Verlauf in Bilder von 06/2011 - 12-2012

File Attachments

1) [Verlauf -2012-12.jpg](#), downloaded 2559 times

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [rootcause](#) on Wed, 26 Feb 2014 13:27:19 GMT

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

Die neuesten Bilder hier im Beitrag sind von heute. Ich habe auch die Tonsur mitaufgenommen. War leider immer nur auf die GHE fokussiert, habe jedoch auch schon länger ne Ausdünnung festgestellt.

Zwischen Ende 2012 - heute habe ich jedoch einiges rumprobiert.

11/2012 Beginn mit Bürstenmassagen morgens und abends mit einer Wildschweinborstenbürste Ziel: Durchblutung anregen und Kopfhaut reinigen.

12/2012 Beginn mit Regaine morgens und abends 1ml

12/2013 Absetzen von Regain (zum Test ob die Verbesserung tatsächlich on Regaine stammt)

01/2014 Beginn mit Regaine nach sehr starkem Ausfall ca 3-4 Wochen nach Absetzen

22.02.2014 Ket/Minox Mischung gemäss Pilos' Anleitung

05.02.2014 Beginn mit Rizinusöl Darm zu reinigen (Anwendungen bisher (05.02.14 & 11.02.2014) diese Woche folgt die nächste.

02/2014 Habe mal 10 Tage (09.02.-19.02.) Dolofren angesetzt, aber dann wieder mit Minox/Ket weitergemacht.

14.02.2014 Beginn morgens und abends jeweils 2 Paranüsse (3-4 Paranüsse sollen bereits den Tagesbedarf an Selen decken)

16.02.2014 Beginn Siliziumgel/Kieselsäuregel morgens und abends jeweils ein Esslöffel Ziel: Stärkere und Dickere Haare

16.02.2014 Beginn Leinöl morgens und abends jeweils ein Esslöffel Ziel: Omega 3 Fettsäuren supplementieren

22.02.2014 Beginn Biotin morgens und abends jeweils 5mg

22.02.2014 Beginn Vitamin B Komplex morgens

Ich kaufe bevorzugt Bioware.

Ich denke im Moment darüber nach härtere Geschütze aufzufahren. Bin grad am einlesen und erstelle mir ein Dokument, dass die Erkenntnisse aus dem Foren zusammenfasst und in Zusammenhang stellt. Angefangen von Erklärung was sind Enzyme ARI-III etc und die Ursachen von AGA.

Wenn ich mal die Mittel wie Dut, RU, Progy, Spiro etc. verstanden habe werde ich mir einen Plan machen. Vorschläge sind dennoch sehr willkommen

PS seit Minox sind meine Haare dunkler geworden. Finde ich allerdings gut

LG rootcause

File Attachments

1) [Verlauf ab 2014-02.jpg](#), downloaded 555 times

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [rootcause](#) on Wed, 26 Feb 2014 13:35:22 GMT

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

Habe gerade noch Bilder von den GHE von 12/2013 gefunden.

Ich finde es ist insgesamt seit Beginn deutlich mehr geworden in den GHE.

Ich bin nur unsicher wem ich das zurechnen soll. Ernährung? Minox? Kombination aus beidem?

File Attachments

1) [GHE 12-2013.jpg](#), downloaded 554 times

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [fredfirestone](#) on Wed, 26 Feb 2014 13:59:05 GMT

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

wo hastn die ht machen lassen? sieht ziemlich verpfuscht aus
viel glück, gesunde ernährung immer gut

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [pilos](#) on Wed, 26 Feb 2014 14:03:00 GMT

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

fredfirestone schrieb am Wed, 26 February 2014 15:59 sieht ziemlich verpfuscht aus

das nicht, aber zu wenige grafts...

rootcause schrieb am Wed, 26 February 2014 15:27

Ich denke im Moment darüber nach härtere Geschütze aufzufahren. Bin grad am einlesen und erstelle mir ein Dokument, dass die Erkenntnisse aus dem Foren zusammenfasst und in Zusammenhang stellt. Angefangen von Erklärung was sind Enzyme ARI-III etc und die Ursachen von AGA.

Wenn ich mal die Mittel wie Dut, RU, Progy, Spiro etc. verstanden habe werde ich mir einen Plan machen. Vorschläge sind dennoch sehr willkommen

ja mach mal einen plan

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [rootcause](#) on Wed, 26 Feb 2014 14:23:08 GMT

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

Danke fred!

Mein Ansprechpartner in der Klinik hatte mir im Nachgespräch erzählt das geht nicht dichter

beim ersten mal und man könnte das verdichten.
Hat mir direkt ein Angebot gemacht, istim Vergleich zu den Originalkosten sehr günstig.

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [Knorkell](#) on Wed, 26 Feb 2014 14:49:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das kommt davon wenn man glaubt man hätte sich ordneltich informiert. Auf 1.000
Transplanteure kommen 15 die wirklich zuverlässig gut sind.
Geh mal ins HT Forum und lass dich da beraten.

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [LeroySmith](#) on Wed, 26 Feb 2014 15:07:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Wed, 26 February 2014 15:03fredfirestone schrieb am Wed, 26 February 2014
15:59 sieht ziemlich verpfuscht aus

das nicht, aber zu wenige grafts...

zu wenige grafts sind pfusch. oder beim einsetzen wurde gepfuscht und es sind nicht genug
angewachsen.

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [PeterNorth](#) on Wed, 26 Feb 2014 17:57:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

erinnert mich irgendwie an puppenhaare hoffe das sieht heut besser aus...

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [Knorkell](#) on Wed, 26 Feb 2014 18:21:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Richtig, ein guter Arzt muss wissen wie viele Grafts die Fläche dicht machen und zu behaupten
es ginge nicht dichter heißt er ist ein inkompetenter Pfuscher.

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [rootcause](#) on Wed, 02 Apr 2014 16:15:31 GMT

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

kleines Update

14.03.2014 Vitamin B Komplex abgesetzt da starke Akne bekommen. Vor allem am Rücken. Mittlerweile hat sich das wieder stark gebessert.

Mein Dutasterid (Avidart) ist letzte Woche auch angekommen.

Ich füge nun seit

28.03.2014 meiner Ket/Minox Mischung noch Dut hinzu.

Rezept: 2 Kapseln Dut a 0,5mg +2ml Isopropylalkohol +4ml minox + 4ml Ket.

Ist dann 0,01% Dut und 2%minox.

Dosierung jeden Abend 2ml mit Spritze und stumpfer Kanüle.

Hat jemand Verbesserungsvorschläge für die Gewichtung?

Eventl werde ich Ket noch etwas reduzieren und mit Minox rauf gehen damit es etwas flüssiger ist und schön auf der Kopfhaut verläuft.

Beste Grüsse

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [rootcause](#) on Wed, 02 Apr 2014 16:19:27 GMT

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

HT wurde übrigens bei bc (beauty concept) in Karlsruhe gemacht.

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [conyous](#) on Wed, 02 Apr 2014 16:52:53 GMT

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

Hallo rootcause!

Als ich deinen Thread gelesen habe, sind mir sehr viele Parallelen zu meiner Geschichte aufgefallen.

Auch ich hab die letzten Monate nur hier im Forum gelesen und versucht die vielen Begriffe und Möglichkeiten auf die Reihe zu kriegen. Deine Idee mit der Zusammenfassung sollte ich auch machen glaub ich, denn irgendwann ist die Info zu viel. Vor allem der direkte schriftliche Vergleich ist sicher sehr hilfreich.

Mein HA macht sich vorwiegend bei den GHEs und am Oberkopf bemerkbar. Ich habe noch keine kahlen Stellen, aber ich merke verstärkt, dass sich die Sache zu lichten beginnt.

Eigentlich kann ich auch nicht vor Haarausfall sprechen, weil er sich im normalen Rahmen bewegt. Vielleicht 20 am Tag, die mir auffallen. Allerdings kommt es mir vor als ob die Stellen an denen Haare ausgefallen sind kahl bleiben.

So richtig bemerkt hab ich das in den letzten 1 ½ Jahren.
Darum hab ich wie du meine Ernährung umgestellt. Einfach gesünder, weniger Fleisch, basische NEMs, Vitamin B Komplex, Zink, andere Vitamine, basische Körperpflegeprodukte.

Fazit: ich fühl mich agil, hab 20kg abgenommen und meine Haare sind etwas dicker geworden, LEIDER ABER NICHT MEHR....

Ebenfalls vor 1 Jahr hab ich mir einen Hairmax gekauft, welchen ich immer (noch) regelmäßig verwende (3x pro Woche). Ich hab zwar keine Fotos von vorher gemacht, aber ich glaube, dass meine Haare im Tonsurbereich) etwas mehr geworden sind. Bei dem GHEs hat's definitiv nichts gebracht.

Tja, und die letzte Gleichheit zu dir ist, dass ich nun an der Schwelle stehe wie du und mir den nächsten Schritt überlege. Viel Lesen in diesem und amerikanischen Foren steht an der Tagesordnung.

Ich trau mich nicht über Fin. Will auch kein Minox. Vielleicht finde ich ja andere Produkte die nicht diese NWs haben.

Außerdem hab ich erst gestern einen Termin bei einem Hautarzt bezüglich eines Trichoscans ausgemacht. Eine große Blutuntersuchung habe ich auch vor (vor allem um die Hormone abzuchecken).

Auch wenn der Hairmax Laser nicht viel bringt, will ich der LLLT nicht gleich abschwören. Ich hab in einem US Forum einen tolle Thread entdeckt, der so glaube ich, sehr vielversprechend

Leider kann ich noch keine Links posten (erst nach 5 Beiträgen), aber du kannst ja nach dem hairlosshelpforum googlen und dort theradome suchen...

LG aus Österreich

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [rootcause](#) on Mon, 07 Apr 2014 06:35:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo conyous,

ich verfolge den Theradome bei <http://theradome.weebly.com/>
Da gibt es bisher keine Erfolge. Auch sonst habe ich von keinen Erfolgen (Ausser dem Hersteller) gesehen.
Daher warte ich erst mal ab ob es Erfolgsberichte geben wird.

Gruss

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [rootcause](#) on Thu, 01 May 2014 11:03:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

erneut ein Update:

Seit ca 2 Wochen hat sich mein Haarausfall um das 4-5 fache reduziert.
Wo ich vorher bei der Bürstenmassage ca 150-200 Haare zählen konnte, sind es jetzt ca 30-50.
Das halte ich für einen normalen Wert, wenn man beachtet dass ich die Kopfhaut mehrere Minuten intensiv Bürste.
Das gleiche beim Haare waschen.

Freut mich sehr da nicht mehr das komplette Bad voller Haare ist wenn ich nur mal Zähne putze

Ich schreibe den Erfolg hauptsächlich dem Ket/Minox (seit ende Feb.) und den Durchbruch wohl sehr wahrscheinlich dem Dutasterid (seit 4 Wochen) zu.

Eventuell hat auch die seelische Verfassung einen Beitrag geleistet. Nachdem ich mich Wochen lang, sehr intensiv hier eingelesen hatte und mich für meine Strategie entschieden habe, bin ich hier viel weniger aktiv und habe das gute Gefühl, etwas zu tun. Dadurch denke ich auch viel weniger über den Haarausfall nach.

Danke an der Stelle nochmal an die gesamte Community, die hier gesammelte Kompetenz und Vielfalt ist auf im deutschsprachigen Raum besipiellos

Das geht weit darüber hinaus was alle Hautärzte wissen, mit denen ich bisher zu tun hatte.

Meine Strategie war und ist es diese Medikation für min 6 Monate durchzuziehen. Die vielen verschiedenen Möglichkeiten (und insbesondere die Erfolgsberichte) verleiten zwar immer wieder was neues zu probieren, ich halte aber dies auch für einen der Gründe, warum es oft schwer ist die Wirksamkeit zu beurteilen.

Ich werde in den nächsten Wochen mal ein Fotoupdate einstellen. Die Qualität der Haare am Ansatz hat sich nämlich auch sichtlich verbessert (m.E. durch die NEM und insb. vom Kieselsäuregel).

Eine kleine Änderung habe ich bei meinem Rezept gemacht:
Rezept: 3 Kapseln Dut a 0,5mg +3ml Isopropyalkohol +6ml minox + 4g Ket.
Dosierung jeden Abend 2ml mit Spritze und stumpfer Kanüle.

Ket bleibt gleich bei 50% mehr Dut, Iso und Minox.
Grund ist die Konsistenz, da es sich so besser verteilen lässt und auch noch leicht auf dem Kopf verläuft.

Beim vorherigen Anteil an Ket hatte ich beim Kämmen weisse Flocken in den Haaren weil die Mischung so dick war dass es nicht richtig eingezogen ist/schlecht gleichmässig verteilt werden konnte.

Es ist auch sehr angenehm nur Abends "schmierem" zu müssen. Das spart Zeit und vereinfacht das stylen am Morgen.

LG
rootcause

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [rootcause](#) on Thu, 02 Oct 2014 12:12:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Seit einigen Wochen habe ich wieder sehr starken Ausfall. Das hat mich zu folgender neuen Medikation veranlasst:

Bleibt
Rezept: 3 Kapseln Dut a 0,5mg +3ml Isopropyalkohol +6ml minox + 4g Ket.
Dosierung jeden Abend 2ml mit Spritze und stumpfer Kanüle.

Neu
0,5 mg Finasterid jeden zweiten Tag

Grüsse
rc

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [rootcause](#) on Sat, 18 Oct 2014 07:02:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich erhöhe heute auf 0,5 mg Fin jeden Tag.

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [Blackster](#) on Sat, 18 Oct 2014 08:50:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

rootcause schrieb am Wed, 02 April 2014 18:15Ich füge nun seit 28.03.2014 meiner Ket/Minox Mischung noch Dut hinzu.

Noch keine Veränderung nach 6-7 Monaten Dut ?
Bestätigt meine Annahme, dass Fin und Dut jeweils only nicht viel bringen.
Würde an deiner Stelle bei Fin direkt auf 1,25mg 5 mal wöchentlich + 2 mal Dut/w gehen.

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [rootcause](#) on Sat, 01 Nov 2014 10:10:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dut nehm ich nur topisch ne.

Warum so eine hohe Dosis Fin? Ich habe überhaupt so lange gezögert und möchte eigentlich so wenig wie nötig nehmen.
Gab es hier nicht schon einige Studien die bei Fin gezeigt haben mehr is nicht gleich besser?

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [rootcause](#) on Wed, 02 Sep 2015 17:36:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bisher habe ich mit der aktuellen Medikation Erfolge erzielt.
Ich glaube allerdings da würde noch mehr gehen.

Daher nehme ich ab morgen Dut oral dazu und übernehme die Dosierung von Pilos
<http://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&goto=344356>

Was ich jetzt nicht genau weiss ist ob Dut topisch noch Sinn macht.
Es könnte ergänzend von aussen wirken aber auch hinfällig sein, wenn ich es sowieso einnehme.

Was meint ihr?

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [rootcause](#) on Wed, 02 Sep 2015 17:36:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Doppelpost

Subject: Aw: rootcause's Verlauf AGA
Posted by [OhNoHair](#) on Wed, 02 Sep 2015 17:56:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie sieht dein Status z.Zt. denn aus ? Die letzten Bilder sind von 2014
