
Subject: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Thu, 23 Jan 2025 14:05:00 GMT

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

Hallo liebe Community,

ich hatte schoneinmal einen Beitrag mit meinem Problem, der aber verloren gegangen ist und nun gibt es ein Update zu meinem Stand. Ich bin echt verzweifelt und das belastet mich sehr. Daher bitte ich alle erfahrenen um eine Einschätzung und eindeutige Empfehlung. Was würdet Ihr tun, mit dem heutigen Wissenstand bzw. Erfahrungen.

Kurz zu mir:

-37 Jahre

- Problem begann sehr langsam mit ca 33 (richt haarverlust habe ich bis heute nie wahrgenommen)
- Problemzone lichter werdender Tonsur
- Familie mütterlicherseits haben alle volles Haar und väterlicherseits ist es 50/50. Mein Vater selber hat noch Haare, lediglich etwas Lichter im Tonsur (mit 69 Jahre).
- Ich nehme keine Mittel außer Alpecin Produkte
- Fotos im Anhang

Also ich hatte ein Beratungsgespräch zur HT und war mir sicher, dass ich es durchziehe und somit wieder selbstbewusst meine Frisur tragen kann. Allerdings wurde mir vom seriösen Doktor eine HT nicht empfohlen und eher abgeraten, da das Risiko zu groß ist, dass die anderen Haare ausfallen könnten. Somit hätte ich quasi nur neue gegen alte Haar getauscht und müsste eine zweite HT machen. Der Doktor meinte, dass er davon ausgeht, dass mein Haarausfall weiter gehen wird. Wie schnell und wann er stagniert kann er aber nicht sagen. Seine Empfehlung war Fin und Minox, falls ich mit den NW leben kann.

Allerdings habe ich das nicht ganz verstanden... das mit dem

Schockverlust versteh ich und macht total Sinn. Eine lokale Verletzung und stress ist schlecht für die geschwächten Haare.

Aber es gibt so viele Leute, die sogar mehr Probleme haben wie ich und nach der HT alles super ist und top aussieht. Wieso ist es nur bei mir nicht möglich? Kann ich nie wieder volles Haar haben bzw. besser als jetzt?

Was soll ich nun tun? Wie ist eure Einschätzung und was würdet ihr mir empfehlen? Bitte ich brauche einen Schlachtplan und eine Einschätzung. Ich bin davon ausgegangen, dass bei mir nicht mehr viel passiert bis ich 50 bin. Aber nach dem Gespräch hörte sich das eher so an, dass da noch viel mehr ausfallen kann und ich auch einer von den Kandidaten mit Haarkranz sein werde.

Soll ich es einfach riskieren und HT machen? Oder noch 2-3 Jahre warten? Was könnte ich sonst machen oder wie soll ich vorgehen und planen, damit es nicht schlimmer wird?

Meint ihr, dass mein Verlust noch schlimmer wird? Oder kann es sein, dass ich Glück habe und es bis 50 nicht viel mehr wird?

Und wie es aussieht ist es es bei mir ja erblich bedingt. Was ich nicht verstehe ist, dass mit dem Alter nimmt das dht doch abnimmt. Habe ich dann mit Ende 30 nicht den größten Ausfall hinter mir? Bis 33 hatte ich super Haare und da war mein DHT doch viel höher.

Was würden die Experten mir raten? Wie soll ich vorgehen? Noch warten und wenn es in 1-2 Jahren mehr geworden ist zur HT?

Fin will ich nicht, aufgrund der NW und da ich noch keine Kinder habe.

Macht minox viel Sinn bei mir? Oder fallen mir da langfristig, beim absetzen mehr Haare raus?

Bitte helft mir und gibt mal eine Empfehlung und Einschätzung.

Ich weiß jetzt absolut nicht wie ich vorgehen soll. Am liebsten wäre mir die HT und dann habe ich Ruhe. Aber anscheinend ist dem nicht so. Sad

Zur Zeit kann ich nur lange Haare tragen und muss sie immer nach hinten legen. Sonst fühle ich mich total unwohl im Sommer merke ich sogar schon die Sonne auf der kahlen Stelle.

Please help und sorry für diesen langen Text.

File Attachments

1) [IMG_5849.jpeg](#), downloaded 449 times



2) [IMG_5844.jpeg](#), downloaded 393 times



3) [IMG_5841.jpeg](#), downloaded 364 times



Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust
Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Thu, 23 Jan 2025 14:31:27 GMT

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

Hier noch zwei weitere Fotos.

File Attachments

- 1) [IMG_5869.jpeg](#), downloaded 315 times



2) [IMG_5868.jpeg](#), downloaded 297 times



Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Werwolf](#) on Thu, 23 Jan 2025 17:38:56 GMT

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

Arbeite lieber an deiner Einstellung.

Du brauchst keine HT und auch keine Medikamente.

Freu Dich über deinen guten Status.

Wenn Du eine HT machst, wirst du auch danach wieder etwas finden, dass dich stört.

Nochmals, ändere dein Mindset.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [rgv250blau](#) on Thu, 23 Jan 2025 19:18:01 GMT

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

Schneider die Haare mal kürzer dann sieht es viel besser aus.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Thu, 23 Jan 2025 20:24:28 GMT

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

Danke erstmal für die Antworten. Das mit dem mindset ist gut gemeint, aber schwer diesen Zustand zu akzeptieren. Irgendwie belastet das und ich fühle mich immer unwohler.

Ich würde zum Beispiel super gerne eine kurzhaar Frisur tragen. Aber als ich die Haare das letzte Mal kürzer hatte, hat man es viel mehr gesehen und ich wurde öfters darauf aufmerksam gemacht (Freunde und Familie). Und das war vor 3 Jahren. Mittlerweile ist es wahrscheinlich etwas lichter geworden.

Durch die HT könnte ich dann evtl wieder kurze Haare tragen.

Daher nochmal die Bitte mir eure Einschätzungen zu geben:

Was empfiehlt ihr mir? Und wie schätzt ihr meinen Verlauf ein? Wird es mehr oder kann es sein, dass es nicht viel mehr wird?

Was sagt ihr zu HT? Risiko zu groß, dass dadurch andere Haare ausfallen?

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [rgv250blau](#) on Fri, 24 Jan 2025 06:46:29 GMT

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

Norbert_1808 schrieb am Do., 23 Januar 2025 21:24Danke erstmal für die Antworten. Das mit dem mindset ist gut gemeint, aber schwer diesen Zustand zu akzeptieren. Irgendwie belastet das und ich fühle mich immer unwohler.

Ich würde zum Beispiel super gerne eine kurzhaar Frisur tragen. Aber als ich die Haare das letzte Mal kürzer hatte, hat man es viel mehr gesehen und ich wurde öfters darauf aufmerksam gemacht (Freunde und Familie). Und das war vor 3 Jahren. Mittlerweile ist es wahrscheinlich etwas lichter geworden.

Durch die HT könnte ich dann evtl wieder kurze Haare tragen.

Daher nochmal die Bitte mir eure Einschätzungen zu geben:

Was empfiehlt ihr mir? Und wie schätzt ihr meinen Verlauf ein? Wird es mehr oder kann es sein, dass es nicht viel mehr wird?

Was sagt ihr zu HT? Risiko zu groß, dass dadurch andere Haare ausfallen?

Wir haben hier alle keine Glaskugel, wie Werwolf schon sagt ist dein Status noch sehr gut.

Fin wäre bei dir ein Versuch wert da es besonders in der Tonsur gut hilft, aber wenn du es nicht nehmen willst kann ich das auch gut verstehen.

Wie gesagt, ich würde die Haare mal kürzer machen so 3 bis 4cm dann ist der Kontrast zum Bestandshaar weniger.

Natürlich kannst du die Tonsur auch behandeln lassen und einfach drüber bügeln als wären die nativen Haare nicht da, es ist nur sehr wahrscheinlich dass deine Tonsur noch wächst und du alle 3 Jahre dann zur HT musst.

Dann bist du in der Journey gefangen.

Ein schöner NW5 mit guten Donor ist eben meist ein besserer Fall weil der nicht viel falsch machen kann. :d

Bei einer Ht musst du deinen Kopf so oder so rasieren also probiere es mal aus.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Fri, 24 Jan 2025 09:10:58 GMT

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

Ok also kann ich das so verstehen, dass der Tonsur durch die HT weiter ausschreiten wird? Was ist eure Meinung zu lokalem Fin oder fin shampoo? Hat das auch diese Nebenwirkung? Und würde minoxidil bei mir Sinn machen?

Dann werde ich vlt mal meine haare schneiden und erstmals mit Streu Haar arbeiten, zum

kaschieren und mit Kopfmassagen und Supplementen (Sägepalmextrakt, Zink, Magnesium, Eisen, Biotin, Kieselerde) arbeiten.

Wenn der Tonsur in 3 Jahren schlimmer ist, dann mache ich die HT mit 40.

Achso... besteht aber auch die Chance, dass wenn ich jetzt den Tonsur einfach auffüllen lasse, dass der Zustand nicht weiter geht? Bzw. Durch den Eingriff die anderen Haare nicht verletzt werden?

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Mona](#) **on** Fri, 24 Jan 2025 09:12:14 GMT

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

Norbert_1808 schrieb am Thu, 23 January 2025 15:05 Hallo liebe Community,

ich hatte schoneinmal einen Beitrag mit meinem Problem, der aber verloren gegangen ist...

https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/172827/#msg_172827

Hier geht nichts verloren... ;)

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [rgv250blau](#) **on** Fri, 24 Jan 2025 09:16:02 GMT

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

Norbert_1808 schrieb am Fr., 24 Januar 2025 10:10 Ok also kann ich das so verstehen, dass der Tonsur durch die HT weiter ausschreiten wird?

Was ist eure Meinung zu lokalem Fin oder fin shampoo? Hat das auch diese Nebenwirkung? Und würde Minoxidil bei mir Sinn machen?

Dann werde ich vlt mal meine Haare schneiden und erstmals mit Streuhaar arbeiten, zum Kaschieren und mit Kopfmassagen und Supplementen (Sägepalmextrakt, Zink, Magnesium, Eisen, Biotin, Kieselerde) arbeiten.

Wenn der Tonsur in 3 Jahren schlimmer ist, dann mache ich die HT mit 40.

Achso... besteht aber auch die Chance, dass wenn ich jetzt den Tonsur einfach auffüllen

lässe, dass der Zustand nicht weiter geht? Bzw. Durch den Eingriff die anderen Haare nicht verletzt werden?

Durch eine HT wird deine Tonsur natürlich nicht größer sondern durch den normalen AGA Verlauf den du ja nun mal hast.

Probier erstmal ohne HT und schau wie es sich entwickelt.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Fri, 24 Jan 2025 09:20:41 GMT

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

Ok danke! Dann erstmal abwarten... meinte ihr, wenn sich in den nächsten 2-3 Jahren nicht mehr viel verändert hat, dann bin ich bereit für die HT?

Und was sagt ihr zu Monoxidil?

Ich habe auch das Gefühl, dass Kreatin meinen Verlust verstärkt hatte.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [DELH100670](#) on Fri, 24 Jan 2025 17:57:43 GMT

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

Finde deinen Haarstatus für 37 völlig in Ordnung. Ich würde erstmal keine OP machen. Von Kreatin besser ab jetzt die Finger lassen.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Fri, 24 Jan 2025 19:06:49 GMT

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

Ja das mit dem Kreatin halten viele für einen Mythos. Ich bin mir aber sicher, dass es bei mir den Ausfall beschleunigt hat. Wäre schon ein Zufall, dass genau in der Zeit so ein Schub kam.

Aber was haltet ihr von Regaine bei mir? Auch gefährlich?

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Wed, 29 Jan 2025 16:26:19 GMT

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

Gibt es keinen weiteren Meinung oder Erfahrungen? Würde mich wirklich um jede Einschätzung und Ratschlag freuen.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [JohnnyR](#) on Wed, 29 Jan 2025 16:30:04 GMT

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

Diggi. Es ist alles gesagt.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Tom10](#) on Thu, 30 Jan 2025 09:45:20 GMT

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

Tonsur ist nicht weit genug fortgeschritten für eine HT. Kreatin kann zu HA führen, das ist kein Mythos. Eine Präventionstherapie gegen HA ist bei dir nicht falsch da du viele Haare hast

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Fri, 31 Jan 2025 13:35:32 GMT

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

Ok danke nochmals!

Was genau kann ich unter Präventivmaßnahmen verstehen. Fin wurde oft genannt, kommt aber für mich aber nicht in Frage wegen den NW.

Kann mir jemand ein paar präventive Maßnahmen nennen? Das wäre toll. Ich bin leider etwas verwirrt und weiß nicht genau, was clever wäre.

Kreatin lass ich die Finger von. Zink, Magnesium, biotin und Kieselerde nehme ich zur Zeit.

Ansonsten würde mir nur Säfepalmextrakt einfallen oder Monoxidil, wobei ich hier auch kein gutes Gefühl habe.

Was gibt es noch ?

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Werwolf](#) on Fri, 31 Jan 2025 14:29:35 GMT

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

Probier mal das neue Zuckergel aus, wenn de Dich traust.

Ansonsten kannst Du Ketokonazol Shampoo 2 x Woche probieren und ggf. Pirocton Olamine.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Norbert_1808](#) on Fri, 31 Jan 2025 17:12:35 GMT

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

„Wenn du dich traust..“? Welche Nebenwirkungen sind denn bekannt? Das mit dem Zucker klingt spannend und ich werde mich mal schlau machen. Solange der Zucker nicht vom Körper aufgenommen werden kann und zu Diabetes etc führen kann, klingt das unbedenklich.

Was haltet ihr eigentlich von diesen Scandinavian biolabs serum mit derma stamp? Habe gelesen, dass es nachweislich die Durchblutung anregt. Denke die Durchblutung könnte bei mir der Grund sein.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [DELH100670](#) on Fri, 31 Jan 2025 21:01:48 GMT

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

Norbert_1808 schrieb am Fr., 31 Januar 2025 18:12

Was haltet ihr eigentlich von diesen Scandinavian biolabs serum mit derma stamp? Habe gelesen, dass es nachweislich die Durchblutung anregt. Denke die Durchblutung könnte bei mir der Grund sein.

Durchblutung ist immer gut, ja. Wenn du das Geld über hast, kannst du es nehmen, genauso wie weitere Nahrungsergänzungsmittel um da mal Biotin, Vitamin D3 und K2, Zink, Selen, Eisen zu nennen.

Die Wahrscheinlichkeit ist hoch, dass du zu den 95% der Männer gehörst, deren Haarausfall hormonell bedingt ist.

Finasterid und Minoxidil sind nachweislich die einzigen Medikamente, die hormonbedingten, männlichen Haarausfall wirksam sind.

Subject: Aw: HT wurde abgeraten: Was tun bei langsam anschreitendem Verlust Tonsur?

Posted by [Werwolf](#) on Sat, 01 Feb 2025 12:24:19 GMT

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

<https://www.nationalgeographic.de/wissenschaft/2024/08/forschende-finden-natuerliches-mittel-gegen-haarausfall>
