

---

Subject: Meine "Kampfansage"

Posted by [Unfehlbar](#) on Wed, 30 Nov 2011 23:15:18 GMT

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

---

Moin Leute,

da sich die ganze Sache nach einigem lesen und auch schreiben hier für mich etwas konkretisiert hat, will ich mal meinen "Plan" veröffentlichen.

Kurze Vorgeschichte: Habe schonmal mit 20/21-23 (weiß nicht mehr genau) Fin genommen, 1,25 mg jeden Tag, keine NWs gehabt und der HA war mMn gestoppt.

Musste dann wegen einer zu langen Story aufhören und habe erstmal paar Monate nix mehr gemacht und dann angefangen Pantostin in die GHEs zu geben. Nach einiger Zeit viel mir auf, dass meine rechte GHE doch wieder fortschreitet, also entschied ich mich vor 2 Monaten, mit 24, nochmal voll anzugreifen.

Mein Plan sieht wie folgt aus:

1,25 mg Fin, 4 Tage on, 1 Tag off. Wenn ich das 6 Monate gemacht habe, wechsel ich dann noch zu 3 Wochen on, 1 Woche off. Bisher ca. 2,5 Monate, letztens sagte nen Kumpel schonmal, dass meine Haare dicker wirken (er wusste nichts davon, dass ich irgendwas nehme), yeah.

1 ml Nanoxidil (0,5 ml pro GHE) am Abend vor dem Schlafen. Minox vertrag ich leider gar nicht. Vom Nanoxidil wird meine Haut zwar trocken, aber das ist durchaus behandelbar.

Ket-Shampoo 2% aller 3 Tage Abends vorm Nanox.

Jeden Morgen 10 mg Zink in Tablettenform, ich ess aber auch so gut zinkhaltig wegen Kraftsport.

Biotin werd ich u.U. auch noch supplementieren, mach ich aber noch nicht.

Gegen die trockene Kopfhaut jeden Morgen Guhl Feuchtigkeitsshampoo.

Hier jetzt noch ne Frage, immer im Hinterkopf behalten, dass ich "voll" angreifen will:

1. Mir widerstrebt es, nur Abends was auf meine Birne zu kippen. Klar es gibt Meinungen Nanox nur 1 ml täglich ist genauso effektiv wie Minox 2 ml täglich und da meine Kopfhaut doch sehr trocken ist, will ich es erstmal so handhaben. Was kann ich am Morgen noch machen? Spiro, Fluta? Was nützt etwas? Was ist nicht zu stinkend/dumm aussehend so das ich dann noch raus gehen kann Es soll halt vor allem in den GHEs einen Nutzen bringen.

Im Anhang paar Bildchen, das erste September, danach Oktober, irgendwie hab ichs im November verschwitzt, nächster Termin ist 11.12. Ist nur Fin zu den Zeitpunkten.

P.S. Hoffe kann den Thread irgendwann zu den Erfolgsberichten verschieben

## File Attachments

1) [IMAG0123.jpg](#), downloaded 710 times

---



2) [IMAG0144.jpg](#), downloaded 660 times

