
Subject: steve's thread

Posted by [the_steve](#) on Mon, 09 Dec 2013 02:35:45 GMT

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

hallo liebe forenmitglieder.

Mein name ist stefan,

ich bin 22 jahre alt und leide seit meinem 16. Lj an AGA.volles haar hatte ich zuletzt mit ca 15 laut meinem reisepassfoto.

mein derzeitiger haarstatus ist ca NW 3.5 (meiner schätzung nach)
ich weiß das man in einem forum eher dazu neigt kurze beiträge zu schreiben/lesen ich werde euch trotzdem meine ganze geschichte also ignoriert die nächsten post weil es da nur um meine ganze geschichte gehen wird und euch das ev. langweilen könnte.

hier meine trigger zusammengefasst für die schnellen leser:
depression, fehlerernährung, schlafstörungen, übergewicht, falsche pflege, (excessive masturbation), psychischer stress (aga, pessimismus hoffnungslosigkeit)

ich hoffe mir durch die behandlung wenigsten einen halben cm wieder zu bekommen
wahrscheinlicher wird die behandlung aber meinen HA zu stoppen oder deutlich zu verlangsamen.

ich nehme seit oktober finasterid 1 mg(generika v. 247 doc sollen angeblich von cipla hergestellt werden)
und ab heute werde ich konsequent minoxidil verwenden.

hier mein akuelles regime:

1 mg fin(dosis werde ich ev. auf 1.25 erhöhen wenn ich gut darauf responde)
minoxidil 5 %:kirland foam in der früh spectral uhp am abend immer am ganzen scalp
zusätzlich verwende ich 3-4 mal abends den dermaroller
ket(1%) lotion alle 2 tage nach 3 wochen eine woche pause.
(Supps: Biotin 10 mg, arginin 1g, zinc 10 mg, grüner tee, kieselerde, Eisen,multivitamin sup) [in zukunft HE SHOU WU WAN und BRENNESSELWURZELEXTRAKT nur als Ergänzung]
derzeit keine NW bis auf schwächere libido könnte aber auch an der depression liegen. und meine körperbehaarung ist auch deutlich mehr geworden.

UPGRADES:

wenn ich nach 6 Monaten keine Fortschritte sehe werde ich etwas zu meinem Regime hinzufügen:

1. RU 58814
2. Tricomin
3. Laserhelm

File Attachments

1) [22Y 6,11,2013 front.jpg](#), downloaded 450 times

