

Hallo liebes Forum,

dies ist mein erster Beitrag. Ich verfolge schon seit Längerem, was hier so diskutiert wird und habe mich nun dazu entschlossen, einmal selbst über meine Situation zu berichten.

Ich bin 30 Jahre (m) und habe bereits seit einigen Jahren Haarausfall. Mit 24 hatte ich bereits ausgeprägte GHE, die dann langsam nach innen eingefallen sind. 2009/2010 erkannte ich dann leichte Ansätze einer Insel. In dieser Zeit begann auch der Haarausfall auf dem Oberkopf und der Tonsur, sodass ich nun einen lichten Streifen auf dem Oberkopf habe, sich eine Tonsur ausbildet und vorn alles nur noch sehr, sehr dünn ist. Irgendwie hat mich dieses Thema zwar beschäftigt, aber an Haartransplantationen oder so habe ich nie gedacht. Habe mich eher mit Shampoo oder Biotin-Tabletten beschäftigt, die aber nicht wirklich geholfen haben. Ich habe dann 2010 für ein paar Monate FinaHair ausprobiert, aber dann wieder abgesetzt, weil ich keine weiblichen Hormone nehmen möchte. Regaine für Männer hatte ich auch (Mitte 2011 bis Mitte 2013), habe das aber auch abgesetzt, da es mich immer gesört hat, dass die Haare extrem fettig aussehen.

Meinen aktuellen Status könnt ihr nun auf den folgenden Bildern bewundern. Den HA habe ich von meinen Papa geerbt. Er hat ebenfalls einen Streifen, eine ausgebildete Tonsur, die in etwa so groß ist wie meine, nur komplett unbehaart und vorn hat er auch eine Haarinsel. Finde aber, dass ich ihn schon so gut wie überholt habe, von der Tonsur einmal abgesehen.

Jetzt bin ich einfach mal interessiert, wie eure Meinung aussieht. Dass ich mit Haarmittelchen nicht mehr viel reißen kann, das ist mir klar. Würde aber auch keine verschreibungspflichtigen Medikamente nehmen wollen. Das ist mir die Sache nicht wert. In Sachen Haartransplantation schrecke ich doch vor der Streifenmethode zurück, denn das ist mir glaube ich etwas zu rabiat und mit der Nabe könnte ich mich glaube ich nicht anfreunden. Ebenfalls würde es mir ziemlich schwer fallen, mehrere Monate auf Sport zu verzichten und sehr ramponiert auszusehen. Es gibt da ja noch die FUE Methode, die ich persönlich als "sensitiver" empfinde, weiß aber nicht, ob das in meinem Fall etwas bringen würde.

Vielleicht habt ihr noch ein paar gute Ideen, die wir hier einfach mal diskutieren können.

Ansonsten raspele ich mir die Haare einfach auf 2 mm, das habe ich nämlich auch schon ausprobiert)

Viele Grüße und einen schönen Abend

File Attachments

1) [2014.jpg](#), downloaded 403 times

