
Subject: 21 Jahre, NW3 - Mein Weg

Posted by [haarausfall94](#) on Mon, 02 Nov 2015 18:51:53 GMT

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

Guten Abend liebes Forum,

nach langer Zeit des stillen Mitlesens fand ich es für hilfreich hier nochmal Ratschläge und Meinungen einzuholen. Den Leidensweg den man vor allem in so jungen Jahren durchschreitet muss ich hier den meisten wohl aber nicht erzählen ..

Möchte hier in dem Thread gerne auch in Zukunft über meinen Weg berichten.

Bin 21 Jahre jung, Haarausfall begann mit ca. 18 Jahren, hatte schon bereits von Kind auf eine hohe Stirn und war damals schon seehr pingelig was meine Haare anbelangte

- Nehme seit Februar 2014 Finasterid, eigentlich sehr regelmäßig jeden Tag , manchmal halt nur jeden 2. Tag wenn man es mal vergisst 1,25mg. Die Nebenwirkungen hielten sich bei mir in Grenzen, chronische Müdigkeit, Antriebslosigkeit.
- Lange Zeit lang Regaine Schaum benutzt, dann mal wieder nicht und jetzt mittlerweile auch schon wieder länger.
- Habe ab und zu Zink Tabletten eingenommen, 15mg. Möchte von nun an regelmäßig Zink einnehmen.
- Ket - Shampoo steht im Badezimmer irgendwo in einem Schrank, scheue mich irgendwie davor dies zu verwenden da ich nicht wirklich an die Wirksamkeit glaube wie ich es manchmal hier gelesen habe. Kann mir jemand diesbezüglich Verweise bzw. Anmerkungen geben inwiefern sich Ket Shampoo auf den Haarausfall positiv auswirken sollte ? Habe in dem Beipackzettel nämlich was von vermehrtem Haarausfall gelesen.

Schilddrüse / Blutwerte sind laut Ärzten in Ordnung. Hormonwerte sind allerdings nicht ok.
Progesteron 1,16 ng/ml; Norm: 4-10 ng/ml // Östradiol 28 pg/ml; Norm: 30-60 pg/ml //
Testosteron ist im Normbereich.

Bin allerdings noch in aktueller ärztlicher Behandlung bei einem Hormonspezialisten diesbezüglich, kann auf dauer wohl kaum positiv sein wenn die Hormonwerte durchgehend vermindert sind.

Auch aus dem Grund würde ich eigentlich in Zukunft auf Finasterid verzichten wollen, habe mit 19 1/2 Jahren angefangen Finasterid zu nehmen und bereue dies einwenig da es sicherlich Einfluss auf den noch nicht abgeschlossen Bartwuchs gehabt hat. Was könnte man statt Finasterid nehmen?? Was ist der Unterschied, in Bezug auf Wirkung und Nebenwirkung, zwischen Finasterid oral und topisch ?

Ein weiteres Problem ist meine sehr schnell fettende Kopfhaut, benutze ein ph neutrales mildes Shampoo von SebaMed, hilft allerdings nicht viel.

Möchte in Zukunft auch eine Ernährungsumstellung durchführen, esse sehr viele industriell verarbeitete Nahrungsmittel, auch viel FastFood und auch nur sehr wenig Obst und Gemüse.

Eine HT ist auf jedenfall geplant für den Sommer 2016, wird wohl was in der Türkei. Aufgrund nicht sehr dichtem Spendebereich würde ich FUT bevorzugen, möchte nach der HT nämlich auch kein lichtes Haar am Hinterkopf, würde mich genau so stören. So eine Narbe kann man

glaub besser "verdecken". Budget beträgt ca. 2500€, Erfahrungsberichten zufolge würde ich mir 2000 Grafts vorstellen um ein zufriedenstellendes Ergebnis zu erreichen.

Einige Fragen sich jetzt vielleicht, was will der denn jetzt Bin momentan echt wieder an so einem Punkt wo ich mir den Rasierer packen möchte und einfach alles auf 3mm runter, ich weiß aber das ich dies bereuen würde und das meine Situation eigentlich nicht so hoffnungslos ist wie ich es manchmal denke. Ratschläge, Tipps und Erfahrungen zu meiner Situation und Behandlungsmöglichkeiten sind SEHR GERN erwünscht

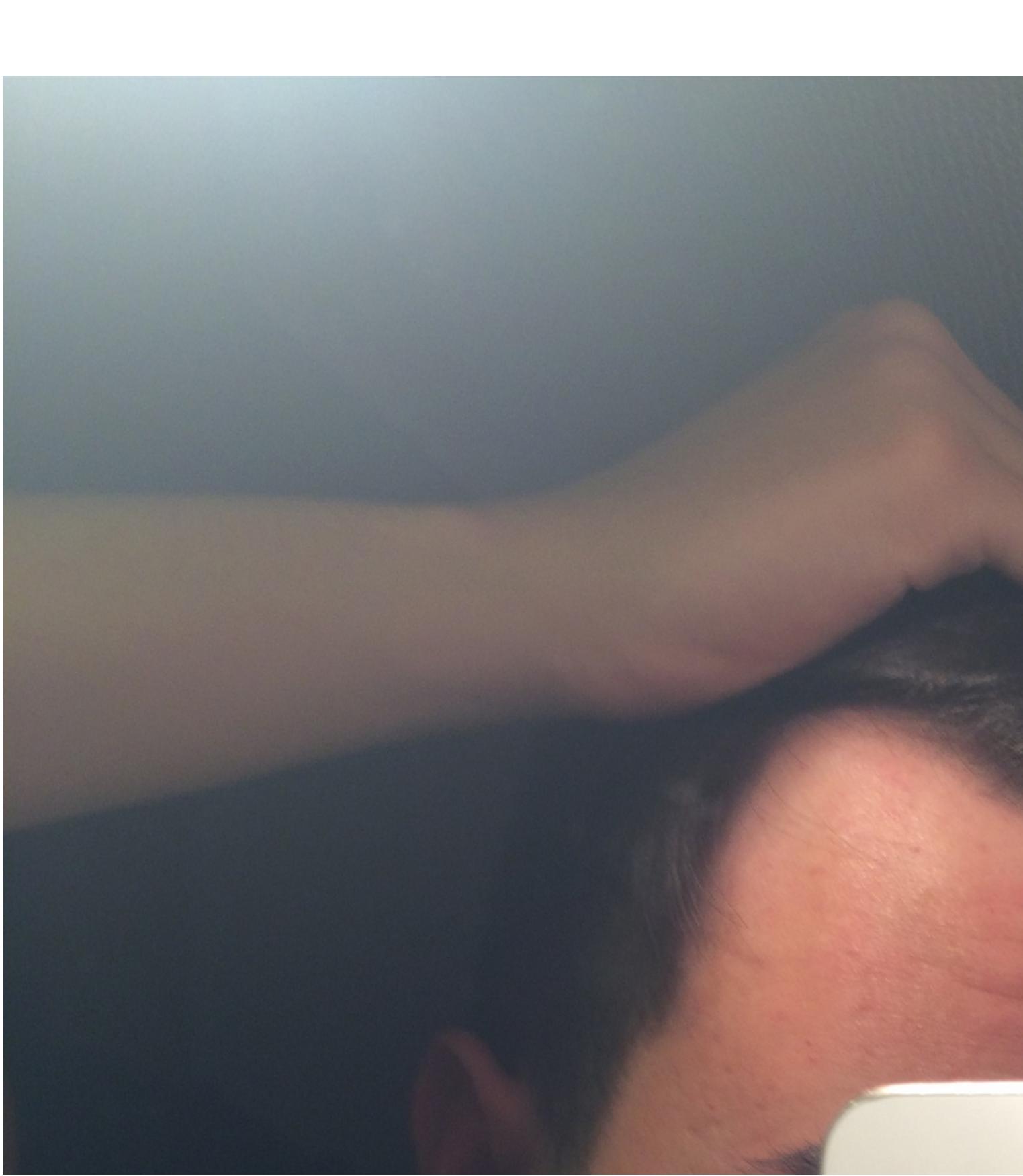
Anbei sind Fotos von April 2014 & November 2015. Damals hatte ich auch eine ungefähre Linie einer gewünschten HT eingezeichnet, nur als Info.

Mein Eindruck im Vergleich damals und heute, Haarlinie ist fast gleich, allerdings ist die Haardichte geringer geworden und das nicht nur an den Ecken sondern auf dem gesamten Oberkopf.

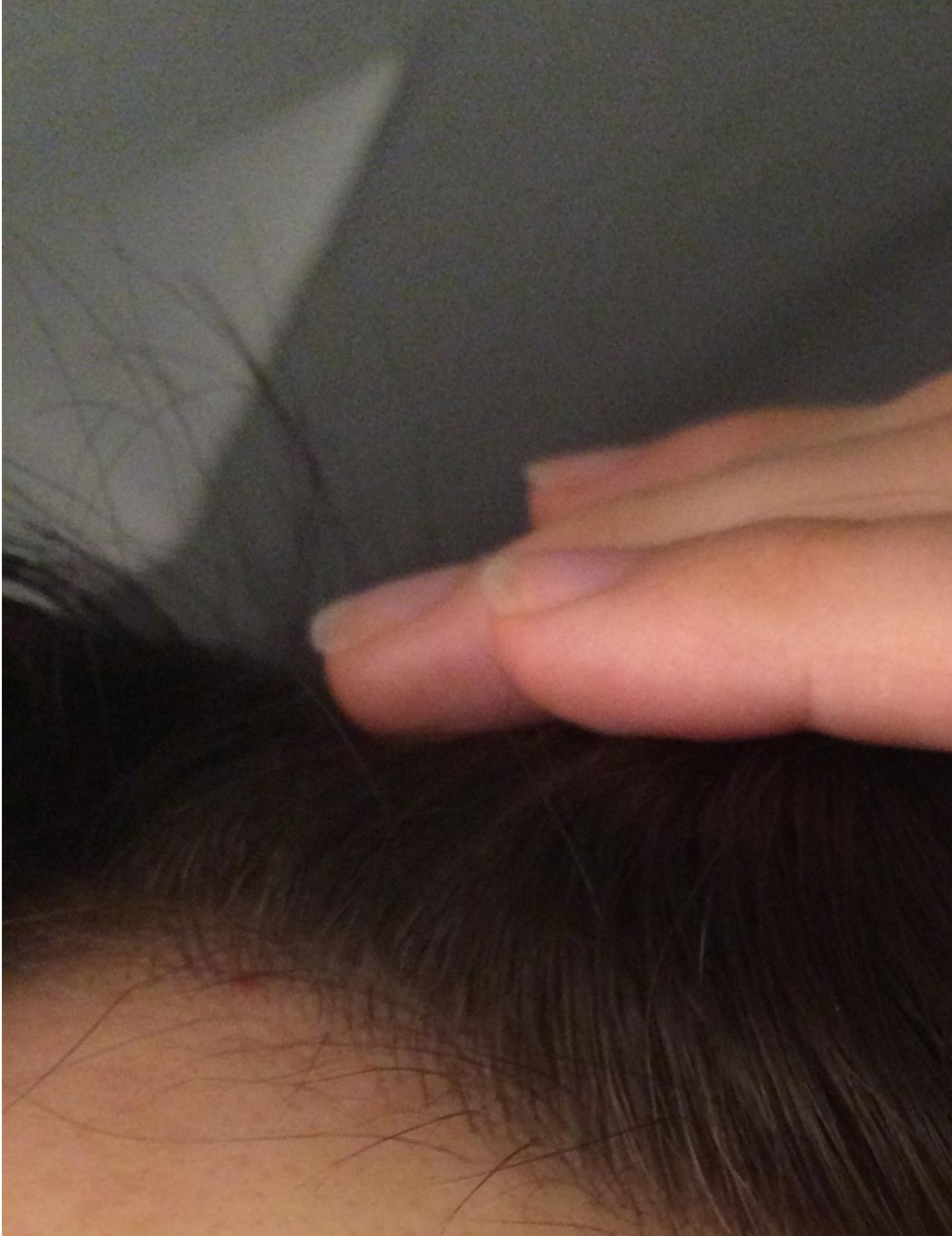
LG

File Attachments

1) [01.11.15 2.png](#), downloaded 520 times



2) 01.11.15 (3).JPG, downloaded 700 times



3) 01.11.15 1.png, downloaded 582 times

