
Subject: Meine Haarausfall-Geschichte / 30 Jahre alt
Posted by [_Dennis_](#) on Fri, 18 Mar 2016 14:28:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sooo Halli Hallo zusammen,

also ich lese hier, glaub ich, schon seit über 2 Jahren leise mit und nun ist der Zeitpunkt gekommen, wo ich auch gerne mal meine eigene Geschichte erzählen möchte.
Hauptsächlich aus dem Grund, um natürlich Meinungen/Anregungen/Tipps zu erhalten.

Kurz zu mir: ich bin der Dennis, bin 30 Jahre alt und leide bestimmt schon seitdem ich 20 bin an AGA. Familiär kann ich nur auf meinen Vater blicken (Familien situation etwas konfus bzw. kenne kaum welche), der so mit etwa 50 bei ca. NW5 lag. Da hab ich noch ein Foto, was ich bei Gelegenheit auch nochmal zum Zeigen rauskramen könnte.

Also ich würde sagen ich hab so einen mittelaggressiven Haarausfall. Seit ich 20 bin hat halt das Volumen immer mehr abgenommen, Geheimratsecken sind größer geworden, Tonsur erst leicht erkennbar, mittlerweile ne deutlichere Tonsur.

Im Jahr 2013 hatte ich dann irgendwie die Nase voll und wollte was unternehmen, habe im Sommer 2013 bis Ende 2014 Finasterid genommen (also gut 1 1/2 Jahre), zudem noch 3-4 Monate Minox (auch so bis Ende 2014). Seit Beginn 2015 nehme ich aber gar nichts mehr, benutze so etwa 1-2 mal die Woche Ket-Shampoo, zudem hab ich mir vor kurzem dieses Stemox-Serum (Fructis) geholt und wollte das mal probieren.

Ich muss sagen, durch Fin hat sich meine Haarsituation schon ziemlich verbessert, Haarausfall wurde immer weniger bis fast ganz gestoppt. Zu der Zeit hatte ich auch noch kaum ne Tonsur, so lichte Stellen halt, die ich oft mit Streuhaar überdecken konnte.

Minox hab ich auch in den Geheimratsecken angewendet und es hat auf jeden Fall neue Haare zum Wachsen gebracht, eine Zeit lang konnte ich auch endlich mal wieder die Haare nach oben gelen (was ich mich vorher sonst nicht getraut habe, da die Front auch sehr ausgedünnt war). Durch Fin hatte ich jetzt nicht wirklich viele Nebenwirkungen, also so ein Jahr hab ich eigentlich gar nichts gemerkt, kein Libidoverlust oder sonstige Probleme (hatte damals auch ne Freundin), da war alles tip top ok.

Doch im Herbst 2014 ging es mir dann irgendwie immer schlechter, also hatte echt ne miese Phase (vor allem psychisch). Zu der Zeit habe ich auch viel gewettet (schon fast richtig Spielsucht), habe mich da sehr zurückgezogen, bin sehr wenig zum Sport gegangen, war dann auch öfter krank. D.h. ich habe zu der Zeit ne richtige Depression ausgebildet, hatte zu NIX Bock mehr..

Ist natürlich schwer zu sagen, ob es jetzt an FIN lag und ich dadurch da reingeschlittert bin, aber trotzdem habe ich dann FIN abgesetzt und Minox auch. Danach wurde es dann immer besser, also psychisch und auch körperlich.

Ich muss hier kurz erwähnen, dass ich ein sehr sehr sportlicher Typ bin, mache auch gerne Kraftsport, so 3-5 mal die Woche sind da nicht selten (ist ja für die Haare nicht so dolle?!). Ich habe auch meine Ernährung angepasst und angefangen mich sehr gesund zu ernähren, also keine Süßigkeiten/Chips, Junk Food mehr, viel Obst, Gemüse usw.

also psychisch + physisch wurde es danach immer besser, ABER Haare wurden natürlich immer schlechter...

Ich habe mich irgendwie versucht damit zu arrangieren, dachte ok notfalls kommt nen Haarteil oben drauf (war auch schon in diversen Haarstudios deswegen).

Oder ich würde mir auch ne HT machen lassen, Geld spielt dabei auch keine Rolle, habe mich da auch etwas eingelesen und würde das maximale versuchen rauszuholen und das in Kanada bei Hasson&Wong machen lassen.

So soweit zur Story, aber weswegen ich hier eigentlich diesen Thread aufgemacht habe, weil ich gern wissen würde, was ich nun am besten machen kann.

Also ich lese hier eigentlich täglich nach, was hier so abgeht, daher gehen mir momentan folgende Sachen durch den Kopf:

- nochmal mit FIN starten? geringere Dosis, vielleicht 0,5 mg oder eher noch weniger (einfach mal austesten?!);

dazu würde ich dann auch nochmal mit Minox starten wollen; hier noch ergänzend, zu der FIN Zeit hab ich viel über diese sunken eyes gelesen und mich dadurch teilweise echt bekloppt gemacht.. Ich mein, ich war psychisch am Ende (also Ende 2014) und sah dadurch ja eh nicht mehr taufrisch aus, so dass ich da schon dachte, dass ich auf jedn Fall sunken eyes ausgebildet hab..

- würde gern mal RU ausprobieren; warum ich das bis jetzt nie gemacht hab? ich bin eher so der einfache Typ, ich will das fertige Produkt nur kaufen, nicht groß noch rumhantieren müssen und anwenden, fertig. Aber dafür würde ich es mal wagen in die Panschwelt einzutauchen ^^

d.h. wo kriege ich das Zeug am besten her? (zwischenzeitlich mal diese Groupbuys gesehen, Kane oder irgendwas mit genics gelesen...)

Also nochmal zusammenfassend, das hier soll meine letzte Offensive gegen AGA sein und ich frage mich halt, wie ich es am besten mache und hoffe auf Tipps etc.

Bilder werde ich noch genügend einstellen (ohne ist ja sowieso sinnlos), habe eigentlich die ganze Zeit immer regelmäßig Bilder gemacht, vor allem vom Tonsur Bereich.

Sorry, dass ich etwas ausgeufert bin, wollte nur mal meine Story erzählen und der Thread soll auch zukünftig dafür da sein, dass ich meine Erfahrungen gerne mit euch teilen möchte.

Vielen Dank schon mal,
lieben Gruß
Dennis
