

---

Subject: Bitte um Rat Status-Bericht Heute und vor einem Jahr

Posted by [Aluconz](#) on Fri, 15 Apr 2016 12:15:09 GMT

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

---

Hallo,

ich habe hie zwei Bilder.

Das mit den Kürzeren Haaren ist das Bild vor einem Jahr und das mit den längeren, zeigt den aktuellen Status.

Meine Routine bis jetzt war wie folgt:

- Jeden Morgen Ket Shampoo beim Duschen
  
- Einnahme von 5mg Biotin
- Einnahme von Folsäure
- 25g Kürbiskerne
- 1g Kürbiskernöl
  
- anfangs 1ml Ru58441 topisch 5% für 4 Monate
- danach abgesetzt von Ru und ich merkte einen stärkeren Haarausfall und jucken, zunehmend befand ich mich gerade in einer Stressphase  
es muss also nicht unbedingt am absetzen liegen. Als die Stressphase vorüber war, hatte ich weniger Juckreiz und Haarverlust. (Ich habe es ca. 6 Monate abgesetzt)
- aktuell 2ml Ru58441 topisch 5% seit ca. 1 Monat

Meiner Meinung ist mein Status stabil geblieben.

Ich überlege mit Minox anzufangen, da mit den Geheimratsecken, eine Frisur mit längeren Haaren recht schwer zu bewerkstelligen ist.

Was meint ihr?

### File Attachments

---

1) [05.05.15.JPG](#), downloaded 387 times



2) [15.04.16.JPG](#), downloaded 360 times

