

---

Subject: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [spikeo](#) on Mon, 16 Jan 2017 02:22:25 GMT

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

---

Hallo zusammen!

Ich bin 25 Jahre alt, m und schätze mal fast Norwood 4.

Ich habe jahrelang das Alpecin Koffein Shampoo benutzt und bin seit paar Wochen auf Fin (1,25mg täglich).

Nun habe ich nach dem duschen immer sehr starke trockene und teils schuppige Kopfhaut, vorallem vorne und an der Stirn wie man auf dem Foto sehen kann. Das Problem ist jedoch dass nach paar Stunden die Kopfhaut nicht nur trocken ist sondern echt "ölig" auch wird und wenn ich mit der Hand drübergehe meine ganzen Hände quasi voller Öl sind und glänzen.

Zusätzlich juckt auch meine Kopfhaut sehr stark, nicht nur nach dem duschen sondern den ganzen Tag einfach, vorallem an der Tonsur.

Nun habe ich stundenlang im Internet gesucht und auch das Forum hier durchforstet und muss zugeben ich bin sehr verwirrt und überfordert, jeder empfieilt irgendwelche verschiedenen Öle die es bei Amazon oder so gibt. Es ist schwierig sich zu entscheiden welches ich kaufen soll.

1) Könnt ihr mir da weiterhelfen? Muss ich das Öl nachts drauflassen? Worin unterscheiden die sich?

Könnt ihr vll Öle empfehlen die es auch bei DM gibt? Da kann man nämlich auch online bestellen.

2) Es wäre auch super wenn ihr mir ein Shampoo empfehlen könntet, das nicht mehr meine Kopfhaut reizt + keine Schuppen/trockene Haut verursacht. Ich habe im Forum was von milden Baby Shampoos gelesen, da sie bestimmte Inhaltsstoffe nicht haben?! Eine Suche im DM Onlineshop ergab auch auch wieder verschiedene Babyshampoos wo ich nicht weiter weiß welches das richtige sein könnte.

Ich würde mich über Hilfe wirklich sehr freuen. Ket Shampoo habe ich im Sommer einige Monate zusätzlich benutzt, aber hatte das Gefühl dass es meine Haare noch mehr ausgetrocknet hat und der Haarausfall schlimmer wurde. Vielleicht habe ich es auch zulange in den Haaren drin gelassen..wer weiß oder vll fehlen mir auch Vitamine? Habe auch überlegt Zink oder Biotin zusätzlich zu Fin zu nehmen aber da gibt es auch soviele verschiedenen Kombis vorallem bei DM wo verschiedene Vitamine in einer Tablette sind. Sorry für mein Unwissen aber ich habe solange schon gesucht und bin mir einfach unsicher und mein Hautarzt kann mir nicht weiterhelfen außer Fin verschreiben.

Danke für eure Hilfe!

Mehr Fotos: [hxpx://imgur.com/a/qQqmD](http://imgur.com/a/qQqmD)

#### File Attachments

1) [haare2.jpg](#), downloaded 254 times

