

---

Subject: Brauche dringend Hilfe: Neuling sucht Rat, AGA nach Ludwig?

Posted by [Patrick\\_Bateman](#) on Sat, 11 Feb 2017 16:16:44 GMT

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

---

Hallo Zusammen,

Im Dezember 2016 bei einem Frisuerbesuch viel mir mein lichtes Deckhaar auf. Bei zurückgekemmtem Haar sieht man deutlich die Kopfhaut durchschimmern, der gesamte Scheitelbereich ist ziemlich ausgedünnt.

Daraufhin war ich bei zwei Hautärzten, beide diagnostizierten AGA mittels Haarprobenanalyse.

Allerdings entspricht mein Haarbild nicht dem typischen Norwood Muster, denn ich habe für mein Verständnis keine/kaum? Geheimratsecken oder eine zurückgehende Haarlinie. (Bitte korrigiert mich falls ich falsch liege) und auch die Haare hinten im Tonsurbereich sind noch ziemlich dicht bewachsen im Vergleich zu meinem ausgedünnten Oberkopf.

Des Weiteren verliere ich relativ viele Haare beim duschen, vor allem beim einreiben des Shampoos und wenn ich mir durch mein Deckhaar mit den Händen fahre dann bleiben auch immer ein paar Haare hängen, viele davon sind zum Teil auch sehr klein, das Gleiche gilt im Waschbecken, einige sind so klein das sie auch Wimpern sein könnten, dazwischen sind auch immer mal längere Haare dabei.

Ich hatte in der Vergangenheit ehrlich gesagt nicht wirklich gut auf mein Haar geachtet, vor allem was "schonenden Umgang" angeht. Hier meine Morgenroutine bis vor 2 Monaten:

Morgens nach dem aufstehen Haare nass machen mit warmen Wasser, mit dem Handtuch rubbeln bis sie wie ein Affro abstanden, dann mit der Bürste in Form gebracht, Haarsspray drauf zum fixieren und ab zur Vorleistung/Arbeit.

Abends dann im Fitnessstudio geschwitzt wie ein Hund in der Sommersonne, während des Trainings auch immer wieder mit dem Handtuch durchs Haar, danach wieder duschen und selbiges Haartrocknungsprogramm wie morgens, also 2 mal täglich Haare nass gemacht und mit Handtuch trockengerubbelt.

Jetzt tut es mir leid das ich so jahrelang mit meinen Haaren umgegangen bin, habe ich so vielleicht auch zu dieser Ausdünnung im Scheitelbereich beigetragen?

Ich treibe wie bereits oben beschrieben seit einigen Jahren Fitnesstraining, bis vor 1 Jahr sogar Amateur mäßig (immer Dopingfrei) seit dem nicht mehr soviel wegen Arbeit, kann es zum Teil auch daran liegen? Sexuell bin ich auch immer sehr aktiv gewesen, ich habe gehört das ein hoher Testosteronspiegel foglich auch höhere Mengen DHT freisetzt?

Ich bin wahrlich kein Experte dieses Themas und es traf mich ehrlich gesagt wie ein Schlag in die Magengrube, ich hatte AGA überhaupt nicht auf dem Plan, seitdem beschäftigt mich das Thema sehr und ich bin froh das es dieses Forum gibt und hoffe ein paar Meinungen von euch zu hören, vielleicht ist ja auch der Ein oder Andere Experte dabei.

Zu mir:

- werde diesen Monat 27 Jahre
- dunkelbraunes, welliges, relativ dickes Haar (zumindest damals )
- Helle Haut
- Langhaarfrisurenträger (derzeit ca. 8 cm)
- kein erblicher Haarausfall in näherem Familienumfeld (Vater, Mutter, Bruder, Onkel, Großvater beiderseits, außer einem Onkel 3. Grades NW7 mit 83 Jahren)
- Schilddrüsenwerte minimal erhöht, beide Ärzte meinten es bestünde keine Notwendigkeit einer Medikation und Vitamin D 25 Mangel, ich hänge das Blutbild mal an.
- Propecia 1 mg täglich und 1-2 mal täglich Minoxidil seit genau 3 Wochen, bisher glücklicherweise keine Nebenwirkungen außer schuppige Kopfhaut und leichtes jucken, denke es kommt von Minoxidil

Ich habe einige Fotos mit nassem Haar und trockenem Haar gemacht und angehangen, davor habe ich die Stellen mit dem Kamm etwas freigelegt. Für mich sieht es nach dem Ludwig Schema aus, was glaubt ihr?

Wo geht die Reise hin wenn man den HA nicht stoppen kann?  
Wie sehen die Erfolgschancen aus den Status Quo zu halten? Das wäre für mich schon ein voller Erfolg.

Ich weiß, Fragen über Fragen, ich danke euch schonmal im Vorraus für eure Mühen.

#### File Attachments

1) [Oberkopf, nasse Haare 2.jpg](#), downloaded 900 times



2) Oberkopf, nasse Haare.jpg, downloaded 730 times



3) Tonsurbereich, nasse Haare 2.jpg, downloaded 739 times

