

Hallo liebe Forumnutzer (m/w/d),

ich möchte die Gunst der Stunde nutzen, um euch meinen persönlichen Erfahrungsbericht rund ums Kopfhaar näher zu bringen. Alles ohne Gewähr! Haftung ausgeschlossen ;).

Vorab: Es wird ein längerer Beitrag angestrebt, daher bringt Zeit mit, ich persönlich empfehle Lesebrille und ein kühles Bier :). Ferner möge man mir Rechtschreib-, Ausdruck-, Grammatik-, oder Zeichensetzungsfehler verzeihen.

Soweit, so gut, nun mal zu den harten Fakten:

Männlich, 29 Jahre jung, sportliche Figur, 1,73 cm

Problemzonen: Tonsur + Geheimratsecken, festgestellt vor circa 2 Jahren, letzten 6 Monate rasanter Haarausfall, weiterhin fortschreitend.

Papa NW 4, Onkel mit 30 Jahren verstorben, hier aber kaum Haarausfall bzw. man kann nicht von AGA sprechen, beide Opis NW 5.

Fotos werde ich nicht hinzufügen, da Entschluss zur Glatze steht :).

Für die "Unerfahrenen" im Forum bzw. was den Haarausfall angeht:

1. Kurz die harten Fakten (Körpergröße und Figur nicht so relevant), siehe oben, Idealerweise mit Fotos von Donor (Spenderbereich/hinterer Kopfbereich), von rechts/links/oben/vorne darstellen.
2. Dann erklären, wo der Schuh drückt :)
3. Erklären was man bisher versucht hat bzw. falls noch nichts getan, gleich zu Punkt 4.
4. Nett nach einer Handlungsempfehlung fragen.

Kurz noch ergänzend zu meiner Person: Forumnutzer seit über zwei Jahren, lediglich ein Beitrag/Kommentar zu einem Beitrag verfasst, sonst als stiller Beobachter/Leser aktiv.

Weiter zum Haarverlust

a) gängige Abkürzungen

Aga = androgenetische Alopezie (erblich bedingter Haarausfall)

NW = Norwood Skala (Skalierung, welche dir Aufschluss gibt, wo du dich im Haarausfall Bereich befindest)

Fin = Finasterid

Min = minoxidil

...

...

...hier gerne erfahrene Member weiteres mit Hilfe einer Kommentierung ergänzen.

b) Wie recherchiere ich? Meine Empfehlung:

1. Man bekommt von irgendeinem Kumpel, Kollegen, Bekannten, Homo Sapiens gesagt, oh Kerle dein Haar wird aber auch lichter/dünnere. Man(n) schaut verblüfft und später daheim und denkt erstmal ok ich seh da nicht viel. Nach weiteren Erwähnungen kommt solang sam aber sicher die Erkenntnis, ein Lämplein geht auf...sch*iß Haarausfall. Was nun?
2. Selbst recherchieren. Man findet ah ok Haarausfall. Da gibt es ja mehrere. Diffus, kreisrund sowie erblich bedingt und herrje nicht nur viele Männer haben Haarausfall auch Frauen. Warum herrje? Nun ja sind wir mal ehrlich, das sind wir doch, oder? Gesellschaft, Glatze, Frauen, Reaktion? Jaaaaa genau... mögliche Folge: Depression, ästhetisches Unwohlbefinden, etc. Bei mir als Mann kann ich nur sagen, damn it, ich sah mit vollem Haar gut aus, die äußere Ästhetik passte. Volles Haar, guter Body, Knackpo, nettes Lächeln und ein Charme, wie Sie verehrte Leser sicherlich bereits feststellen dürften, der seinesgleichen sucht ;). Ne aber mal ernsthaft. Ich war erschüttert als ich bemerkt habe, dass ich bald eine Mönchskutte tragen könnte. Well Mindset ist alles, isnt it? Ist es halt echt, aber wir schweifen ab... .
3. Ok nach dem recherchieren festgestellt es gibt mehrere Haarausfall Arten, was nun? Was hab ich? Ganz einfach, geh zum Dermatologen. Was ist das? Ein Hautarzt. Ok was dann? Mach ein Trichogramm. Was ist das? Google verdammt ;). Kurz gesagt, wird die Haarstruktur etc. analysiert und festgestellt, ja Max Mustermann Sie haben AGA, glückwunsch. Was kostet das? Ca. 90 Euro (nagelt mich nicht darauf fest, merci).
4. Soweit so gut. Nun sagen wir du hast diffus oder kreisrund wg. zb. schilddrüse, Zucker also Diabetes, Mangelernährung, Stress, etc. "Glückspilz", denn idR behebbar. Hast du jedoch AGA, na dann was nun? Hier kann helfen Fin, minox, und sonstige Mittel und oder HT (Haartransplantation). Ich möchte vor allem auf Fin eingehen, da ich selbst Erfahrung mit dem Medikament gesammelt habe. Zu allem weiterem informiert euch bitte selbst. HT macht nur Sinn (meiner Meinung nach) mit Fin Einnahme.
5. Sonstiges: informieren ist alles, hier hilft euch das Forum weiter aber auch Fachzeitschriften, Erfahrungsberichte, seriöse Webseiten, Ärzte, etc. Informiert euch gerade bei AGA wie es entsteht, warum es entsteht, da gibt es zahlreiche Erklärungen, Fachbücher, etc.

Nun zu meinem eigentlichen Erfahrungsbericht: Achtung subjektiv, logisch, oder?

Wenn du Aga hast, bringen dir Rosmarin, Knoblauch, Zwiebeln, Ginger, Rizinusöl, Bockshornklee und wie sie nicht alle heißen idR nichts! Es kostet viel Zeit und Geld. Spart euch das. Hab es über ein Jahr versucht. Fazit kein Wachstum, kein stop des haarausfalls, lediglich unangenehmer Geruch und naja doch seidig, schönes glänzendes Haar. Es bringt schon etwas, und zwar für deinen allgemeinen Gesundheitszustand, aber bitte, für einen Stop des Haarausfalls?! Nope, bei mir zumindest nicht. Auch gesunde Ernährung, also essen wie die Eskimos, hering, lachs, ei, kalbsleber, alles fürs biotin etc. hilft nicht gegen AGA! Achtung AGA! Diffus und kreisrund andere Thematik! Aber hier der Appell ernährt euch grds gesund ;).
