

---

Subject: Ein bisschen Weisheit von einem "long term survivor"

Posted by [cyclonus](#) on Tue, 20 May 2025 17:40:06 GMT

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

---

Ja, um auch mal ein paar Schnipsel Erfahrungen hier mitzuteilen:

Haarausfall irgendwie seit ~2008, so mit Ende 20. Es wurde einfach an der Front langsam dünner, irgendwann richtig nach dem Friseur erschrocken. Ging sicherlich schon so ab 18 los, aber dank dicken Haaren nicht so auffällig. GHE waren schon immer leicht da, aber nie so wirklich schlimm.

Die Haarstruktur war auch mit ~16 auf einmal anders, krüsseliger, komische Locken etc. Als Kind hatte ich wirklich schöne Haare.

- Seit 2008 mehr oder weniger regelmäßig Ket als Shampoo, verdünnte Lotion whatever.
- gleichzeitig auch schon ewig Shampoos mit Pirocton Olamine oder Ciclopirox, teils regelmäßig, teils unregelmäßig.
- bisschen mal rumgepimmelt mit Dut oral, Dut topisch und Minox Schaum, aber nie so wirklich auf Dauer
- Mein Papa hat ne ordentliche Glatze hinten und sehr ähnliche Haare. Gleichzeitig auch niemand in der Familie mit super perfekten Haaren außer der eine Opa.
- Vor Fin hatte ich immer Angst und hätte es vermutlich lieber kurz geschnitten auf Dauer :d

Tja, was soll ich sagen, seit 2008 hat sich einfach nicht so wirklich was geändert. Es mag mal einen Millimeter voran gegangen sein, es wurde grauer, aber es ist halbwegs stabil. Vielleicht auch einfach Glück mit den Genen, who knows.

Dinge, die ich ausprobiert habe und für unwirksam befunden habe:

- Ket in jeglicher Form länger einwirken lassen. Hab mal fast ein Jahr lang jeden Tag Ket in einer GHE länger einwirken lassen, hat genau null Unterschied gemacht.
- Minox Schaum: Hab es mal knapp ein Jahr lang in die Haarlinie eingerieben, keinerlei Effekt

Aktuell einfach einfach keinerlei wirklich sichtbaren HA. Die Pläte hinten ist auch dicht. Bin inzwischen davon überzeugt, das Pirocton Olamine long term durchaus was bringt wenn der HA nicht so aggressiv ist. Bin jetzt 44.

Macht draus, was ihr wollt :pistol:

---