

---

Subject: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?  
Posted by [hb-meier](#) on Sun, 13 Jun 2010 16:59:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich habe schon seit mehreren Jahren ein Problem mit Haarausfall. Vor einigen Jahren hatte ich noch sehr langes Haar, da ist es nicht so sehr aufgefallen, seit ich aber eine Kurzhaarfrisur trage wird es immer deutlicher.

Zu Beginn habe ich es mit Alpecin Haarwasser und Shampoo versucht, das Shampoo benutze ich heute noch, bin aber der Meinung das es überhaupt nicht hilft. Irgendwann, vor ca. 2 Jahren war ich dann bei meinem Hausarzt, eine Zeit lang habe ich dann Propecia (Fin) genommen, aber nur für ca. ein halbes Jahr. Ich war wohl schlecht beraten, da mir gesagt wurde, ein Therapie über 6 Monate würde reichen. Da mir gesagt wurde, es müsste sich dann deutlich gebessert haben, dies aber nicht geschehen war, habe ich vermutet dass das Mittel bei mir nicht wirkt.

Mittlerweile ist es wesentlich schlimmer geworden, nicht nur die GHE sind betroffen auch oben auf dem Kopf sieht man des Haarausfall sehr deutlich, wie auf dem Foto zu sehen ist. (Ich bin 26 Jahre alt!)

Ich würde jetzt gerne wissen, welche Behandlung ihr mir empfehlen würdet?

Macht es Sinn wieder Propecia zu nehmen? Gibt es gute, evtl. auch günstigere Alternativen. Sollte ich zusätzlich Regain benutzen? Oder reicht eine Behandlung ausschließlich mit Regain?

Dann habe ich über eine Behandlung Regain + Proscar gelesen? Wäre das zu empfehlen? Ist Proscar eine Alternative zu Propecia oder haben diese Mittel nichts gemeinsam?

Wäre nett wenn mir jemand helfen könnte, bin wegen meines Haarausfalls mittlerweile doch sehr verzweifelt.

P.s.: Ich schneide mir die Haar 1x pro Woche. Kann das ein Problem bei der Behandlung sein oder spielt das keine Rolle?

### File Attachments

1) [DSC01044.JPG](#), downloaded 861 times



Subject: Aw: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?  
Posted by [HirschGeweih](#) on Mon, 14 Jun 2010 01:11:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

blöder artzt... Nach einem halben jahr fin passiert auch nicht unbedingt viel... Und fin sorgt in erster linie dafür das keine haare mehr ausfallen und die haare ggf. kräftiger und dunkler werden, neuwuchs ist auch möglich aber das ist selten bei fin alleine. Auch wenns sich in 6 monaten nichts gebessert heißt es nicht das es nicht wirkt, wenn in den 6 monaten der haarstatus nicht schlimmer geworden ist kannst du davon ausgehen das es eigentlich gewirkt hat die ganze zeit.

Versuchs nochmal mit fin, ein jahr mindestens, wenn sich das haar nicht weiter lichtet in der zeit kannst du davon ausgehen das es wirkt. Du kannst auch paralel dazu mit minox starten, minox ist weniger für das erhalten und mehr für das nachwachsen der haare zuständig.

Achja und kauf dir beim nächsten mal ein generika anstatt das schweineteure propecia, du sparst ne menge geld

---

---

Subject: Aw: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?  
Posted by [hb-meier](#) on Mon, 14 Jun 2010 14:25:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ist Minox das gleiche wie Regain?

Zum Thema Haare schneiden: Ist es ein Problem das ich mir 1x pro Woche die Haare schneide, oder ist das egal?

---

---

Subject: Aw: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?  
Posted by [jochenknochen](#) on Mon, 14 Jun 2010 16:35:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hb-meier schrieb am Mon, 14 June 2010 16:25Ist Minox das gleiche wie Regain?

Minoxidil ist der Wirkstoff, Regaine einer der Handelsnamen unter dem es verkauft wird.

---

---

Subject: Aw: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?  
Posted by [asdfghj](#) on Mon, 14 Jun 2010 16:38:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es ist das selbe... Haare schneiden ist auch egal. Beeinträchtigt die Wurzel des übels kein bisschen

---

---

Subject: Aw: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?

Posted by [hb-meier](#) on Mon, 14 Jun 2010 17:46:31 GMT

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

---

Alles klar, danke für die Hilfe! Ich werds so versuchen!

---

Subject: Aw: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?

Posted by [hb-meier](#) on Tue, 10 Aug 2010 09:52:29 GMT

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

---

Hallo,

ich melde mich nach ca. 2 Monaten mal wieder. Die Geheimratsecken haben sich schon etwas verbessert, allerdings kann ich oben auf dem Kopf keine Fortschritte feststellen.

Ich nehme Minox (5%) und Finasterid (5mg)

Ich teile die 5mg Tabletten immer in 4 Teile, also pro Tag 1,25 mg.

Ich mache mir allerdings immer noch sorgen wegen der Nebenwirkungen. Daher habe ich 4 Fragen:

1. Da ja auch eine kleine Dosis Finasterid reicht, ist es auch möglich die 5 mg Tabletten in noch mehrere Teile zu teilen, oder wäre es sinnvoll auf 1 mg umzusteigen und diese zu vierteln?
  2. Ist z.B. Kaminomoto eine Alternative zu Finasterid?
  3. Reicht auch eine Behandlung nur mit Minox?
  4. Gibt es ein Mittel das die Nebenwirkungen wie z.B. die Beeinträchtigung der Sexualität beseitigt?
- 

Subject: Aw: Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig?

Posted by [Sunken](#) on Tue, 10 Aug 2010 12:23:29 GMT

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

---

1. Es gibt Studien, nach denen selbst 0,05 mg Finasterid fast genauso wirksam sind, wie 1 mg. Ich selbst nehme wegen der Nebenwirkungen, mit denen ich zu kämpfen hatte, seit Kurzem 0,25 mg alle 2 Tage. Mal sehen, ob es wirkt. Einige verwenden 0,25 mg täglich und berichten von guten Erfolgen.

2. kenne ich leider nicht. Manch einer berichtet aber von guten Erfolgen mit der Kombination Minoxidil & El Cranell alpha bzw. Pantostin (selber Wirkstoff)

3. Minox allein reicht bei vielen nicht und hat manchmal nur eine zeitlich begrenzte Wirkung. Die DHT-Hemmung durch das Finasterid ist eine sinnvolle Ergänzung.

---

4. L-Arginin ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das nicht apothekenpflichtig und frei erhältlich ist. Es soll bei regelmäßiger Einnahme von 5g/Tag die Blutgefäße erweitern und führt somit auch zu einer besseren Durchblutung des Penis. Nach etwa 2 Wochen sollen Erfolge zu spüren sein. Ich nehme es seit ein paar Tagen - kann aber beizeiten berichten, ob es hilft.

---

---

Subject: Wir behandeln meist das verkehrte Problem.

Posted by [f.j.neffe](#) on Wed, 25 Aug 2010 11:04:59 GMT

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

---

Wie behandel ich meinen Haarausfall richtig? - Ist das überhaupt das Problem? Der Haarausfall braucht keine Behandlung.

Wenn schon, dann die Haare: der Haarwurzelboden zum Beispiel, dem die Mineralstoffe entzogen werden, weil sie der Körper zur Säurepufferung unserer säureüberschüssigen Nahrung braucht.

Oder unsere "Systemsteuerung" - angeblich wird ja alles vom Gehirn gesteuert. Allerdings nicht von unserem bewussten Verstand, mit dem wir immer alles machen wollen.

DAS UNBEWUSSTE steuert die Lebensfunktionen und mit dem kann man reden. Wenn man kann.

Die AUTOSUGGESTION ist ein Weg, aber auch hier gibt es sehr unterschiedliche Qualitäten. Den mit Abstand größten Erfolg hatte damit É.Coué.

Mit der Coué-Methode probierte es auch Steffen Koall, scheinbar mit demselben "Erbproblem" belastet wie die ganze Familie: Haarausfall bereist in jungen Jahren.

Doch statt seine Geisteskraft und Energie fortwährend in den Haarausfall zu stecken, lenkte er sie in die Haare. Nachzulesendes Ergebnis: "Herrliches Haarwachstum durch Autosuggestion". Da AUTOSUGGESTION ununterbrochen wirkt, vom ersten bis zum letzten Atemzug, kann man damit ständig die Kräfte STÄRKEN, die WACHSEN sollen - oder die nicht wachsen sollen. Es lohnt sich also, etwas genauer hinzuschauen. Guten Erfolg!

Franz Jossef Neffe

---