

---

Subject: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [tamjom](#) on Fri, 19 Jul 2013 09:51:50 GMT

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

---

Hallo Forum,

ich bin schon etwas länger hier angemeldet, da ich immer fleißig mitgelesen habe. Ich dachte eigentlich, dass ich den HA in den Griff bekomme, aber anscheinend liege ich damit falsch... Jetzt dachte ich mir, dass es einfach an der Zeit ist, mir persönlich "Expertenratschläge" abzuholen.

Zu meiner Person:

Alter: 23

Männlich

Ich behandle meinen Haarausfall (nur in der Front) seit Januar 2012 mit Proscar (Tablette vierteln). Nebenwirkungen habe ich soweit keine.

Es bringt alles nichts... Die Front dünnt einfach immer mehr aus. Seit 3 Tagen schmiere ich mir Voltaren auf die Ecken (3x am Tag).

Ich habe keine Ahnung was ich jetzt noch machen soll. Es belastet mich wirklich sehr. Ich war immer bekannt für meine Haarpracht. Jetzt schneide ich mir schon die Haare kürzer, weil ich mit längeren Haaren aussehe wie ein gerupftes Huhn.

Ein kahlrasierter Kopf geht wirklich nich klar. Ich habe mir schon 2-3x eine Glatze geschnitten und jedes mal von Leuten gehört: Okay, ausprobieren kann man's ja, aber dir stehen Haare eindeutig besser.

Liegt bestimmt daran, dass ich so 'nen großen verbeulten Kopf habe.

Also vorbelastet bin ich Väterlicherseits. Mein Dad hat als einziger noch bis spät dichte Haare gehabt. Schon größere Geheimratsecken, aber ansonsten alles gut. Seine 4 Brüder und der Opa alle kahlköpfig.

In der Familie meiner Mutter haben (hatten) eigentlich alle Haare. Also ihr Vater und ihr Opa.

Ich weiß nicht was ich jetzt noch tun kann. Fin nehme ich, Voltaren auch. Minox traue ich mich nicht. Ein Kumpel hat's auch probiert und ihm hat es die Front definitiv zerstört.

Ich bin für jeden Tipp dankbar!

- Das obere Foto ist ca. März, April gemacht. Das untere ist Aktuell. Es wird immer schlimmer.-

---

File Attachments

---

1) [65244\\_10200712396916611\\_222535992\\_n.jpg](#), downloaded 2738 times



---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [pilos](#) on Fri, 19 Jul 2013 10:04:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sieht man gar nix

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Fri, 19 Jul 2013 10:15:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmm, ich hoffe man sieht das Problem jetzt besser...

### File Attachments

---

1) [1003492\\_10200712459478175\\_1597552871\\_n.jpg](#), downloaded 2325 times



---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [mike.](#) on Fri, 19 Jul 2013 10:17:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

vorne seitlich bringt fin nix (dort hare zu halten/haben ist eher frauen/kindschema was nur wenige männer so behalten)

der oberkopf sieht m.e. gut dicht erhalten aus

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [pilos](#) on Fri, 19 Jul 2013 10:22:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

voltaren nimmst ja gerade mal 3 tage...

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 19 Jul 2013 10:27:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Fri, 19 July 2013 12:17vorne seitlich bringt fin nix

Naaaaaja....

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Fri, 19 Jul 2013 10:42:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also am besten so weitermachen? Fin + Voltaren ?

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [AFROLOCKE](#) on Fri, 19 Jul 2013 10:45:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wenn fin vorne nix bringt dann müsste doch theoretisch dut vorne voll einschlagen . tut es aber auch nicht iwie

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 19 Jul 2013 11:18:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

AFROLOCKE schrieb am Fri, 19 July 2013 12:45Wenn fin vorne nix bringt dann müsste doch theoretisch dut vorne voll einschlagen . tut es aber auch nicht iwie

Ich frage mich wer diesen Mythos dass Finasterid am vorderen Bereich des Kopfes nicht wirkt publik gemacht hat?!

Natürlich wirkt Fin auch an der front....sofern man drauf anspricht. Sicher nicht in genau dem Umfang wie im Tonsurbereich aber den Staus an der Front zu halten ist auch durchaus mit Fin möglich. Dut naja, wenn man sich mal Userberichte (die mit Bildern belegt sind) und Studien zu Dut und HA im Vergleich mit Fin ansieht schneidet Dut doch meist besser ab als Fin.

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [ynneb](#) on Fri, 19 Jul 2013 12:51:35 GMT

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

---

Meiner Erfahrungen nach hilft Finasterid vorne in der Mitte(nur wenig), aber die Seiten/GHE hilft es nicht. (Vielleicht sogar kaputt gemacht?)

Weil Viele berichten das die Seiten mit einem unheimlichen Tempo grösser geworden sind... Kann ich bei mir auch bestätigen!!

Das könnte am Testo anstieg liegen oder daran das Finasterid nur 5-alpha-Reduktase Typ II(2) hemmt und somit irgendwie 5-alpha-Reduktase Typ I(1) sich erhöht. 5-alpha-Reduktase Typ I(1) ist nur im fordem Kopfbereich vorhanden

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [AFROLOCKE](#) on Fri, 19 Jul 2013 13:09:50 GMT

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

---

sollten wir den nicht alpha 1 hemmen?

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [Haar2O](#) on Fri, 19 Jul 2013 13:16:17 GMT

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

---

ynneb schrieb am Fri, 19 July 2013 14:51Meiner Erfahrungen nach hilft Finasterid vorne in der Mitte(nur wenig), aber die Seiten/GHE hilft es nicht. (Vielleicht sogar kaputt gemacht?)

Weil Viele berichten das die Seiten mit einem unheimlichen Tempo grösser geworden sind... Kann ich bei mir auch bestätigen!!

Hier könnte jeder seine Erfahrungen posten...die Ergebnisse wären immer Unterschiedlich. Bei mir z.B. wirkt Fin am gesamten Oberkopf so gut wie gleich (gut).

ynneb schrieb am Fri, 19 July 2013 14:51

Das könnte am Testo anstieg liegen

So hoch ist der Testoanstieg auch nicht...außerdem hat Testo nicht besonders große Auswirkungen auf AGA.

ynneb schrieb am Fri, 19 July 2013 14:51

---

5-alpha-Reduktase Typ I(1) ist nur im vorderen Kopfbereich vorhanden

Das stimmt nicht....die 5ar1 ist am gesamten Kopf aktiv.

Allerdings muss ich gestehen dass ich durch das lesen hier im Forum auch lange geglaubt habe die 5ar1 wäre nur vorne aktiv.

Außerdem hat sie mit AGA nicht viel zu tun...

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [Yes No](#) on Fri, 19 Jul 2013 13:48:16 GMT

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

Hier steht, dass bei Männern vorne E2 hilfreich ist:

[http://www.hairsite.com/hair-loss/forum\\_entry-id-19109-page-0-category-3-order-last\\_answer.html](http://www.hairsite.com/hair-loss/forum_entry-id-19109-page-0-category-3-order-last_answer.html)

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [ynneb](#) on Fri, 19 Jul 2013 13:58:56 GMT

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

Haar20 schrieb am Fri, 19 July 2013 15:16 ynneb schrieb am Fri, 19 July 2013 14:51 Meiner Erfahrungen nach hilft Finasterid vorne in der Mitte (nur wenig), aber die Seiten/GHE hilft es nicht. (Vielleicht sogar kaputt gemacht?)

Weil Viele berichten das die Seiten mit einem unheimlichen Tempo grösser geworden sind... Kann ich bei mir auch bestätigen!!

Hier könnte jeder seine Erfahrungen posten...die Ergebnisse wären immer Unterschiedlich. Bei mir z.B. wirkt Fin am gesamten Oberkopf so gut wie gleich (gut).

ynneb schrieb am Fri, 19 July 2013 14:51

Das könnte am Testo anstieg liegen

So hoch ist der Testoanstieg auch nicht...außerdem hat Testo nicht besonders große Auswirkungen auf AGA.

ynneb schrieb am Fri, 19 July 2013 14:51

5-alpha-Reduktase Typ I(1) ist nur im vorderen Kopfbereich vorhanden

Das stimmt nicht....die 5ar1 ist am gesamten Kopf aktiv.

Allerdings muss ich gestehen dass ich durch das lesen hier im Forum auch lange geglaubt habe die 5ar1 wäre nur vorne aktiv.

Außerdem hat sie mit AGA nicht viel zu tun...

Ich muss einfach erwähnen das ich durch einlesen hier und in den amerikanischen Foren, die Mehrheit mir zustimmen würde bezüglich Fin/Front und es ich immer weniger von solche Erfahrungen wie die deiner lese.

Was ja echt zum verzweifeln ist!

Hast du aber irgendeinen Link bezüglich 5ar1 in der gesamten Kopfhaut.  
Wäre ja echt interessant.

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Knorkell](#) on Fri, 19 Jul 2013 14:05:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also bei mir hat Fin die Haarlinie 100% gehalten, in Kombi mit Minox sogar den Terminalbereich verdichtet und die Reihe davor hat es Velusshaar nachwachsen lassen. Was von beidem weiß ich selbst nicht, nimm noch Minox dazu.

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [egal123](#) on Fri, 19 Jul 2013 14:05:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wenn Fin in der Front nicht hilft, aber ab der Mitte eben schon, besteht die Möglichkeit dass der Haarausfall somit irgendwann zum Erliegen kommt? Sprich wenn die Front zerstört ist. Gibt es hierbei Erfahrungen?

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 19 Jul 2013 14:22:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ynneb schrieb am Fri, 19 July 2013 15:58  
Hast du aber irgendeinen Link bezüglich 5ar1 in der gesamten Kopfhaut.  
Wäre ja echt interessant.

Puh...frag mich jetzt bitte nicht nach der ultimativen Quelle.  
Hier steht ein bisschen was dazu...<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10583052>...oder im englischen Wiki-Artikel:[https://en.wikipedia.org/wiki/5-alpha\\_reductase#Distribution\\_with\\_age](https://en.wikipedia.org/wiki/5-alpha_reductase#Distribution_with_age)

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Knorkell](#) on Fri, 19 Jul 2013 14:23:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es ist genauso gut möglich, dass die Haarlinie zwar wegfällt aber Ober und Hinterkopf dicht bleiben, dann kann man immerhin ruhigen Gewissens eine schöne Front transplantieren.

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Haar2O](#) on Fri, 19 Jul 2013 14:27:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Uih..grade gefunden, natürlich hat Pilos auch schon was dazu geschrieben.  
[http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/19007/203688/#msg\\_203688](http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/19007/203688/#msg_203688)

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Fri, 19 Jul 2013 19:31:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey Leute,

also ich bin schon am überlegen ob ich nicht minox dazunehmen sollte. Ich habe nur ein wenig Angst. Meinem Kumpel hat es definitiv geschadet. Die Haare sind in den GHE wie verrückt ausgefallen.

Naja, Probieren geht über Studieren... Vielleicht hilft es mir ja

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Fri, 19 Jul 2013 19:33:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Soll ich Fin weiterhin nehmen? Ich denke, dass es mir nicht besonders gut hilft. Hinterkopf, Oberkopf sind komplett "dicht" (auch schon vor Fin). Die Front, naja.

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Gast](#) on Sat, 20 Jul 2013 18:24:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

nimm fin weiter oder dut, evt minox  
was hat man denn noch zu verlieren

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [tamjom](#) on Mon, 02 Sep 2013 17:54:19 GMT

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

---

Ich habe das Gefühl, dass die GHE immer schlimmer (größer) werden. Fin wirkt anscheinend bei mir nicht. Ich viertel eine Proscar Tablette.

Jetzt werde ich die Dosierung allerdings runterschrauben. Habe mir da Pilos Anleitung mit der Vodka - Variante angeschaut.

Was kann ich jetzt noch gegen den HA tun? Ket Shampoo wird bestellt. Bei Minox bin ich mir allerdings noch unsicher.

Diese verdammten GHE...

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [mike.](#) on Mon, 02 Sep 2013 17:55:26 GMT

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

---

tamjom schrieb am Mon, 02 September 2013 19:54Ich habe das Gefühl, dass die GHE immer schlimmer (größer) werden. Fin wirkt anscheinend bei mir nicht. Ich viertel eine Proscar Tablette.

Jetzt werde ich die Dosierung allerdings runterschrauben. Habe mir da Pilos Anleitung mit der Vodka - Variante angeschaut.

Was kann ich jetzt noch gegen den HA tun? Ket Shampoo wird bestellt. Bei Minox bin ich mir allerdings noch unsicher.

Diese verdammten GHE...

P4 Creme für die Ecken

P4 anal für das System

schleich Fin langsam aus in der P4-Phase ....

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [tamjom](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:05:33 GMT

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

---

Ich weiß nicht, ob es etwas bringt sich diesen Hormoncocktail reinzupfeifen. Fin wirkt ja anscheinend nicht in den GHE, also warum sollte der ganz Kram wirken?

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [mike](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:09:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

tamjom schrieb am Mon, 02 September 2013 20:05|Ich weiß nicht, ob es etwas bringt sich diesen Hormoncocktail reinzupfeifen. Fin wirkt ja anscheinend nicht in den GHE, also warum sollte der ganz Kram wirken?

pfeiff auf fin

du hast kein DHT problem und keine richtige aga

fin ist krasser und fahrlässiger als p4..

ist dein körper und deinehaare + deine potenz, mach was du willst..

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:15:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Okay, du hast schon recht. Trotz Fin fallen mir die Haare in den GHE aus. So kann's nicht mehr weitergehen...

Also Progesteron am besten auf die Rübe schmieren?

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [opti](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:16:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

oder probier mal irgendwelche östrogenisierenden sachen für die GHE.solang tonsur etc noch ok ist wirds zu 99% nicht am dht liegen

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:22:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also es sind wirklich nur die GHE vom HA betroffen. Ober- und Hinterkopf absolut dicht.

Ich denke auch, nach 1 1/2 Jahren Fin ohne Verbesserung (ganz im Gegenteil), ist es an der Zeit irgendwas sinnvolles ins Programm aufzunehmen. :/

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

---

Posted by [tamjom](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:37:16 GMT

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

---

Soll ich mir diese Yams Kapseln bestellen?

Weiß nicht, wie ich am besten vorgehen soll

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [Gast](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:44:58 GMT

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

---

noch ist die tonsur dicht:

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [tamjom](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:47:47 GMT

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

---

Grüezi 80erman, also Fin weiterhin einnehmen und zusätzlich noch etwas dazu?

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [pilos](#) on Mon, 02 Sep 2013 18:56:45 GMT

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

---

tamjom schrieb am Mon, 02 September 2013 21:37 Soll ich mir diese Yams Kapseln bestellen?

Weiß nicht, wie ich am besten vorgehen soll

nein

versuch das

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/275101/#msg\\_275101](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/275101/#msg_275101)

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [tamjom](#) on Mon, 02 Sep 2013 19:00:49 GMT

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

---

Alles klar Pilos. Auf deine Antwort habe ich gewartet

---

Fin nur noch Topisch oder weiterhin Oral?

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [tamjom](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:09:52 GMT

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

---

Heute morgen habe ich mal wieder ein Bild von meinen GHE gemacht. Ich hoffe und bete, dass Minox den Teil der immer Lichter wird, halbwegs wieder schließen kann.

Habe die Haare gestern auf 21mm runtergetrimmt. Wollte mal schauen wie's aussieht. Naja, zukünftig lasse ich's doch bleiben. Mit längeren Haaren kann ich das ganze besser kaschieren.

Fin Oral bringt bei mir nichts, also lasse ich es. Fin Topisch + Minox werde ich allerdings ausprobieren.

#### File Attachments

1) [1186266\\_10200979295148900\\_1437448498\\_n.jpg](#), downloaded 1438 times



---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [Haar2O](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:17:46 GMT

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

---

Also auf dem neuen Pic sieht es fast so aus als ob es langsam Richtung NW1 geht.

Gut mach das was Pilos dir rät...allerdings noch ein Tip: Die Erfahrung vieler User hat gezeigt dass Minox nur auf den GHE`s eher gegenteilig wirkt, warum auch immer. Wende es lieber großflächiger an...

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:27:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Alles klar, wird gemacht.

Ich würde Fin ja weiter einnehmen, nur habe ich das Gefühl, dass es mir gar nichts bringt. Einem sehr guten Freund hat Minox gar nichts gebracht. Der hat Regaine 1 Jahr lang angewendet, ohne Erfolg. Also es wurde nicht besser und auch nicht schlechter.

Allerdings hat er sich mit seinem Schicksal arrangiert. Ich will den Kampf noch nicht aufgeben. Irgendwie muss dieser HA zu stoppen sein.

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:31:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tja bei Minox ist das so ne Sache, da ist lange nicht jeder Responder und selbst in den meisten Fällen wächst nicht mehr als ein bisschen Flaumhaar. Was für dich das Ziel sein sollte ist den Status Quo zu erhalten wie er ist (was allein schon nicht immer einfach ist)...will man das angehen kommt man um einen DHT-Hemmer aktuell leider noch nicht herum. Also zieh dein Programm durch und berichte...

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [tamjom](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:39:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also würdest du mir doch eher dazu raten, Fin (Oral) im Programm zu lassen? Minox kann ja als ergänzung hilfreich sein.

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...  
Posted by [Haar2O](#) on Tue, 03 Sep 2013 09:45:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

tamjom schrieb am Tue, 03 September 2013 11:39Also würdest du mir doch eher dazu raten, Fin (Oral) im Programm zu lassen?

Meine persönliche Meinung dazu ist erst einmal unwichtig....mach es so wie Pilos es dir geraten

hat. Man braucht bei deinem Status noch nicht die volle Dröhnung geben.

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [tamjom](#) on Tue, 03 Sep 2013 10:01:02 GMT

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

---

Okay, vielen Dank. Ich werde Fin Oral gegen Fin Topisch tauschen. Bin mal gespannt, was das ganze so bringen wird.

---

---

Subject: Aw: Es hört einfach nicht auf...

Posted by [samy1.0](#) on Tue, 03 Sep 2013 11:31:42 GMT

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

---

tamjom schrieb am Tue, 03 September 2013 11:27

Einem sehr guten Freund hat Minox gar nichts gebracht. Der hat Regaine 1 Jahr lang angewendet, ohne Erfolg. Also es wurde nicht besser und auch nicht schlechter.

Das ist schon ein Erfolg!

---