

---

Subject: Hilfe bei Haarausfallbehandlung.

Posted by [Maximillian](#) on Fri, 30 May 2014 19:13:21 GMT

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

---

Hallo zusammen,

nachdem ich wirklich viel in diesem Forum gelesen habe, und auch so einige nichts bringende Arztbesuche hinter mich gebracht habe, würde ich mich sehr freuen, wenn ich ein bisschen Hilfe von euch bekomme könnte. Da ich dieses Forum in Sachen Fachwissen und Ehrlichkeit wirklich sehr beeindruckend finde!

Daher erstmal zu meiner Familiensituation.

In meiner Familie gibt es beiderseitig keinen mit einer Glatze.

Mein Vater hat mit über 60 bis auf ordentliche GHE super Haare.

Ich scheine die Haare von meinem Opa Mütterlicherseits geerbt zu haben.

Der hatte immer sehr feines Haar, mit Ende 50 wo er gestorben ist, hatte er aber ungefähr so GHE wie ich jetzt mit 29 vielleicht ein bisschen weniger.

Kann das nicht so genau sagen, da er gestorben ist bevor ich geboren wurde.

Er hat sich laut Aussage der Familinemitglieder zu tode getrunken und hat auch immer viel geraucht.

Jetzt an Weihnachten habe ich wieder festgestellt, das meine gesamten Vorfahren für ihr alter eigentlich super Haare haben.

Daher schätze ich meine Veranlagung als nicht die allergrößte ein. Ich habe das Gefühl das ich ein deutlicher Ausreißer nach unten hin bin.

Ich habe schon früh gemerkt das ich schwache Haare habe, war aber immer der Meinung, das es bei GHE bleiben wird. Da viele in meiner Familie früh akzeptable aber deutlich sichtbare GHE bekommen haben und dabei ist es dann geblieben. Meine ältere Schwester hat auch immer gemeint ich brauch mir wegen einer Glatze keine Sorgen machen.

Vor zwei Jahren kam dann die Überzeugung das ich was machen muss und habe mit Minox 5% angefangen.

Seit einem halben Jahr hat es jetzt angefangen so schlimm zu werden, das ich mich sehr belastet und ich in Ansätzen meine zukünftige Halbglatze schon sehen kann. Bis vor einem halben Jahr wahr ich mir nicht mal sicher oder konnte gekonnt mich belügen das ich keine AGA habe. Jetzt ist es aber so das es einfach keine andere Diagnose geben kann.

Meine Minox Story habe ich kurz im Minox absetzen thread gepostet.

Bis vor einem halben Jahr hat mich mein Haarstatus auch nicht sonderlich gewundert, da ich seit 5 Jahren eine extreme scheißzeit durch mache in der ich nicht oft glücklich war. Hatte auch einen Burnout vor 4,5 Jahren. Und bin seit dem nie wieder der alte geworden. Und habe in der Zeit auch sehr schlecht gelebt, immer zu wenig Sport zu wenig Sonne, viel persönlichen stress, unregelmäßig gegessen und geschlafen teilweise zu wenig getrunken, teilweise viel geraucht. Vor einem 3/4 Jahr fing ich dann an alles wieder erfolgreicher zu machen. Wieder regelmäßig gegessen, immer ausreichend getrunken, mehr Sport gemacht, Minox regelmäßig genommen, war aber auch sehr anstrengend sein leben aufzuräumen. Und da vielen mir dann Diffuss und im AGA Bereich Haare aus wie Blöd und hat erst aufgehört nachdem ich Minox abgesetzt

habe.

Ich denke Haarausfall hat sehr viele Einflußfaktoren, z.B. bin ich mir sehr sicher wenn man eine Veranlagung hat wird diese durch Stress verstärkt.

Zudem bin ich mir fast sicher das Rauchen bei mir auch einen Einfluss hat. Rauche mal viel (10 pro Tag) bis wenig (5 pro Woche) je nach Stimmungslage.

Auch denke ich das bei der Verspannungstheorie was dran ist. Finde das zu auffällig das da wo die Muskeln verlaufen auch die Haare ausfallen.

Aber trotzdem glaube ich an die Gesetze der Physik, Chemie und Biologie. Das heißt für mich, wenn ich viel streß habe wird mein Körper auch seine Botenstoffe in andere Konzentration ausschütten. Also muss für mich jeder Effekt auch wissenschaftlich belegbar sein und es ist möglich gegensteuern zu können.

Ich habe in 3 Monaten eine HT und möchte einfach eine Möglichkeit finden das ich meinen Status langfristig halten kann. Irgendwie habe ich die innere Überzeugung das eine Verbesserung möglich wäre. Ich aber mit einem halten schon zu frieden wäre.

Ich habe mir gestern RU bestellt und möchte das jetzt testen. Da ich irgendwie von Minox eher abgeschreckt bin. Und Fin möchte ich Oral definitiv nicht nehmen aus verschiedenen Gründen.

Meine Frage wäre nun anhand meiner Schilderung was würdet ihr mir für ein weiteres Vorgehen empfehlen? Was würdet ihr an meiner Stelle tun?

Vielleicht noch als zusätzliche Info,

habe einen derben Vitamin D Mangel und bin sonst kern gesund.

meine Laborwerte vom Februar 2014:

SHBG 38 nmol/l -> Referenzbereich 17,3 - 65,8

Testosteron 4,5 ng/ml (\_\*\_\_\_\_)

Bioverfügbares Testosteron (BAT) 1,18 ng/ml (\*\_\_\_\_)

Androstendion 2,28 ng/ml (\_\_\_\_\*)

Ich habe schon etliche Stunden in diesem Forum gelesen aber mir fällt es extrem schwer mich zurecht zu finden. Die Thematik ist einfach zu komplex.

Was ich machen möchte: Ich nehme weiter Noziral Shampoo 2-3 die Woche denn das tut mir einfach gut. Kopfhaut ist in den Bereichen der AGA immer fettig. sonst habe ich am restlichen Körper eher trocken Haut.

und probiere RU wie es im Thread steht.

Was ich überlege, Minox wieder abzusetzen und ob ich zusätzlich noch DUT topisch probieren soll.

Bilder vom aktuellen Status folgen.

im voraus Danke!

Max

---

---

Subject: Aw: Hilfe bei Haarausfallbehandlung.  
Posted by [Maximillian](#) on Fri, 30 May 2014 20:19:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

so jetzt mein aktueller Status der sich im letzten 3/4 Jahr extrem verschlechtert hat.  
Leider habe ich keine Bilder von davor da, ich da noch nicht mal im Traum dran gedacht hab  
meinen Haarstatus zu dokumentieren.  
Bin über Meinungen immer froh. Da man ja nicht vielen die schonungslose Wahrheit offen legt.

---

#### File Attachments

1) [Untitled 1.pdf](#), downloaded 134 times

---