

---

Subject: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [spikeo](#) on Mon, 16 Jan 2017 02:22:25 GMT

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

---

Hallo zusammen!

Ich bin 25 Jahre alt, m und schätze mal fast Norwood 4.

Ich habe jahrelang das Alpecin Koffein Shampoo benutzt und bin seit paar Wochen auf Fin (1,25mg täglich).

Nun habe ich nach dem duschen immer sehr starke trockene und teils schuppige Kopfhaut, vorallem vorne und an der Stirn wie man auf dem Foto sehen kann. Das Problem ist jedoch dass nach paar Stunden die Kopfhaut nicht nur trocken ist sondern echt "ölig" auch wird und wenn ich mit der Hand drübergehe meine ganzen Hände quasi voller Öl sind und glänzen. Zusätzlich juckt auch meine Kopfhaut sehr stark, nicht nur nach dem duschen sondern den ganzen Tag einfach, vorallem an der Tonsur.

Nun habe ich stundenlang im Internet gesucht und auch das Forum hier durchforstet und muss zugeben ich bin sehr verwirrt und überfordert, jeder empfiehlt irgendwelche verschiedenen Öle die es bei Amazon oder so gibt. Es ist schwierig sich zu entscheiden welches ich kaufen soll.

1) Könnt ihr mir da weiterhelfen? Muss ich das Öl nachts drauflassen? Worin unterscheiden die sich?

Könnt ihr vll Öle empfehlen die es auch bei DM gibt? Da kann man nämlich auch online bestellen.

2) Es wäre auch super wenn ihr mir ein Shampoo empfehlen könntet, das nicht mehr meine Kopfhaut reizt + keine Schuppen/trockene Haut verursacht. Ich habe im Forum was von milden Baby Shampoos gelesen, da sie bestimmte Inhaltsstoffe nicht haben?! Eine Suche im DM Onlineshop ergab auch wieder verschiedene Babyshampoos wo ich nicht weiter weiß welches das richtige sein könnte.

Ich würde mich über Hilfe wirklich sehr freuen. Ket Shampoo habe ich im Sommer einige Monate zusätzlich benutzt, aber hatte das Gefühl dass es meine Haare noch mehr ausgetrocknet hat und der Haarausfall schlimmer wurde. Vielleicht habe ich es auch zulange in den Haaren drin gelassen..wer weiß oder vll fehlen mir auch Vitamine? Habe auch überlegt Zink oder Biotin zusätzlich zu Fin zu nehmen aber da gibt es auch soviele verschieden Kombis vorallem bei DM wo verschiedene Vitamine in einer Tablette sind. Sorry für mein Unwissen aber ich habe solange schon gesucht und bin mir einfach unsicher und mein Hautarzt kann mir nicht weiterhelfen außer Fin verschreiben.

Danke für eure Hilfe!

Mehr Fotos: [hxxp://imgur.com/a/qQqmD](https://imgur.com/a/qQqmD)

---

### File Attachments

1) [haare2.jpg](#), downloaded 283 times

---



Subject: Aw: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [Tom10](#) on Mon, 16 Jan 2017 06:52:09 GMT

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

---

Benutze Eucerin Duschöl. als shampo seba med weil das ph neutral ist.

Kommt das on Alpecin oder von Fin? Auf jeden Fall absetzen was die Ursache ist.

---

Subject: Aw: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [pilos](#) on Mon, 16 Jan 2017 08:05:36 GMT

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

---

man nimmt ein shampoo für trockenes haar

immer...egal ob man fettige oder trockene haare hat

---

Subject: Aw: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [spikeo](#) on Mon, 16 Jan 2017 14:15:15 GMT

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

---

Danke für die Rückmeldung! Das man ein Shampoo benutzt ist mir schon klar, die Frage ist hier welches Shampoo..

Kann vielleicht ein Mod das Thema in den Männer-Bereich verschieben?

---

Subject: Aw: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [pilos](#) on Mon, 16 Jan 2017 14:25:58 GMT

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

---

spikeo schrieb am Mon, 16 January 2017 16:15Danke für die Rückmeldung! Das man ein Shampoo benutzt ist mir schon klar, die Frage ist hier welches Shampoo..

Kann vielleicht ein Mod das Thema in den Männer-Bereich verschieben?

shampoo für trockenes haar

---

---

Subject: Aw: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [DasistdieAlopezie](#) on Mon, 16 Jan 2017 14:52:44 GMT

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

---

wenn shampoos dafür werben, für trockenes haar zu sein, enthalten die doch meistens irgendwelche unnötigen schmierigen "repair" stoffe, die nur haar und kopfhaut belasten und dann zu irritationen führen können oder nicht?

nimm ein mildes shampoo für empfindliche kopfhaut, mit nicht so vielen inhaltsstoffen.

ich nehme irgendein billiges shampoo und verdünne stark mit wasser und spüle sofort aus.

am besten einfach unter laufendem Wasser auf die haare kippen und während das wasser es schon wieder runterspült bisschen einmassieren. das ganze mache ich 2x da meine haare oben bisschen länger sind und gut.

dazu nehme ich dann ca 2 x die woche ein ket shampoo (sehr selten ket med, meistens lipogain big 3), das ich ganz normal unverdünnt auftrage und kurz einwirken lasse. Damit man die kopfhaut auch mal was intensiver gereinigt hat.

Was ist eigentlich dein Ziel in Bezug auf AGA? Nur mit Fin kannst du deinen jetzigen Status mit glück halten

---

Subject: Aw: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [spikeo](#) on Mon, 16 Jan 2017 14:56:03 GMT

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

---

Agawissenschaften93 schrieb am Mon, 16 January 2017 15:52 wenn shampoos dafür werben, für trockenes haar zu sein, enthalten die doch meistens irgendwelche unnötigen schmierigen "repair" stoffe, die nur haar und kopfhaut belasten und dann zu irritationen führen können oder nicht?

nimm ein mildes shampoo für empfindliche kopfhaut, mit nicht so vielen inhaltsstoffen.

ich nehme irgendein billiges shampoo und verdünne stark mit wasser und spüle sofort aus.

am besten einfach unter laufendem Wasser auf die haare kippen und während das wasser es schon wieder runterspült bisschen einmassieren. das ganze mache ich 2x da meine haare oben bisschen länger sind und gut.

dazu nehme ich dann ca 2 x die woche ein ket shampoo (sehr selten ket med, meistens lipogain

big 3), das ich ganz normal unverdünnt auftrage und kurz einwirken lasse. Damit man die kopfhaut auch mal was intensiver gereinigt hat.

Was ist eigentlich dein Ziel in Bezug auf AGA? Nur mit Fin kannst du deinen jetzigen Status mit glück halten

Danke dir! Also mein Ziel ist es auf jeden Fall zu halten plus dichteres Haar vorallem vorne wo es dünn geworden ist und an der Tonsur. Ist das möglich? Oder reicht fin dafür allein nicht aus?

---

Subject: Aw: Welche Öle und Shampoo benutzen bei extrem trockener Kopfhaut nach dem Duschen?

Posted by [Matthias-Rudolph](#) on Mon, 16 Jan 2017 19:55:30 GMT

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

---

Grundsätzlich würde ich erstmal schauen, ob du wirklich nur trockene Kopfhaut hast oder evtl. eine Erkrankung der Kopfhaut vorliegt.

Falls nur trockene Kopfhaut, dann am besten ein Baby oder PH\_Neutrales Shampo verwenden. Am besten verwendest du gar kein Shampo und konfrontierst deine Kopfhaut so kurz wie möglich mit dem Wasser.

Falls du dir die Haare abrasierst, kannst du Feuchtigkeitslotions oder Öle für deine Kopfhaut nutzen.

Falls du sie dran lässt auch, aber nur an den unbehaarten stellen.

---