
Subject: Wie vorgehen?

Posted by [champs](#) on Mon, 29 Jul 2019 18:19:48 GMT

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

Hallo zusammen,

ich bin seit einigen Monaten hier stiller Mitleser und möchte euch doch gerne um eine Einschätzung bitten.

Zu meiner Person: Ich bin 28 Jahre alt, leide seit Anfang 20 an AGA. All die Jahre habe ich das Thema eigentlich weggeschoben, da es (und das ist es meist auch heute noch) durch Styling kaschierbar war. Ja, ich frage mich selbst wie dämlich ich war, irgendwie war ich der Meinung "ach mich trifft es schon erst später" oder "naja das bleibt ja vielleicht so". Einfach komplett unerfahren und in dem Glauben, man kann eh nix dagegen machen und hoffen dass es lange gut bleibt. Belastet hat es mich allerdings schon immer.

Nunja, seit einigen Monaten gabs mehr und mehr Dinge die im Leben schief gelaufen sind, und da kam dann dieses Problem irgendwie extrem hoch. Da realisierte ich auf einmal "Fuck, bald steh ich ganz ohne Haare da." Dazu muss ich sagen, dass mich die Erkenntnis in eine starke Depression geschmissen hat (ja ich fange nun eine Therapie an da ich damit so gar nicht zurecht komme, falls diese Tipps kommen). Allerdings möchte ich doch noch versuchen zu retten, was zu retten ist, da ich mir ein Leben mit Glatze einfach nicht vorstellen kann (Vielleicht in einigen Jahren aber sicher nicht in naher Zukunft). Naja welchen Plan ich mir auch zurecht legte, im Internet herrscht zu allem bei diesem Thema einfach keine Klarheit. Medikamente lehnte ich bisher aus Angst ab, aber bin mehr und mehr offen, da mein Leidensdruck einfach zu hoch ist. Anbei seht ihr 2 Bilder. Eines ist der bescheidene Status wo oben komplett ausgedünnt ist mit nassen Haaren (so zeige ich mich natürlich nie jemandem) und das zweite ist dann wenn es gestylt ist wo es dann eigentlich (noch) geht.

Ich würde mich über eure Tipps freuen was ihr an meiner Stelle denn versuchen würdet.

File Attachments

1) [IMG_8868.PNG](#), downloaded 667 times

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [champs](#) on Mon, 29 Jul 2019 18:20:32 GMT

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

Leider geht nur ein Bild als Anhang (wieso auch immer?) Deshalb nun das andere

File Attachments

1) [IMG_8869.JPG](#), downloaded 467 times



Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [daniel88](#) on Mon, 29 Jul 2019 18:37:42 GMT

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

Ich denke wenn du Finasterid und Minoxidil verträgst und auch ansprichst, kannst du den Status halten oder leicht verbessern. In 2 bis 5 Jahren gibt es höchstwahrscheinlich mehrere neue zugelassene Methoden. Wenn man die Zeit überbrücken kann, hat man meiner Meinung nach gute Chancen dauerhaft mit seinen Haaren glücklich zu sein.

Suche auf Amazon mal nach Streuhaar und Kopfhaut Shader... mit dem Zeug sieht es ohne großen Aufwand und mit wenig Geld so aus, als hättest du ne Matte wie mit 16 :lol:

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [champs](#) on Mon, 29 Jul 2019 19:02:54 GMT

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

Vielen Dank für deine Antwort.

Denkst du unbedingt beides nehmen? oder falls wenn eins, eher FIN oder Minox?
Zum halten ist ja auch so ein ding. Glaubt man den Anbietern, so lange man die Therapie fortführt. Liest man viele Meinungen geht es nur ne begrenzte Zeit lang gut.

Meinen Status kann ich absolut nicht einschätzen, das macht mich schon sehr verrückt. Wenn ich aus der Dusche komme denke ich da ist ja bald überhaupt nichts mehr. Im Trockenen bzw gestylen Zustand kommt es mir gar nicht so schlimm vor. Allerdings weiß ich auch dass es besser aussieht als es tatsächlich ist. Die haare oben sind schon sehr schütter wenn man die vorhandenen hochhebt...

Zum Tipp mit Streuhaar, das glaube ich dass das einen Wahnsinns Effekt hat. Allerdings werde ich glaub darauf nicht zurückgreifen. Einfach aus dem (psychologischen) Grund, dass wenn es doch in absehbarer Zeit den Bach runter geht, will ich nicht von ner Matte eines 16 Jährigen auf Glatze umsteigen müssen. Bisher ist meiner Umwelt ja auch bekannt dass ich nicht mit vollem Haar gesegnet bin (auch wenn kaum jemand den nicht beschönigten Status kennt) . Trotzdem guter Tipp vielen Dank dir :d

Dein Wort in Gottes Ohr mit den neuen Methoden in 2-5 Jahren...

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [TD](#) on Mon, 29 Jul 2019 19:28:19 GMT

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

Bin kein Experte in dem Bereich . Aber ich denke im Gegensatz zu den anderen Leuten, die hier mit vollen Haaren ankommen und Panik schieben ist das ein meilenweiter Unterschied.

Ich denke mal zurückgekämmt sind nicht mehr viele Haare über, oder ?

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [Westhair](#) on Mon, 29 Jul 2019 19:33:41 GMT

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

Scheiße du hast echt spät angefangen

Finasterid und Minox nehmen

Haare kürzer schneiden, trainieren gehen, dann geht's dir besser glaub mir

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [champs](#) on Mon, 29 Jul 2019 19:44:01 GMT

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

@ TD: also wenn ich eines nicht bin, dann jemand der mit (relativ) vollem haar panik schiebt, sondern einer bei dem es eher 5 nach 12 als 5 vor 12 ist =(Leider ist es wie du sagst (und ich oben auch schon) dass der Status auf dem Oberkopf extrem schütter ist.

Und da ist die Überleitung zu

@Westhair: Auch dir muss ich - leider - recht geben. Wie gesagt, frage mich selbst was ich bisher gedacht habe, dass man immer kaschieren kann ohne was dagegen zu tun. Bzw. einfach im Glauben gewesen, man kann nichts dagegen tun...

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [daniel88](#) on Mon, 29 Jul 2019 20:52:00 GMT

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

Wenn dir Minox zu stressig ist, dann lass dir 100er Packung 5mg Finasterid verschreiben und viertel jede Tablette mit nem Messer, dann kommst mit 50€ über ein Jahr klar. Vielleicht reicht das ja bei dir.

Vielen Frauen schauen ohne Schminke auch scheisse aus - interessiert die Meisten aber nicht weil man diese Frauen eben nie ohne Schminke sieht :d

Unsere Schminke ist eben Streuhaar also denk dir nix. Dann mach halt nur so viel rauf, dass du zwar sagen kannst, dass du Haarausfall hast aber es „im Vorbeigehen“ nicht mehr auffällt. Das kann deine Depressionen evtl. schon verbessern, vor allem wenn du vielleicht noch merkst, dass sich mit Fin der Haarausfall sogar stabilisiert.

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [BärtigerNW1](#) on Mon, 29 Jul 2019 20:59:36 GMT

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

Meine Empfehlung:

Haare kurz schneiden, den kompletten Oberkopf einmal die Woche mit einem Dermaroller behandeln.

Zusätzlich alle zwei Tage die Ketlösung für 30 Minuten einwirken lassen, dann ausspülen.

Minoxidil kann man machen, habe ich persönlich allerdings keine Erfahrung mit. Eventuell oral versuchen.

Außerdem wirkt sich L-Arginin sehr positiv auf das Haarwachstum aus. Davon täglich 4-6 Gramm nehmen.

Finasterid halte ich aufgrund der Depressionsneigung für kritisch. Fehlt mir aber auch die Erfahrung.

Ketlösung: <https://www.alopezie.de/fud/index.php/t/23751/>

Dermarolling: <https://www.youtube.com/watch?v=mxs6fhxLGBE>
https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/437708/?srch=dermaroller#msg_437708

Minoxidil oral:

https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/438364/?srch=minoxidil+oral#msg_438364

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [champs](#) on Tue, 30 Jul 2019 21:15:33 GMT

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

Werde demnächst beim Hautarzt schon das Thema FIN besprechen und hoffen, dass er mir das verschreibt.

Eine generelle Neigung zu Depressionen habe ich überhaupt gar nicht. Im Gegenteil ich hätte nie für möglich gehalten dass mich soetwas mal trifft.

Allerdings ist neben anderen Sachen nun besonders bzw. hauptsächlich der HA dafür verantwortlich und ich denke sollte ich auf FIN ansprechen und sich mein Status wenigstens stabilisieren oder sogar ein wenig verbessern, würde mir eine große Last genommen.

L-Arginin werde ich auch mal im Auge behalten und KET.

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [Erdnase](#) on Tue, 30 Jul 2019 23:22:49 GMT

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

Ich denke, zum jetzigen Zeitpunkt kannst du durchaus noch etwas rausholen. Die Ausgangslage ist... suboptimal... aber mit Minoxidil und Finasterid kann das durchaus nochmal besser werden. Letzteres sollte mE aber wirklich gut überlegt sein.

Streuhaar finde ich persönlich als Lösung nicht gut geeignet. Angst vor Haarausfall ist letztlich ein Selbstwertproblem. Und das löst sich nicht, indem man sich versteckt und hofft, dass

niemand etwas merkt, sondern indem man "trotzdem" positive Erfahrungen macht und feststellt, dass das Problem nicht auf sondern um Kopf liegt. Das ist mE auch das schlagende Argument gegen Haatsysteme.

Ansonsten erlebt man dieselbe Problematik immer wieder und spätestens wenn mit 50 die Falten nicht mehr zu leugnen sind und die ersten Altersflecken kommen, wird es wieder wie jetzt.

Finasterid WEGEN Depressionen wird hier teils für sinnvoll erachtet. Allerdings scheint keinem so richtig klar zu sein, dass die Ursachen einer Depression, die durch den Einfluss von Finasterid organisch verursacht wird und eine, die durch psychosoziale Faktoren ausgelöst wird zwei unterschiedliche Dinge sind.

Zumal - das Problem sind nicht die Haare. Es ist der Selbstwert, der die Depression bedingt. Nur weil dir möglicherweise Haare nachwachsen, ändert sich an der Selbstwertproblematik nichts.

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [BärtigerNW1](#) on Wed, 31 Jul 2019 00:24:30 GMT

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

Sehr gut geschrieben Erdnase. Ich stimme Dir in allen Punkten zu.

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [pilos](#) on Wed, 31 Jul 2019 07:34:48 GMT

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

wenn du guter responder bist, ist noch sehr viel haar drin....so dass man es nicht merken wird dass du HA hattest

Subject: Aw: Wie vorgehen?

Posted by [champs](#) on Sat, 14 Sep 2019 08:55:21 GMT

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

Hallo Leute, habe mich die letzten Wochen kaum gemeldet musste einfach extrem viele Sachen erledigen und Arbeit etc....

Außerdem wollte ich meinen Termin beim Dermatologen (den ich letztens nun nach über 3 Monaten Wartezeit hatte...) abwarten.

Nun ja, die Dermatologin hat mir dann relativ schnell alles erklärt (was ich im Prinzip durch dieses Forum auch schon wusste), meine Kopfhaut begutachtet etc. und dann direkt ohne Nachfrage ein Rezept für FIN ausgestellt, worüber ich selbst schon überrascht war.

Nach etwas reden über das Thema hat sie eigentlich nur betont, dass sie Klassische Schulmedizinerin ist und deshalb nur zu den wissenschaftlich belegten Stoffen FIN und Minox was sagen kann. Ich habe ein Rezept für 28er Packung FIN ausgestellt bekommen und soll damit zunächst anfangen und falls NW bemerkt werden würden aufhören. Allerdings hat sie gemeint, dass ihre Patienten denen sie in den Jahren FIN verschrieben hatte keine Probleme

hatten..

Da ich heute erst mal für 3 Wochen nach Indonesien in den Urlaub fliege habe ich mir vorgenommen, mit FIN erst danach zu starten. Sollte ich mir da unten irgendwas einfangen / Durchfall oder sonst was aus welchen Gründen auch immer möchte ich dort nicht zeitgleich mit FIN starten.

Deshalb würde ich dann in einigen Wochen starten mit FIN.

Dazu dann KET Shampoo 2 mal die Woche zusätzlich.

Klar, keiner ist hier natürlich scharf drauf Fin zu nehmen aber man muss jetzt auch einfach das Beste hoffen, dass es einem hilft und man von NW weitestgehend verschont bleibt (wobei ich auch denke dass viele NW im Kopf entstehen durch ständiges Lesen darüber... damit möchte ich FIN nicht als Smarties abtun. Ich denke jeder würde liebend gerne darauf verzichten können!)

Zu euren bisherigen Beiträgen sag ich auf jeden Fall schon mal Danke.