Subject: Erfahrungsbericht
Posted by “...die gute Haar...“ on Thu, 13 Aug 2020 22:28:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo liebe Forumnutzer (m/w/d),

ich möchte die Gunst der Stunde nutzen, um euch meinen persönlichen Erfahrungsbericht rund ums Kopfhaar näher zu bringen. Alles ohne Gewähr! Haftung ausgeschlossen ;).

Vorab: Es wird ein längerer Beitrag angestrebt, daher bringt Zeit mit, ich persönlich empfehle Lesebrille und ein kühles Bier :). Ferner möge man mir Rechtschreib-, Ausdruck-, Grammatik-, oder Zeichensetzungsfehler verzeihen.

Soweit, so gut, nun mal zu den harten Fakten:

Männlich, 29 Jahre jung, sportliche Figur, 1,73 cm
Problemzonen: Tonsur + Geheimratsecken, festgestellt vor circa 2 Jahren, letzten 6 Monate rasanter Haarausfall, weiterhin fortschreitend.
Papa NW 4, Onkel mit 30 Jahren verstorben, hier aber kaum Haarausfall bzw. man kann nicht von AGA sprechen, beide Opis NW 5.
Fotos werde ich nicht hinzufügen, da Entschluss zur Glatze steht :).

Für die “Unerfahrenen“ im Forum bzw. was den Haarausfall angeht:
1. Kurz die harten Fakten (Körpergröße und Figur nicht so relevant), siehe oben, Idealerweise mit Fotos von Donor (Spenderbereich/hinterer Kopfbereich), von rechts/links/oben/vorne darstellen.
2. Dann erklären, wo der Schuh drückt :)
3. Erklären was man bisher versucht hat bzw. falls noch nichts getan, gleich zu Punkt 4.
4. Nett nach einer Handlungsempfehlung fragen.

Kurz noch ergänzend zu meiner Person: Forumnutzer seit über zwei Jahren, lediglich ein Beitrag/Kommentar zu einem Beitrag verfasst, sonst als stiller Beobachter/Leser aktiv.

Weiter zum Haarverlust

a) gängige Abkürzungen

Aga = androgenetische Alopezie (erblich bedingter Haarausfall)
NW = Norwood Skala (Skalierung, welche dir Aufschluss gibt, wo du dich im Haarausfall Bereich befindest)
Fin = Finasterid
Min = minoxidil
...
...
...hier gerne erfahrene Member weiteres mit Hilfe einer Kommentierung ergänzen.

b) Wie recherchiere ich? Meine Empfehlung:

1. Man bekommt von irgendeinem Kumpel, Kollegen, Bekannten, Homo Sapiens gesagt, oh Kerle dein Haar wird aber auch lichter/dünner. Man(n) schaut verblüfft und später daheim und denkt erstmal ok ich seh da nicht viel. Nach weiteren Erwähnungen kommt solang sam aber sicher die Erkenntnis, ein Lämplein geht auf...sch*iße Haaraufall. Was nun?
2. Selbst recherchieren. Man findet ah ok Haarausfall. Da gibt es ja mehrere. Diffus, kreisrund sowie erblich bedingt und herrje nicht nur viele Männer haben Haarausfall auch Frauen. Warum herrje? Nun ja sind wir mal ehrlich, das sind wir doch, oder? Gesellschaft, Glatze, Frauen, Reaktion? Jaaaaa genau... mögliche Folge: Depression, ästhetisches Unwohlbefinden, etc. Bei mir als Mann kann ich nur sagen, damn it, ich sah mit vollem Haar gut aus, die äußere Ästhetik passte. Volles Haar, guter Body, Knackpo, nettes Lächeln und ein Charme, wie Sie verehrte Leser sicherlich bereits feststellen dürften, der seinesgleichen sucht ;). Ne aber mal ernsthaft. Ich war erschüttert als ich bemerkt habe, dass ich bald eine Mönchskutte tragen könnte. Well Mindset ist alles, isnt it? Ist es halt echt, aber wir schweifen ab... .
3. Ok nach dem recherchieren festgestellt es gibt mehrere Haarausfall Arten, was nun? Was hab ich? Ganz einfach, geh zum Dermatologen. Was ist das? Ein Hautartz. Ok was dann? Mach ein Trichogramm. Was ist das? Google verdammt ;). Kurz gesagt, wird die Haarstruktur etc. analysiert und festgestellt, ja Max Mustermann Sie haben AGA, glückwunsch. Was kostet das? Ca. 90 Euro (nagelt mich nicht darauf fest, merci).
4. Soweit so gut. Nun sagen wir du hast diffus oder kreisrund wg. zb. schilddrüse, Zucker also Diabetes, Mangelernährung, Stress, etc. “Glückspilz“, denn idR behebbar. Hast du jedoch AGA, na dann was nun? Hier kann helfen Fin, minox, und sonstige Mittel und oder HT (Haartransplantation). Ich möchte vor allem auf Fin eingehen, da ich selbst Erfahrung mit dem Medikament gesammelt habe. Zu allem weiterem informiert euch bitte selbst. HT macht nur Sinn (meiner Meinung nach) mit Fin Einnahme.
5. Sonstiges: informieren ist alles, hier hilft euch das Forum weiter aber auch Fachzeitschriften, Erfahrungsberichte, seriöse Webseiten, Ärzte, etc. Informiert euch gerade bei AGA wie es entsteht, warum es entsteht, da gibt es zahlreiche Erklärungen, Fachbücher, etc.

Nun zu meinem eigentlichen Erfahrungsbericht: Achtung subjektiv, logisch, oder?

Wenn du Aga hast, bringen dir Rosmarin, Knoblauch, Zwiebeln, Ginger, Rizinusöl, Bockshornklee und wie sie nicht alle heißen idR nichts! Es kostet viel Zeit und Geld. Spart euch das. Hab es über ein Jahr versucht. Fazit kein Wachstum, kein stop des haarausfalls, lediglich unangenehmer Geruch und naja doch seidig, schönes glänzendes Haar. Es bringt schon etwas, und zwar für deinne allgemeinen Gesundheitszustand, aber bitte, für einen Stop des Haarausfalls?! Nope, bei mir zumindest nicht. Auch gesunde Ernährung, also essen wie die Eskimos, hering, lachs, ei, kalbsleber, alles fürs biotin etc. hilft nicht gegen AGA! Achtung AGA! Diffus und kreisrund andere Thematik! Aber hier der Appell ernährt euch grds gesund ;).

Subject: Aw: Erfahrungsbericht
Posted by “...die gute Haar...“ on Thu, 13 Aug 2020 22:29:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Weiterführung:

So jetzt zu meinem all time favorit: Finasterid

Wird am meisten genutzt um aga zu stoppen. Hier euch wissenschaftliche Studien reinziehen. Bin auch von der Wirkung überzeugt, jedoch finde ich werden die Nebenwirkungen unterschätzt. Langzeitfolgen Nieren, etc. Hier selbst informieren. Ich selbst habe ein Jahr fin genutzt, 1mg täglich (was eig. schon zu viel ist). Noch kurz, wer fin erwerben möchte, immer die 5mg kaufen, da günstiger (in Dland ist der Preis immernoch am relevantesten, leider aber anderes thema) und dann einfach fünfteln. Geht alles, man denkt kleine Pille oh je aber man bekommt es schon geschnitten. So aber Nebenwirkung. Bei mir wer hätte es gedacht, Libido Probleme. Der Penis wurde nicht mehr hart. Punkt. Mist. Fin abgesetzt, hat gut 4 Monate gedauert bis es wieder “normal“ war, obwohl ich bis heute manchmal denke, hm also früher war der long dong silver härter. Well, was ich damit sagen möchte und vor allem an die Jugend (16-23 Jahre) appelliere:
FIN kann zwar helfen, aber es ist echt nicht ohne. Denkt an die langzeitfolgen und denkt dran einmal fin, immer fin. Gibt es Studien, welche über 40 Jahre Erfahrungen mit Fin Einnahme aufweisen? Ich kenne keine. Ich möchte hier sicherlich keine Panik schüren, aber dennoch bitte Hirnzellen einschalten und für sich abwegen. Mir fällt auf, dass diese Nebenwirkungen des Öfteren auf Youtube & Co verharmlost werden (mMn, art. 5 GG und so). Daher informieren, recherchieren. Es melden sich immer mehr mit Potenz Problemen.

So noch zum Abschuss eh Abschluss pardon. Nach müd kommt bekanntlich blöd ;). Warum ich mich für eine Glatze entscheide. Ganz ehrlich?!, da ich durch meine AGA selbstbewusster geworden bin und ich mich nicht nur mit meinem äußeren beschäftigt habe, sondern hey dem Inneren. Werte, Gefühle, Selbstfindung und so. Wer bin ich und was ist wirklich wichtig... . Insta und FB, Twitter und Snapchat?! Gesehen und gesehen werden? Klar gibt es und wird es immer geben, leider nach meinem Empfinden zunehmend progressiv, dennoch hey es ist nicht alles! Daher meine Entscheidung Glatze. Stehe zu dir und definiere dein Wesen nicht dadurch, ob du Haare auf dem Kopf hast oder nicht. And dont forget: Coitus oder Kopfhaar? Für mich ganz klar ersteres... .

Klappe zu, Affe tot. Das wars.

Ich danke übrigens fürs Durchhalten. Sorry für den Dialekt, Schreibweise, etc.

& danke, dass es so ein Forum gibt. Danke an die Community. Wir hoffen auf die Zukunft, Stichwort Forschung und Entwicklung. Hoffen auf gewissenhaft arbeitende Wissenschaftler, die im Bereich der AGA forschen und eine Lösung für alle, idealerweise zu einem erschwinglichen Preis. Aktuell noch utopisch.
&, wenn die Politik bzw. Pharmaindustrie sowie jeder der eben so mitverdient an AGA (und das sind viele und viel Geld ;)) nichts dagegeben haben.

Macht's gut, One World, sitzen alle im gleichen Boot :).

LG

Über Kommentare würde ich mich freuen. Gerne auch kontrovers.

Subject: Aw: Erfahrungsbericht

Posted by DetConan on Fri, 14 Aug 2020 06:30:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

“...die gute Haar...“ schrieb am Fri, 14 August 2020 00:28

Wenn du Aga hast, bringen dir rosmarin, Knoblauch, zwiebeln, ginger, rizinusöl, bockshornklee und wie sie nicht alle heißen nichts! Es kostet viel Zeit und Geld. Spart euch das. Hab es über ein.Jahr versucht. Fazit kein Wachstum, kein stop des haarausfalls, lediglich unangenehmer Geruch und naja doch seidig, schönes glänzendes Haar. Es bringt schon etwas, auch für deine allgemeine Gesundheit, sagen wir es mal so, aber bitte für einen stop des HaarausfallsHaarausfall. Nope, bei mir zumindest nicht. Auch gesunde Ernährung, also essen wie die eskimos, hering, lachs, ei, kalbsleber, alles fürs biotin etc hilft nicht gegen AGA! Achtung AGA! Diffus und kreisrund andere Thematik! Aber hier der.Appell. ernährt euch grds gesund ;).
Hast du dir rosmarin knoblauch auf den kopf geschmiert und 15 min massiert ?
Hast du beim Fisch darauf geachtet, dass es wild und bio ist ?

Subject: Aw: Erfahrungsbericht
Posted by “...die gute Haar...“ on Fri, 14 Aug 2020 11:18:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo lieber DetConan :),

ich habe Rosmarinöl in Verbindung mit Rizinusöl genutzt. Vermischt ca. im Verhältnis 1:10. Diese habe ich auf die Kopfhaut getragen und für ca. 30 Minuten bis zu einer Stunde drauf gelassen. Jeden Tag.

Knoblauch habe ich wie folgt genutzt:

3-4 Zehen direkt auf die Kopfhaut einmassiert. Teilweise über die Nacht, teilweise auch nur für eine Stunde...

Zu dem Fisch: Ja, habe darauf geachtet :).

Hast du Erfahrungen mit der Anwendung von Knoblauch o. Ä.? Falls yes, dann erzähl doch einfach mal bisschen darüber :).

LG