
Subject: Brauche Hilfe...

Posted by [haarhoyz123](#) on Mon, 14 Aug 2006 16:55:52 GMT

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

Hallo!

Ich habe mir jetzt in diesem Forum einige Beiträge durchgelesen und meine Schlüsse daraus gezogen, möchte Euch aber trotzdem so fragen was ihr mir ratet.

Ich bin 21 Jahre alt und habe glaube ich immer stärkeren Haarausfall. Man muss dazu sagen, dass meine ganze Familie (Vater, Mutter und Schwester) sehr dünnes Haar haben. Mein Vater ist 52 und hat eine Halbglatze (Tonsur?). Meine Mutter sagte mir, dass er diese so ab 35 bekommen hat. Ich nehme aber an, dass er schon vorher Probleme mit den Haaren hatte. Sein Großvater allerdings hatte bis zu seinem Tode (76) keine richtige Glatze, nur relativ lichtetes Haar. Der Großvater meiner Mutter soll wohl auch ab 35 oder so eine richtige Glatze bekommen haben.

Mit den Geheimratecken habe ich nicht so das Problem, nur mit den immer lichter werdenden Haaren im oberen Kopfbereich.

Ich habe bis vor kurzem ein halbes Jahr Pantostin genommen, es hat allerdings nichts gebracht. Ich habe eher das Gefühl, dass es schlimmer geworden ist. Seit ca. 2 Wochen versuche ich es nun mit NEM:

Tabletten Bio-H-Tin (5mg Biotin) : nehme ich seit 1 Jahr

Tabletten: Zink Hair-Power (Zink, Provitamin A, Biotin)

Tabletten: Kieselerde+Calcium+Vitamin C

Ich bilde mir irgendwie ein, dass ich seit kurzem weniger Haar verliere. In der Dusche könnten es gut und gerne ca. 20 Haare sein. Danach beim Trocknen mit dem Handtuch auch nochmal 10. Aber auch so, wenn ich mir durch die Haare gehe habe ich immer 1-3 Haare in der Hand. Im Bett sind natürlich auch ein paar (10-20). Insgesamt komme ich auf ca. 70 Haare (einige von denen sind länger andere auch kürzer). Ich benutze auch kein Haarlack mehr, sondern nur noch Gel. Ist Gel eigentlich schädlich? Ich möchte nicht darauf verzichten, da ich meine Frisur sonst scheisse finde! Höchstens auf Haarlack könnte ich verzichten.

Als Haarshampoo benutze ich seit einiger Zeit (über 1 Jahr) das Alpecin Coffein-Shampoo gegen Haarausfall. Ich weiss nicht was ich davon halten soll. Ich habe immer sehr trockenes, strapaziertes, kaputt(?) Haar, vor allem vorne an der Stirn. Gibt es da bessere Shampoos?

Mich macht der Blick in den Spiegel immer total fertig. Ich weiss zwar, dass es nicht so schlimm ist und ich verdeck das immer ganz gut, aber ich mach mir sehr viele Gedanken. Es würde mich psychisch fertig machen, wenn es immer weiter geht.

Meine Freunde sagen auch manchmal spaßig, dass ich bald eine Glatze kriege, andere sagen, dass es noch lange nicht so schlimm ist. Naja, wenn ich ab 35 keine Haare mehr habe ist das in Ordnung bzw. nicht mehr so schlimm...

Was kann man noch sagen? Ich rauche nicht, trinke aber ab und zu, habe sehr viel Stress (auch zittrige Hände, Neurologe hat aber nichts gefunden), treibe z.Z. wenig Sport, ernähre mich eigentlich ganz ok, könnte aber trotzdem mehr Obst und Gemüse sein, onaniere ca. jeden 2.

tag und habe auch ab und zu Sex.

Folgende Fragen habe ich nun:

Was sollte ich tun? Welche NEMs kann ich noch nehmen? Sollte ich Fin nehmen? Oder dieses Sägepalmenextrakt? Ich möchte auch zum Hautarzt gehen, glaube aber nicht, dass der soviel Ahnung hat. Kann es vielleicht auch etwas mit der Schilddrüse oder den Hormonen zu tun haben? Ich will mich evtl testen lassen (ich schwitze nämlich seit ca. 1 Jahr mehr und habe teils fettige, picklige Haut im Gesicht und auf den Oberarmen+ Rücken)...

Was sollte ich für ein Shampoo nehmen um meine Haare weniger zu strapazieren?baby Shampoo?Früher hatte ich ein Guhl mehr Fülle Shampoo mit Hopfenextrakt...

Wahrscheinlich habe ich jetzt irgendwelche Angaben vergessen...aber ich wäre sehr sehr froh, wenn ihr mir helfen könntet...Ich wäre schon zufrieden, wenn ich diesen Zustand halten könnte...Ansonsten möchte ich eine haartransplantation machen.

Mit Freundlichen Grüßen

Christian

File Attachments

1) [PICT1824.JPG](#), downloaded 581 times



Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 14 Aug 2006 17:12:57 GMT

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

Zitat:Ist Gel eigentlich schädlich?

nein...

Zitat:Seit ca. 2 Wochen versuche ich es nun mit NEM

das wird alleine nicht ausreichen

Zitat:Als Haarshampoo benutze ich seit einiger Zeit (über 1 Jahr) das Alpecin Coffein-Shampoo gegen Haarausfall. Ich weiss nicht was ich davon halten soll.

nichts...

Zitat:Gibt es da bessere Shampoos?

ja; schuppen? fettige kopfhaut?

Zitat:Was sollte ich tun? Welche NEMs kann ich noch nehmen? Sollte ich Fin nehmen? Oder dieses Sägepalmenextrakt?

NICHT sägepalmenextrakt...

fin wäre eine möglichkeit, wenn du dir der risiken bewusst bist, und sie in kauf nehmen willst ansonsten würde ich dir zu topischem spiro und minoxidil raten

lg

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [pipo](#) on Mon, 14 Aug 2006 17:26:37 GMT

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

[quote title=glockenspiel schrieb am Mon, 14 August 2006 19:12]Zitat:

fin wäre eine möglichkeit, wenn du dir der risiken bewusst bist, und sie in kauf nehmen willst ansonsten würde ich dir zu topischem spiro und minoxidil raten

lg

Wieso raetst du Minox? Dass es NW bei Fin gibt oder geben kann ist mir klar, jedoch liest man hier von fast sovielen moeglichen NW bei minox?

Ich bin 23 und bei mir wirkt Fin "Wunder", nach 8 monaten Neuwuchs, verbesserung schon nach ungefaher 6 monaten deutlich sichtbar...einzige NW ist libidoschrumpf, da gibts aber moeglichkeiten das auszubalancieren.

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 14 Aug 2006 17:28:31 GMT

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

[quote title=pipo schrieb am Mon, 14 August 2006 19:26]glockenspiel schrieb am Mon, 14 August 2006 19:12Zitat:

fin wäre eine möglichkeit, wenn du dir der risiken bewusst bist, und sie in kauf nehmen willst
ansonsten würde ich dir zu topischem spiro und minoxidil raten

lg

Wieso raetst du Minox? Dass es NW bei Fin gibt oder geben kann ist mir klar, jedoch liest man hier von fast sovielen moeglichen NW bei minox?

Ich bin 23 und bei mir wirkt Fin "Wunder", nach 8 monaten Neuwuchs, verbesserung schon nach ungefaher 6 monaten deutlich sichtbar...einzige NW ist libidoschrumpf, da gibts aber moeglichkeiten das auszubalanciern.

wieso sollte ich nicht zu minox raten?

fin ist ein anderes kaliber, da es ganz anders wirkt, und nicht mit einem topischen mittel zu vergleichen ist

welche schwerwiegenden NW'S gibt es bei minox?

ich sagte nicht, dass es nicht wirkt, aber orale mittel sind meiner meinung IMMER mit vorsicht zu geniessen

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [kkoo](#) on Mon, 14 Aug 2006 17:29:56 GMT

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

haarhoyz123 schrieb am Mon, 14 August 2006 18:55

habe sehr viel Stress (auch zittrige Hände, Neurologe hat aber nichts gefunden)... (ich schwitze nämlich seit ca. 1 Jahr mehr und habe teils fettige, picklige Haut im Gesicht und auf den Oberarmen+ Rücken)...

das hat eigentl. immer hormonelle u. vielleicht auch psychische gründe, evtl. schilddrüse, eher aber androgene... du musst lernen, stress zu reduzieren, auch den stress, der von den haarproblemen kommt. was hat der neurologe denn untersucht?

nachtrag: es tröstet dich vielleicht zu meinen, mit 35 wär das dann egal mit den haaren, es wird sicherlich nicht so sein... (ich bin 34, und manch anderer im forum ähnlich alt...) allerdings hast

du gute chancen, mit 35 noch (oder wieder) schöne haare zu haben, weil ja doch langsam neue möglichkeiten am horizont erscheinen, auch auf einer vollglatze neue haare wachsen zu lassen. das wird aber noch ein paar jahre dauern..., ehe es marktreif ist...

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [pilos](#) on Mon, 14 Aug 2006 18:29:23 GMT

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

ich würde dir empfehlen bei genhair....2 lotion zu kaufen

die spiro-lotion und die finasteride-lotion...dann mischt du sie 1:1 so für einen monatsgebrauch... sage ich jetzt mal 60 ml...also 30:30....

da kannst du nichts falsch machen...bringt keine nebenwirkungen...kostenpunkt cca 100 euro für 6 monate...also 50 cent ausgaben pro tag....

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [tOrti](#) on Mon, 14 Aug 2006 18:58:59 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 14 August 2006 20:29

ich würde dir empfehlen bei genhair....2 lotion zu kaufen

die spiro-lotion und die finasteride-lotion...dann mischt du sie 1:1 so für einen monatsgebrauch... sage ich jetzt mal 60 ml...also 30:30....

da kannst du nichts falsch machen...bringt keine nebenwirkungen...kostenpunkt cca 100 euro für 6 monate...also 50 cent ausgaben pro tag....

habe ich noch nie was von gehört, macht das schon jemand mit erfolg?? klingt interessant, ich dachte nur immer topisch allein reicht nicht

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [pilos](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:00:21 GMT

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

t0rti schrieb am Mon, 14 August 2006 20:58

habe ich noch nie was von gehört,

man hört immer wieder etwas zum ersten mal....

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [t0rti](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:02:54 GMT

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

okey, könntest Du mich trotzdem mal bitte drüber aufklären unter welche Bedingungen man es einsetzt, und ob es den normalen fin gebrauch ersetzt, wäre super, danke!

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [nickery](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:03:41 GMT

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

kkoo schrieb am Mon, 14 August 2006 19:29weil ja doch langsam neue möglichkeiten am horizont erscheinen, auch auf einer vollglatze neue haare wachsen zu lassen. das wird aber noch ein paar jahre dauern..., ehe es marktreif ist...

hö,hö, da ist tatsächlich noch einer, der dran glaubt, dass wir das noch erleben...

ich sage nur: "5-jahres-bis-zur-rettung-regel".

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [balu123](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:29:40 GMT

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

ich hab von der fin und spiro lotion auch noch nichts gehört.

kann man das einfach einreiben oder ist das eine art shampoo ersatz? auf genhair ist leider keine erläuterung..... (oder ich bin zu blöd diese zu finden)

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:32:17 GMT

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

balu123 schrieb am Mon, 14 August 2006 21:29ich hab von der fin und spiro lotion auch noch nichts gehört.

kann man das einfach einreiben oder ist das eine art shampoo ersatz? auf genhair ist leider keine erläuterung..... (oder ich bin zu blöd diese zu finden)

wie, nichts davon gehört?

von spiro? von topischem fin?

bei www.genhair.com bestellen, und zusammenmischen, und auftragen...

wie trägt man denn topicals auf?

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [balu123](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:32:38 GMT

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

hey christian...

meine situation ist quasi genau wie deine...

mein haarstatus ist in etwa gleich, bin auch blond, 22 jahre alt,

habe zittrige hände, etwas stress.... mir macht der HA auch zu schaffen... habs 9 monate mit fin versucht... ohne großen erfolg... bin jetzt auf dutas umgestiegen... ich hoffe, dass das was bringt...

mit 21 habe ich es auch die erste zeit verdrängt... mach was oder du wirst es sehr bald bereuen...

ciao

balu

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [t0rti](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:41:44 GMT

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

glockenspiel schrieb am Mon, 14 August 2006 21:32balu123 schrieb am Mon, 14 August 2006 21:29ich hab von der fin und spiro lotion auch noch nichts gehört.

kann man das einfach einreiben oder ist das eine art shampoo ersatz? auf genhair ist leider keine erläuterung..... (oder ich bin zu blöd diese zu finden)

wie, nichts davon gehört?

von spiro? von topischem fin?

bei www.genhair.com bestellen, und zusammenmischen, und auftragen...

wie trägt man denn topicals auf?

sorry, will nicht unfreundlich werden, aber wieso ist es so schwer mal etwas darüber zu erzählen, wenn ihr schon etwas drüber wisst?? Die fragen die ich dazu habe hab ich ja bereits gepostet. Ich bestelle, mische und auftrage nicht gerne irgendwas über da sich nix weiss!

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [kkoo](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:44:02 GMT

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

nickery schrieb am Mon, 14 August 2006 21:03kkoo schrieb am Mon, 14 August 2006 19:29weil ja doch langsam neue möglichkeiten am horizont erscheinen, auch auf einer vollglatze neue haare wachsen zu lassen. das wird aber noch ein paar jahre dauern..., ehe es marktreif ist...

hö,hö, da ist tatsächlich noch einer, der dran glaubt, dass wir das noch erleben...

ich sage nur: "5-jahres-bis-zur-rettung-regel".

geht ja darum, die hoffnung aufrecht zu erhalten. schon aus psychischen gründen. und vor zwanzig jahren hat auch keiner gedacht, dass fin. mal kommen würde...

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [pilos](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:48:49 GMT

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

t0rti schrieb am Mon, 14 August 2006 21:41

sorry, will nicht unfreundlich werden, aber wieso ist es so schwer mal etwas darüber zu erzählen, wenn ihr schon etwas drüber wisst?? Die fragen die ich dazu habe hab ich ja bereits gepostet. Ich bestelle, mische und auftrage nicht gerne irgendwas über da sich nix weiss!

was soll da noch über spiro oder fin viel erzählt werden....

das forum ist davon voll....

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [t0rti](#) on Mon, 14 Aug 2006 19:59:25 GMT

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

unterschied zwischen topisch und oral? vor- nachteile?

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [kkoo](#) on Mon, 14 Aug 2006 20:19:30 GMT

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

t0rti schrieb am Mon, 14 August 2006 21:59: unterschied zwischen topisch und oral? vor- nachteile?

topisch umständlicher
oral möglicherweise (viel) mehr NWs

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [Dark](#) on Tue, 15 Aug 2006 00:27:53 GMT

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

ich will dich nicht entmutigen, aber ich bin froh, dass mein status um einiges besser ist als bei dir und zu mir haben auch schon ein paar leute gesagt ich würde ne glatze kriegen, wegen dem wirbel am hinterkopf, den man bei ungewaschenen haaren sieht! an deiner stelle würd ich minox und fin nehmen, was ich auch tue, nems bringen im allgemeinen nicht soo viel außer du hast irgendwo nen extremen mangel, ich weiß dass einige auf nems schwören, ich nehme ja selber auch nen vitamin b komplex und magnesium, aber mit nems alleine wirst du nix reissen können! fin wirkt eher präventiv, zumindest bei den meisten! minox könnte bei dir was bringen, versuchen würd ich es auf jeden fall! und beides nicht vor 8-10 monaten absetzen! ich würde sogar mindestens 1 jahr warten! klar kann fin nebenwirkungen bringen, hat sogar unser guter franky am eigenen leibe erfahren! ich kann nur für mich sprechen und sagen, dass ich fin seit 10 monaten nehme und keinerlei nebenwirkungen habe! libido ist unvermindert, nur anfangs hatte ich kurz mal hodenstechen, das ging aber sehr schnell weg! zur zeit sehen meine haare echt super aus und das obwohl ich immer noch shedding (von minox oder fin? oder beides?) habe, jedoch lange nicht mehr so stark wie anfangs! man sieht wenn meine haare frisch gewaschen sind kein bisschen dass ich ne aga haben könnte, zumindest wenn sie trocken sind und gekämmt! ich glaube dass minox, welches ich nun wieder seit knapp 3 monaten nehme meine haare dicker gemacht hat, während fin nun auch so langsam zu wirken scheint ... naja ich halte euch auf dem laufenden! aber fin würd ich wenigstens mal testen, wenn du probleme kriegst kannst du es ja wieder absetzen!

achja ich bin 22 jahre alt

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [nickery](#) on Tue, 15 Aug 2006 06:09:31 GMT

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

kkoo schrieb am Mon, 14 August 2006 21:44

geht ja darum, die hoffnung aufrecht zu erhalten. schon aus psychischen gründen. und vor zwanzig jahren hat auch keiner gedacht, dass fin. mal kommen würde...

naja, ich halte nichts von solchen luftschlössern. denn letztlich ist die enttäuschung dann am ende nur um so größer. bringt nichts, sich selbst was vorzuspinnen.

und bei fin frage ich mich sowieso, was daran eigentlich so toll sein soll... bei mir hat's gleich die standfestigkeit innerhalb weniger wochen geschrottet, und ich habe keinen bock, noch einen rattenschwanz an medikamenten zu schlucken, um die nebenwirkungen von fin zu mildern.

Subject: Re: @pilos...

Posted by [humboldt](#) on Tue, 15 Aug 2006 10:02:12 GMT

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

Hi pilos,

würdest du statt einer topischen Fin-Lotion auch eine topische Dut-Lotion empfehlen?

Wenn ja, welche? Oder eher Fin topisch?

Könnte ich das dann auch problemlos 1:1 mischen, also Spiro mit Dut topisch?

Habe ich keine Nebenwirkungen zu erwarten? Anwendung 1x tgl. abends?

Haben Fin/Dut und Spiro topisch nicht einen ähnlichen Wirkmechanismus? Ergänzen die sich wirklich gut? Man hört ja immer von der guten Kombi Minox und Spiro...

Unser "DoubleA"-Tester hier im Forum hat zwar laut Selbsteinschätzung sehr gute Ergebnisse aufzeigt, aber auch bei topischem Dut Libido-Probleme bekommen hat...

Ist es deiner Meinung nach einen Versuch wert?

Ich finde es schade, dass es über Dut oder Fin topisch kaum Erfahrungsberichte über einen längeren Zeitraum gibt!

Würdest du Dut/Fin in Kombination mit Spiro trotz topischer Anwendung potenter einschätzen als Beta-Sis kombiniert mit Sägepalme/Brennesselwurzelextrakt oral?

Gruß, humboldt

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [haarhoyz123](#) on Tue, 15 Aug 2006 12:53:07 GMT

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

Vielen Dank erstmal für die Antworten!

So richtig positiv stimmen tut mich das alles nicht wirklich...

Ich denke, ich werde weiterhin die NEMs nehmen, versuchen Stress abzubauen, mich gesünder zu ernähren, etc und dann werde ich zusätzlich zum Dermatologen gehen und meine Blutwerte incl Schilddrüse testen lassen. Falls dort alles in Ordnung ist lasse ich mir Fin oder Minox verschreiben...

Ich finde orale Mittel eigentlich besser, weil ich vor allem ein wenig Angst vor dem Shedding bei Minox habe. Kann ich meine Haare überhaupt noch stylen, wenn ich Minox benutze? Bringt Minox bei mir auch etwas? Ich möchte nicht, dass es dadurch noch schlimmer wird. Ist eine schwächere Libido bei Fin die einzige NW? Vielleicht kann man es ja trotzdem ausprobieren? Wenn die NWs sehr schlimm sind, kann man es ja noch immer absetzen und die Libido ist wie früher, oder?

Bei der Shampoo weiss ich noch immer nicht so recht. Sollte ich Babyshampoo nehmen? Schuppen habe ich keine, fettige Kopfhaut auch nicht unbedingt. Sie ist nur manchmal etwas gerötet. Alpecin möchte ich nicht mehr nehmen.

Wie gesagt, ich wäre froh, wenn es zumindest einige Jahre erstmal so bleiben würde wie es ist...In der Familie hatte vor 30 Jahren auch niemand eine Glatze...Ich will auch nicht die ganze Zeit daran denken, man kommt ja sonst zu nichts Und mit meinem Leben bin ich sonst eigentlich sehr zufrieden. Nur die Angst vor dem HA halt...Ich hoffe nur, dass es durch die Mittel wie Fin und Minox nicht schlimmer wird.

Ich denke, dass ich nach meinem Studium evtl eine Haartransplantation machen würde. kommt man da mit 5000 Euro eigentlich hin? Verbessert es den Zustand wirklich dauerhaft? Ich habe so etwas zumindest gelesen...ES ist nur schlimm fast ein ganzes Jahr mit entstelltem Kopf herumzulaufen...

viele Grüße

Christian

Subject: Re: @pilos...

Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 15 Aug 2006 13:03:15 GMT

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

Zitat:Ich finde es schade, dass es über Dut oder Fin topisch kaum Erfahrungsberichte über einen längeren Zeitraum gibt!

die ergebnisse sind damit auch sehr unterschiedlich (auch studien)...

Subject: Re: Brauche Hilfe...

Posted by [Dark](#) on Tue, 15 Aug 2006 23:43:43 GMT

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

ne ht is nicht so leicht wie du dir das vorstellst! wirklich gute ergebnisse erzielen nur wenige! wenn der ha weiter geht siehts auch kacke aus! ich würd fin und minox beides testen! so schlimm is das shedding unter minox auch nicht, du wirst deswegen keine große kahle fläche kriegen oder so! ich merke zwar dass mehr haare ausfallen, aber deswegen lichtet sich nix! und fin hält den haarstatus immer noch am besten, wenn es denn bei dir anschlägt, aber angeblich soll es ja bei 90% der leute den haarstatus zumindest halten! (vor allem hinten)
