
Subject: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [krx](#) on Fri, 20 May 2022 14:43:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Moin zusammen, da Minox bei mir nicht so wirklich wirkt, wollte ich mal Retinol ausprobieren. Wollte das eh im Gesicht mal ausprobieren, 1-2x pro Woche die 1% Lösung auftragen?

Auf Sonnenschutz achten ist klar. Denkt ihr das passt von der Frequenz?

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 21 May 2022 14:13:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist das Zeug so giftig, dass du es nur so selten anwenden kannst?

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [pilos](#) on Sat, 21 May 2022 17:17:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

krx schrieb am Fri, 20 May 2022 17:43Moin zusammen, da Minox bei mir nicht so wirklich wirkt, wollte ich mal Retinol ausprobieren. Wollte das eh im Gesicht mal ausprobieren, 1-2x pro Woche die 1% Lösung auftragen?

Auf Sonnenschutz achten ist klar. Denkt ihr das passt von der Frequenz?
klar

aber warum nicht gleich tretinoin

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [mike.](#) on Sun, 22 May 2022 07:45:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 21 May 2022 16:13Ist das Zeug so giftig, dass du es nur so selten anwenden kannst?
tretinoin ist sehr effektiv (bei mir) - 2-3x pW nehme ich es selber..

etwas zuviel oder zu oft angewendet und die Haut schuppt...

seitdem ich es anwende (Anf Jan 2022), wachsen in den ecken Haare wo zuvor seit 2013 nix mehr war..die sind jetzt 2 cm lang und weiß... (ich mische tret mit minox 2%)

aus HLT hatte jmd eine HRT und ebenso ein minox-tret-gemisch .. nur alle paar tage angewandt..und heute von NW2 -> NW0,00 (kräftiges haar vom ansatz weg)

ich möchte dort auch hin

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [daniel91](#) on Sun, 22 May 2022 07:51:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sun, 22 May 2022 09:45Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 21 May 2022 16:13Ist das Zeug so giftig, dass du es nur so selten anwenden kannst?
tretinoin ist sehr effektiv (bei mir) - 2-3x pW nehme ich es selber..

etwas zuviel oder zu oft angewendet und die Haut schuppt...

seitdem ich es anwende (Anf Jan 2022), wachsen in den ecken Haare wo zuvor seit 2013 nix mehr war..die sind jetzt 2 cm lang und weiß... (ich mische tret mit minox 2%)

aus HLT hatte jmd eine HRT und ebenso ein minox-tret-gemisch .. nur alle paar tage angewandt..und heute von NW2 -> NW0,00 (kräftiges haar vom ansatz weg)

ich möchte dort auch hin

Bin auch der Meinung, dass man Minox mit Tret nicht jeden Tag anwenden sollte.
Habe das Zeug von minoxidilmax und es macht meine Kopfhaut und Haare extrem trocken, mit gesunden Haaren hat das nichts mehr zu tun.
Evtl 4 Stunden nach dem Einwirken wieder auswaschen ?

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 May 2022 10:09:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pilos,
warum das Tretinoin verwenden,

wenn die Leute mit 1% Retinol schon
Schuppen-Probleme bekommen?
Ich denke, das Retinol ist die Natur-Form
und der Körper wandelt es bei Bedarf in
Tretinoin um.

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 May 2022 10:17:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sun, 22 May 2022 09:45Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 21 May 2022 16:13Ist das Zeug so giftig, dass du es nur
so selten anwenden kannst?
tretinoin ist sehr effektiv (bei mir) - 2-3x pW nehme ich es selber..

etwas zuviel oder zu oft angewendet und die Haut schuppt...

seitdem ich es anwende (Anf Jan 2022), wachsen in den ecken Haare wo zuvor seit 2013 nix
mehr war..die sind jetzt 2 cm lang und weiß... (ich mische tret mit minox 2%)

aus HLT hatte jmd eine HRT und ebenso ein minox-tret-gemisch .. nur alle paar tage
angewandt..und heute von NW2 -> NW0,00 (kräftiges haar vom ansatz weg)

ich möchte dort auch hin

Wie kannst du dir sicher sein, dass der Effekt
vom Tretinoin kommt, wenn du zusätzlich noch
anderes anwendest?

Wenn das stimmen sollte:
Könnte AGA dann vielleicht eine Vitamin A-
Mangelkrankheit sein?
Nur eine Hypothese.

Es gibt bereits eine Studie dazu:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3771854/>

Eine Frau nahm Tretinoin sogar alleine und hatte
Neuwuchs.
Allerdings hatten "nur" 66% der Probanden
ein Nachwachsen.
Das heißt, bei 34% hatte es keine Wirkung.

Scheint also kein Wundermittel zu sein.
Aber alleine die Tatsache, dass es AGA sogar

rückgängig machen kann, zeigt doch,
wie hoch das Potential ist und als Vorbeugung
könnte es AGA evtl. zu 100% verhindern.
Ich nehme auch sehr wenig Vitamin A oder
Beta-Carotin zu mir.
Trotzdem habe ich die besten Augen,
was ein bisschen seltsam erscheint. :lol:

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 May 2022 13:39:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

EDIT:
Habe gerade die Studien studiert.
Retinol bringt gar nix.
Es erhöht nur die Absorption von Minox.
Und diese eine Frau, die nur durch
Retinol Neuwuchs bekam,
wissen wir nicht, ob sie
überhaupt AGA hatte.
Der Placeboeffekt ist auch nicht zu
unterschätzen.

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [krx](#) on Mon, 23 May 2022 19:50:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Darum geht es auch.

Sulfotransferaseaktivität erhöhen

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?
Posted by [pilos](#) on Mon, 23 May 2022 19:56:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

krx schrieb am Mon, 23 May 2022 22:50 Darum geht es auch.

Sulfotransferaseaktivität erhöhen

:thumbup:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30974011/>

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 23 May 2022 21:01:09 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 23 May 2022 21:56krx schrieb am Mon, 23 May 2022 22:50Darum geht es auch.

Sulfotransferaseaktivität erhöhen

:thumbup:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30974011/>

Der Dermalroller erhöht auch die Sulfotransferaseaktivität. Ist aber laut einer Studie sogar stärker als Minox. In der Studie kam es durch den Dermalroller alleine zu mehr Neuwuchs als durch Minox alleine. Beides zusammen war natürlich am effektivsten. Also wenn es eh nur um Sulfotransferaseaktivität geht, würde ich den Dermalroller vorziehen. Auch wenn es weh tut.

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?

Posted by [Heidelberg98](#) on Wed, 25 May 2022 07:05:58 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 21 May 2022 16:13Ist das Zeug so giftig, dass du es nur so selten anwenden kannst?

Wenn man bisschen zuviel aufträgt gibts schmerzhaft Verbrennungen. Sieht man danach auch ganz gut durch rote Flecken , vorallem beim schwitzen.

Dazu gibts in den Ammi Foren zahlreiche Posts oder Beiträge.

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?

Posted by [ferdo](#) on Tue, 17 Oct 2023 16:43:29 GMT

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

Welches Retinol sollte ich dann für Kopfhaut kaufen? Die meisten Produkten werden für

Gesichtshaut produziert.

Subject: Aw: Retinol 1% - zwei mal pro Woche?

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 18 Oct 2023 11:44:42 GMT

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

Wo bekomme ich denn tretinoin her? ist doch rezeptpflichtig...
