
Subject: Minox und Schlafstörungen?

Posted by [luffy](#) on Tue, 27 Dec 2022 21:39:10 GMT

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

Hallo zusammen,

nehme seit ungefähr einem Monat (nach 5 Jahren Pause) wieder Minox. Einmal täglich (eher morgens bzw. mittags).

Seitdem ich das auftrage, stelle ich fest, dass ich keinen gesunden Schlag mehr habe. Bisher hatte ich so gut wie nie Probleme mit dem Einschlafen.

Hat jemand ähnliche Wirkungen gespürt?

Als ich zuvor Minox einnahm, hatte ich ebenso keine Probleme mit dem Schlaf.

Subject: Aw: Minox und Schlafstörungen?

Posted by [Alex1302](#) on Thu, 29 Dec 2022 15:59:18 GMT

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

Interessanterweise habe ich genau die gleichen Erfahrungen gemacht. Ich habe eine Woche so gut wie nicht mehr geschlafen. Allerdings muss ich zugeben, dass ich auch sicherlich die dreifach Menge an Minoxidil inklusive Needling genutzt habe.

Als ich dann die Dosis reduziert habe, konnte ich wieder besser schlafen.

Hast du mal deinen Puls gemessen?

Ich habe in letzter Zeit bemerkt dass wenn ich Minox nutzen (selbst nur 2x 1ml) dass mein Puls wesentlich höher ist als wenn ich es weglasse. Mit Minox liegt mein Ruhepuls zwischen 80-100 Schläge in der Minute ohne Minox zwischen 60-80.

Subject: Aw: Minox und Schlafstörungen?

Posted by [luffy](#) on Thu, 29 Dec 2022 20:07:17 GMT

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

Hallo,

danke für die Rückmeldung. Meinen Puls hatte ich nicht gemessen, aber ich behalte das mal im Hinterkopf, sodass ich einen Vergleich habe.

Hattest du unmittelbar nach der Verwendung, Schlafprobleme? Wie lange nimmst du schon Minox und wann sind die Schlafprobleme aufgetreten?

grüße

Subject: Aw: Minox und Schlafstörungen?
Posted by [Alex1302](#) on Thu, 29 Dec 2022 21:20:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nehme Minox seit 3,5 Monaten.
Da ich in letzter Zeit schleichend die Dosis erhöht habe, habe ich vor ca. 2 Wochen Schlafstörungen bekommen.
Ich habe daraufhin erstmal 2-3 Tage Minoxidil nicht mehr genommen. Seit dem dem ist es nun besser.
Ich versuche jetzt mit meinen Pulsmesser eine „optimale Dosierung“ herauszufinden.
Du könntest bei anhaltender Probleme auf 2 Prozentiges Minox umsteigen.

Subject: Aw: Minox und Schlafstörungen?
Posted by [luffy](#) on Mon, 02 Jan 2023 21:14:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die Antwort. Frohes neues aJahr übrigens :)

Ist nervig. Kann gar nicht direkt beurteilen, ob die Schlafstörungen von Minox kommen oder nicht. Bin unschlüssig, ob ich das nun absetzen soll, oder weiterhin einnehme mit verschärfter Beobachtung.

Hast du Erfahrungen mit Eil Cranel gemacht? Wäre das eine Alternative?

Subject: Aw: Minox und Schlafstörungen?
Posted by [Alex1302](#) on Mon, 02 Jan 2023 21:28:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Luffy,

danke dir! Ich habe zwischenzeitlich nun Minox ebenfalls abgesetzt. Nach Absetzen sind meine Schlafprobleme und mein Pulsschlag besser geworden.

Ich habe heute in der Apotheke ein Tonikum bestellt, welches hier ebenfalls in dem Forum vorgestellt wurde. Im Rahmen einer kleineren Studie wurde die positiven Wirkungen von Zink und Arginin bei AGA bestätigt.

Ich habe mir daher ein Tonikum mit Zink und Arginin anfertigen lassen.

Bisher habe ich nur Minoxidil und Finasterid, leider mit Nebenwirkungen, angewendet und wieder abgesetzt.

Subject: Aw: Minox und Schlafstörungen?

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 13 Jun 2025 13:32:38 GMT

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

Habt ihr alle nach absetzen wieder gut geschlafen? Mein Schlaf ist auch fürchterlich auch mit geringer Dosis, obwohl mein Puls nicht sonderlich hoch ist.
