

---

Subject: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren  
Posted by [Alex1302](#) on Fri, 06 Jan 2023 13:23:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi zusammen,

meine Haare dünnen an Krone überall stark aus und fallen mir nach dem Absetzen von Minox wieder stark aus.

Ich habe vor einiger Zeit Finasterid topisch versucht und musste dies nach wenigen Tagen der Anwendung wieder abbrechen aufgrund von Nebenwirkungen. Minoxidil habe ich nun seit fast 4 Monaten angewendet, allerdings musste ich dies ebenfalls aufgrund von Schlafstörungen und hohem Puls abbrechen.

Ich habe nun in dem Forum über Ppyrilutamide gelesen und mir überlegt ob ich die Lösung von Actifolic im Frontbereich anwende, da mir diese besonders wichtig ist. Da mir 1 ml nicht für den gesamten Bereich reicht, würde ich im restlichen Bereich die im Forum beschriebene Lösung aus Zink und Arginin anwenden, welche ich mir in der Apotheke herstellen lasse.

Was haltet ihr von diesem Vorgehen bzw. habt ihr evtl. auch andere Vorschläge?  
Glaub ihr zudem dass die Anwendung von Ppyrilutamide sicher ist? Erste Studien sind ja bereits vielversprechend.

VG  
Alex

---

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren  
Posted by [pilos](#) on Fri, 06 Jan 2023 14:29:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Alex1302 schrieb am Fri, 06 January 2023 15:23würde ich im restlichen Bereich die im Forum beschriebene Lösung aus Zink und Arginin anwenden, welche ich mir in der Apotheke herstellen lasse.  
viel zu teuer

---

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren  
Posted by [Sweety1988](#) on Sun, 08 Jan 2023 14:44:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Grundsätzlich würde ich dir Statt Minoxidil raaten.

Geh Tabletten Mäßig entweder wenn du es nicht Schlucken willst , auf Topisches Finasterid.

Alternativ Dutasterid/Finasterid tabletten.

Du könntest nen Dermaroller 1x die Woche nutzen + Minoxidil 1 tag später nutzen.  
Bzw. so brauchst du Minoxidil nich tmehr täglich nehmen.

Oder Tabletten+Dermarolle 1 x Die woche.

Aber Grundsätzlich würde ich dir raaten, tu dein Lebensstil in Frage stellen.  
Vielleicht schädigt du dein Körper selbe , ohne es zu wissen.

Solchen Sachen wie

1. Bewegst du dich Genug pro Tag oder Sitzte meistens nur rum?
2. Schmeißt du Junkfood/Zuckerhaltige Sachen oder Fettige Sachen in dir rein oder isst du ausgewogen also mit Genug Nährstoffen?.
3. Rauchst du , ja oder Nein? . Wenn ja Sollteste das Rauchen dir Abgewöhnen, schädigt die Haare auch.
4. Hast du Stress ein Stressiges Leben ? Wenn ja solltest das ändern, Stress bzw. Cortisol was freigesetzt wird, killt deine Haare auch.
5. Hast du Psychische Probleme ggf. Psychischen Stress , kann auch nen Grund für haarausfall sien. Ggf. fall ja nimm Psychische Hilfe in Anspruch
5. Trinkst du hin und wieder alkohol oder kein Alkohol oder täglich alkohol ?. Ich sag nicht das du aufhören solltest , aber du solltest es reduzieren. Alkohol kann dein Hormonhaushalt durcheinander bringen \*Ist wirklich so\*. Hin und wieder ist ok
6. Trinkst du Kaffee viel ja oder Nein = Wenn ja , reduziere es wenigstens sehr Stark. Ich hab früher täglich 4 Tassen Kaffee getrunken . Jedoch hab es auf 1-2 TTassen alle 2-4 Wochen Reduziert. Bzw. eigentlich trinke ichs nur wenn ich, bei meinen Eltern zu besuch bin. Sonst trinke ich Grünen tee /Schwarzun tee /Chicoreee kaffee (Ohne koffeein). Mineralwasser /Hafer dirink.
7. Nimmst du Drogen ich rede jetzt nicht von Bier oder Kaffee bzw. auch nicht wenn du hin und wieder mal nen Joint rauchen würdest. Aber sowas kann auch nen Auslöser für haarausfalls sein.
8. Nimms du sonst noch irgendwelche Medikamente ? Ich meine sonstige Sachen , ich rede hier nicht von Haarausfall präparate. Können auch nen Grund für haarausfall sein
9. Hast du Schuppen/Schuppenflechte ?. Du solltest damit zum Hautarzt gehen. Viele Antischuppen shampoos funktionieen, bei jeden. Du solltest dir das richtige für dich Geben lassen. Schuppen/Schuppenflechte können auch nen Grund für haarausfall sein.

Um noch mal auf den Psychischen Stress hinzudeuten.

Du kannst auch Psychischen Stress , wegen deinen Haarausfall haben. Wenne dir zuviel Gedanken darüber machst, deine Haare versteckst bzw. kein selbstbewusstsein mehr hast ,

etc. Kann das auch nen Grund sein, im nachhinein dafür.

Gibt noch bestimmt nen paar Sachen , die ich nicht genannt habe. Aber so im Groben und ganzen, sollte das alles gewesen sein.

Es ist Grundsätzlich Zusätzlich nicht verkehrt : Nahrungsergänzungsmittel zu besorgen , kriegste bei Amazon am günstigen.

1. Omega 3
2. Biotin
3. Silizium
4. Vitamin D
5. Zink /Eisen
6. Ggf Multivitamin
7. Vitamin B12 fallst du komplett auf Fleisch verzichtest

Aber du solltest dir jetzt , nicht jede tablette jede tag rein schmeissen., Abgesehen von Biotin. Aber wenn du nen tag , kein Obst/Gemüse essen solltest, schadest ne Multivitamin tabletten nicht. Gehste nicht alle paar tage mal für 15 Minuten an der Sonne, schadest ne Vitamin D tablette nicht. Solltest kein Fisch ne Woche essen , oder 2-3 x nicht pro tag, dann ist durchaus Omega 3 hilfreich.  
etc.

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren  
Posted by [PaNtHeR1](#) on Sun, 08 Jan 2023 17:21:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Versuche es mit Fin oral und du hast wahrscheinlich deine Ruhe.  
Bewegung, Rauchen, Alkohol... spielen bei AGA keine Rolle.  
Nahrungsergänzungsmittel sind bei normaler Ernährung auch überflüssig.

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren  
Posted by [Sweety1988](#) on Sun, 08 Jan 2023 18:04:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PaNtHeR1 schrieb am Sun, 08 January 2023 18:21Versuche es mit Fin oral und du hast wahrscheinlich deine Ruhe.  
Bewegung, Rauchen, Alkohol... spielen bei AGA keine Rolle.  
Nahrungsergänzungsmittel sind bei normaler Ernährung auch überflüssig.  
Das ist teilweise Falsch.  
Natürlich wirste AGA nicht mit viel Bewegung/kein Rauchen/Alkohol aufhalten könnnten, das ist wahr.

Jedoch wenne dich kaum bewegst bzw. an Bewegungsmangel leidest bzw. das noch durch rauchen verstärkst ggf. Stress /cortisol sind deine Haare noch schneller weg. bzw. beschleunigen

das unasuweichliche (Ohne medikamente).

Kannst es halt ausbremsen bis zu nen gewissen Punkt ohne Medikamente..Mit ist natürlich besser.

Wenne keine Medilamente nehmen würdest bzw. alles durch falsche/schlechte sachen noch verstärkst bei AGA kann als beispiel sein dass in 10 Jahren Norwood 5-7 Hast , je nachdem wie weit es genetisch geht.AGA muss nicht zu 6 oder 7 gehen.Ich hab schon zuviele gesehen die bis zu ihren lebensende mit teilweise 90/100 nichtmal 6 hatten bzw. Jahrzehnte bzw. seit hörensagen , schon seit 30-50 Jahren an Haarausfall leiteten.

Wenne alles ausreichend machst könntest es durchaus noch auf 13-15 Jahre statt 10 Hinauszögern (Ohne medikamente).

Bzw. Stress /Cortisol ist nen Reiner Haarkiller..wenn das noch dazu kommt als Hauptgrund trotz AGA.. Dann sind nen paar Jahre deine haar weg.

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren

Posted by [HaartzIV](#) on Sun, 08 Jan 2023 19:16:52 GMT

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

---

Sweety1988 schrieb am Sun, 08 January 2023 19:04[

Bzw. Stress /Cortisol ist nen Reiner Haarkiller..wenn das noch dazu kommt als Hauptgrund trotz AGA.. Dann sind nen paar Jahre deine haar weg.

Wird hier immer noch total unterschätzt.

Als ich mal 6 Monate arbeitslos gewesen bin, war mein Status stabil.

In meiner Firma hat übriges JEDER Kerl mehr oder weniger Haarverlust und wenn ich mir männliche Verkäufer in anderen Betrieben anschau, dann herrscht dort auch eine ziemlich hohe Quote an aggressiver AGA.

Wahrscheinlich alles nur Zufall.

Ja ne, ist klar.....

Ich sag es mal so: AGA haben die meisten Männer, aber äußere Einflüsse entscheiden darüber wie stark sie sich über die Jahre entwickelt. Ähnlich wie Krebszellen und Zahnverlust.

---

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren  
Posted by [Sweety1988](#) on Sun, 08 Jan 2023 20:16:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dieses AGA Zeug ist eh immer noch Wirsch in gewissen Aspekten.

Ich hab schon Wahre geschichtne gehört bei Hautärzten, da musse dir am Kopf fassen .

nen Youtuber : Greyyoung , hatte das gesagt. Der hatte 2 Haartransplationen hinter sich bzw. der Hatte Norwood 3. Bzw. er hat bei 3 eine Machen lassen. Die 2te war eigentlich überflüssig. Er war nur mit seiner Haarlinie nicht zufrieden.

Er war nach den 2 HTS. Beim Hautarzt. Hat nen trichoscan machen lassen.

Aber jetzt kommts , der trichoscan ,wurde an den Geheimratsecken gemacht bzwo die Haare mit der HT aufgefüllt worden sind.

der Arzt sagte ihn er hat noch Haarausfall bzw. da sind zuwenig Haare. Sowie daser am AGA leidet .

Bzw. da waren nur 100%tig Transplantierte Haare, die eh nicht ausfallen könnenn.

Wie dämmlich können manche Ärzte sein?.

Bei mir hab ich den Psychen stress faktor reduziert.

Ich hasse es mich selber anzugucken..leide unter meinen noch Bart . Ich hab letztes jahr alle meine spiegel im keller verbannt.

Wenn ich mal irgendwie Komisch aussehe,wenn ich raus gehe, ist es mir gleichgültig.  
Hauptsache fühl mich besser , psychsich.

Sowie das konnte bei mir nen grund mit sein das ich haarausfall hatte. Gings sowiet das ich hulanfälle hatte bzw. starke depressionen.

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren  
Posted by [buttkeis](#) on Tue, 10 Jan 2023 18:39:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sweety1988 schrieb am Sun, 08 January 2023 21:16

Bzw. da waren nur 100%tig Transplantierte Haare, die eh nicht ausfallen könnenn.

Klar können transplantierte Haare ausfallen. Der donor kann auch von dht betroffen sein

---

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren

Posted by [Gast](#) on Tue, 10 Jan 2023 18:43:30 GMT

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

---

Sweety1988 schrieb am Sun, 08 January 2023 21:16Dieses AGA Zeug ist eh immer noch Wirsch in gewissen Aspekten.

Ich hab schon Wahre geschichtne gehört bei Hautärzten, da musse dir am Kopf fassen .

nen Youtuber : Greyyoung , hatte das gesagt. Der hatte 2 Haartransplationen hinter sich bzw. der Hatte Norwood 3. Bzw. er hat bei 3 eine Machen lassen. Die 2te war eigentlich überflüssig. Er war nur mit seiner Haarlinie nicht zufrieden.

Er war nach den 2 HTS. Beim Hautarzt. Hat nen trichoscan machen lassen.

Aber jetzt kommts , der trichoscan ,wurde an den Geheimratsecken gemacht bzwo die Haare mit der HT aufgefüllt worden sind.

der Arzt sagte ihn er hat noch Haarausfall bzw. da sind zuwenig Haare. Sowie daser am AGA leidet .

Bzw. da waren nur 100%tig Transplantierte Haare, die eh nicht ausfallen könnenn.

Wie dämmlich können manche Ärzte sein?.

Bei mir hab ich den Psychen stress faktor reduziert.

Ich hasse es mich selber anzugucken..leide unter meinen noch Bart . Ich hab letztes jahr alle meine spiegel im keller verbannt.

Wenn ich mal irgendwie Komisch aussehe,wenn ich raus gehe, ist es mir gleichgültig. Hauptsache fühl mich besser , psychsich.

Sowie das konnte bei mir nen grund mit sein das ich haarausfall hatte. Gings sowiet das ich haulanfälle hatte bzw. starke depressionen.

Der wollte es nie wirklich. Hab mir alles fleißig angeguckt und war total gespannt auf sein Fin Update. Und nach einem Jahr komplette Kehrtwende. Er nimmt kein Fin mehr. Das sei unnatürlich, weil man sich extern was zuführt. Direkt mal deabonniert.

---

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren

Posted by [Lovely](#) on Mon, 23 Jan 2023 10:22:50 GMT

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

---

Das mit dem psychischen Stress kann ich nur bestätigen, ist bei mir glaube ich der Hauptfaktor

Ich lese so oft Finasterid topisch auftragen, ... hat das tatsächlich so gute ergebnisse? Bin jetzt voll zufrieden mit dem oregano Öl deshalb frage ich mich ob das was ausmacht, bw besser ist (?)

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren

Posted by [Andree](#) on Mon, 23 Jan 2023 11:41:32 GMT

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

---

Lovely schrieb am Mon, 23 January 2023 11:22Das mit dem psychischen Stress kann ich nur bestätigen, ist bei mir glaube ich der Hauptfaktor

Ich lese so oft Finasterid topisch auftragen, ... hat das tatsächlich so gute ergebnisse? Bin jetzt voll zufrieden mit dem oregano Öl deshalb frage ich mich ob das was ausmacht, bw besser ist (?)

Wenn du mit deinem Oregano Öl voll zufrieden bist bleib dabei. Alles andere hat definitiv mehr Nebenwirkungen

---

Subject: Aw: wirksame Mittel bei ausdünnenden Haaren

Posted by [Sweety1988](#) on Mon, 23 Jan 2023 18:29:04 GMT

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

---

buttkeis schrieb am Tue, 10 January 2023 19:39Sweety1988 schrieb am Sun, 08 January 2023 21:16

Bzw. da waren nur 100%tig Transplantierte Haare, die eh nicht ausfallen könnenn.

Klar können transplantierte Haare ausfallen. Der donor kann auch von dht betroffen sein

Ich glaube inne Regel, Nein.

Obwohl ich auch schon über Haartransplationen , videos gesehen habe. Bei Youtube. Das Haare aus denn Falschen bereich genommen worden sind. Also zu weit oben, die auch DHT sensitive sind. Bzw. das diese dann ausfallen.

Aber inne regel, wenn die aus den richtigen Bereich genommen worden sind. bzw. nach der transplation richtig anwachsen. Sollten die nicht ausfallen.

---