
Subject: Ergänzende Therapieoptionen

Posted by [Alex1302](#) on Sun, 12 Feb 2023 18:38:29 GMT

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

Hi zusammen,

Um meinen Haarausfall in Griff zubekommen nutze ich aktuell Folgendes:

- Minox (Regain)
- Microneedling mit NeedlingPen (1mm) danach 24h kein Minox
- Zink, L-Arginin und Zixx Topical
- Keto-Shampoo (2x in der Woche)

Leider schaffe ich es nicht meinen Haarausfall damit in Griff bekommen. Besonders in Frontbereich bilden sich aktuell leichte Geheimratsecken zusätzlich dünnen meine Haare im Oberkopf aus. Ich würde gerne eine weitere Therapieoption hinzuziehen.

Was würdet ihr mir empfehlen? Stemoxydine?

Mit topischen Finasterid habe ich leider keine guten Erfahrungen gemacht in der Dosierung 0.15 Prozent. Ich könnte mir allerdings vorstellen es nochmals mit der Dosierung 0,025 Prozent als Topical zu nutzen.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen

Posted by [Icetea](#) on Sun, 12 Feb 2023 18:56:13 GMT

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

Alex1302 schrieb am Sun, 12 February 2023 19:38Hi zusammen,

Um meinen Haarausfall in Griff zubekommen nutze ich aktuell Folgendes:

- Minox (Regain)
- Microneedling mit NeedlingPen (1mm) danach 24h kein Minox
- Zink, L-Arginin und Zixx Topical
- Keto-Shampoo (2x in der Woche)

Leider schaffe ich es nicht meinen Haarausfall damit in Griff bekommen. Besonders in Frontbereich bilden sich aktuell leichte Geheimratsecken zusätzlich dünnen meine Haare im Oberkopf aus. Ich würde gerne eine weitere Therapieoption hinzuziehen.

Was würdet ihr mir empfehlen? Stemoxydine?

Mit topischen Finasterid habe ich leider keine guten Erfahrungen gemacht in der Dosierung 0.15 Prozent. Ich könnte mir allerdings vorstellen es nochmals mit der Dosierung 0,025 Prozent als Topical zu nutzen.

Von den Sachen hilft eig nur minox und dermapen so wirklich. Und auch nicht ausreichend ohne dht Hemmer bei richtiger Aga.

Deswegen nimm nen Dht hemmer dazu, einfach 1mg Fin jeden Tag falls noch nicht probiert.
Topisch kannst es alternativ auch versuchen.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [buttkeis](#) on Sun, 12 Feb 2023 20:58:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lcetea schrieb am Sun, 12 February 2023 19:56Alex1302 schrieb am Sun, 12 February 2023 19:38Hi zusammen,

Um meinen Haarausfall in Griff zubekommen nutze ich aktuell Folgendes:

- Minox (Regain)
- Microneedling mit NeedlingPen (1mm) danach 24h kein Minox
- Zink, L-Arginin und Zixx Topical
- Keto-Shampoo (2x in der Woche)

Leider schaffe ich es nicht meinen Haarausfall damit in Griff bekommen. Besonders in Frontbereich bilden sich aktuell leichte Geheimratsecken zusätzlich dünne meine Haare im Oberkopf aus. Ich würde gerne eine weitere Therapieoption hinzuziehen.

Was würdet ihr mir empfehlen? Stemoxydine?

Mit topischen Finasterid habe ich leider keine guten Erfahrungen gemacht in der Dosierung 0.15 Prozent. Ich könnte mir allerdings vorstellen es nochmals mit der Dosierung 0,025 Prozent als Topical zu nutzen.

Von den Sachen hilft eig nur minox und dermapen so wirklich. Und auch nicht ausreichend ohne dht Hemmer bei richtiger Aga.

Deswegen nimm nen Dht hemmer dazu, einfach 1mg Fin jeden Tag falls noch nicht probiert.
Topisch kannst es alternativ auch versuchen.

1mg fin macht doch niemand mehr. Wenn dann 1mg alle 2xTage. Oder 0.5 Täglich. Ich würde fin topical machen, 3x5mg in 60ml Minox, da du es eh nimmst. Oder 3x5mg in Stemox, wird viel in UK und USA gemacht. Fin topisch brauch länger um so zu wirken, so dass man es sieht. ket 1x die Woche soll reichen.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [lcetea](#) on Sun, 12 Feb 2023 21:57:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

buttkeis schrieb am Sun, 12 February 2023 21:58lcetea schrieb am Sun, 12 February 2023 19:56Alex1302 schrieb am Sun, 12 February 2023 19:38Hi zusammen,

Um meinen Haarausfall in Griff zubekommen nutze ich aktuell Folgendes:

- Minox (Regain)
- Microneedling mit NeedlingPen (1mm) danach 24h kein Minox
- Zink, L-Arginin und Zixx Topical
- Keto-Shampoo (2x in der Woche)

Leider schaffe ich es nicht meinen Haarausfall damit in Griff bekommen. Besonders in Frontbereich bilden sich aktuell leichte Geheimratsecken zusätzlich dünne meine Haare im Oberkopf aus. Ich würde gerne eine weitere Therapieoption hinzuziehen.

Was würdet ihr mir empfehlen? Stemoxydine?

Mit topischen Finasterid habe ich leider keine guten Erfahrungen gemacht in der Dosierung 0.15 Prozent. Ich könnte mir allerdings vorstellen es nochmals mit der Dosierung 0,025 Prozent als Topical zu nutzen.

Von den Sachen hilft eig nur minox und dermapen so wirklich. Und auch nicht ausreichend ohne dht Hemmer bei richtiger Aga.

Deswegen nimm nen Dht hemmer dazu, einfach 1mg Fin jeden Tag falls noch nicht probiert. Topisch kannst es alternativ auch versuchen.

1mg fin macht doch niemand mehr. Wenn dann 1mg alle 2xTage. Oder 0.5

Täglich. Ich würde fin topical machen, 3x5mg in 60ml Minox, da du es eh nimmst. Oder 3x5mg in Stemox, wird viel in UK und USA gemacht. Fin topisch brauch länger um so zu wirken, so dass man es sieht. ket 1x die Woche soll reichen.

Interessant das es niemand mehr machen soll. Soweit ich weiß ist das immernoch die Standart Dosis die verschrieben wird;-)

Aber natürlich kann man auch geringer anfangen, zb 0,5mg jeden Tag oder topisch. 1mg ist aber absolut noch gängig

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [TomK](#) on Sun, 12 Feb 2023 22:02:09 GMT

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

Stemoxydine, Redensyl, Alfatradiol, Dermapen 1x die Woche mit 0,5 oder 1mm.

Du kannst nur verschiedene Mittel Probieren.

Wirkt bei jedem anders.

Der eine kommt mit den oben genannten Mitteln gut zurecht der andere braucht jedoch die harten Chemiekeulen um Erfolge zu erzielen.

Da reagiert wirklich jeder anders.

Nur eines merken die Mittel wirken nicht schon nach 1-2 Monaten oder kürzer.

Bei den meisten davon merkt man erst nach ca 6 Monaten eine Besserung.

Wenn sich in 6 Monaten nichts tut dann kann man darüber nachdenken auf was anderes umzusteigen.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [Icetea](#) on Mon, 13 Feb 2023 08:01:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

TomK schrieb am Sun, 12 February 2023 23:02Stemoxydine, Redensyl, Alfatradiol, Dermapen 1x die Woche mit 0,5 oder 1mm.

Wenn er wirklich Aga hat und nicht einfach ne Mature Hairline werden die Sachen ganz sicher nicht ausreichend wirken wenn er weiterhin HA durch minox und Dermapen hat. Nur Geldverschwendung. Fang lieber gleich an mit Fin, lieber erstmal in Low Dosis als garnicht anzufangen.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [buttkeis](#) on Mon, 13 Feb 2023 12:19:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Icetea schrieb am Mon, 13 February 2023 09:01TomK schrieb am Sun, 12 February 2023 23:02Stemoxydine, Redensyl, Alfatradiol, Dermapen 1x die Woche mit 0,5 oder 1mm.

Wenn er wirklich Aga hat und nicht einfach ne Mature Hairline werden die Sachen ganz sicher nicht ausreichend wirken wenn er weiterhin HA durch minox und Dermapen hat. Nur Geldverschwendung. Fang lieber gleich an mit Fin, lieber erstmal in Low Dosis als garnicht anzufangen.

Stemoxydine hat bei mir dermaßen die Haarline verdichtet

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [Sweety1988](#) on Mon, 13 Feb 2023 15:11:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1 MG FINA Zu nehmen ist einfach Schwachsinnig. Zumindestenstens ORAL. Außer einen ist das Geld egal.

bei 0,2MG ist die Dosierung zu Schwach, gibt ne Studie , die das belegt.
Im Optimalsten fall sollte man MINIMUM 0,4 MG Nehmen pro Tag. Da blockt man um die 60 DHT. Bei 0,2 sinds etwas über 40%. Bei 1 -5 MG FIna machts , kein unterschied so wirklich, ist dann bei um die 64-67%.

Bzw. muss jede/r selber wissen wieviel man nimmt , ich nehm selbst 0,84 Mg Pro tag, ich 6tel ne 5 MG tablette.

ich denke wenn man nur 1 MG tabletten kriegt/kauft, ist 0,5 MG der Sweetspot. Einfach die tablette halbieren und gut ist.

Aber ich glaube beim Threadersteller das die eindring Tiefer von Dermapen zu Niedrig ist. Ich bin mir nicht sicher, ich meine für Haarausfall , sollte man 1,5 mm nehmen nicht 1.

Aber so Grundsätzliche Sachen gegen Haarausfall (AGA). Wie hier leute schon sagten.

1. Wichtigste nen DHT Blocker nehmen wie Finasterid oder Dutasterid, da ist das meiste mit schon Erledigt.

2. MINOXIDIL kann noch Zusätzlich nehmen, aber würd ich nicht machen. Noch ne Chemie keule rein packen, das noch 2x Pro tag. Würd alternativ zusätzlich eher Dermarolling oder Dermapen machen (1-2 x pro woche).Bzw. evtl wie der Threadersteller schon sagte, 24 std danach 1x Minoxidil wäre auch ne Option.

3. Was Grundsätzlich unterstützend wirkt , aber kein Haarausfall stoppt.

- Ausgewogene / Gesunde Ernährung (Kein Fettiges essen oder Junkfood jeden tag)
- Nicht Rauchen/Keine Drogen nehmen
- Psychischen/Arbeitsstress vermeiden
- Nahrungsergänzungsmittel wie : Biotin, Omega 3, Silizium , Zink, Eisen, Vitamin D
- Baby Shampoo oder Medizinisches/neutrales Shampoo nehmen

Um Haare wieder zu kriegen gibts Streng genommen 2 Sachen nur die 2te fällt für euch weg bzw. gibt auch keine Garantie , das es bei jeden Funktioniert. bzw. ist nichts für CIS Männer.

Im Endeffekt , bleibts nur bei Haartransplantation/en.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [TomK](#) on Mon, 13 Feb 2023 17:52:59 GMT

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

Ice tea schrieb am Mon, 13 February 2023 09:01 TomK schrieb am Sun, 12 February 2023 23:02 Stemoxydine, Redensyl, Alfatradiol, Dermapen 1x die Woche mit 0,5 oder 1mm.

Wenn er wirklich Aga hat und nicht einfach ne Mature Hairline werden die Sachen ganz sicher nicht ausreichend wirken wenn er weiterhin HA durch minox und Dermapen hat. Nur Geldverschwendung. Fang lieber gleich an mit Fin, lieber erstmal in Low Dosis als garnicht anzufangen.

Viele vertragen aber genau Minox nicht und bekommen sogar mehr Haarausfall von dem Zeugs. Schon alles vorgekommen. Deswegen kann man nur verschiedene Mittel probieren.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [TomK](#) on Mon, 13 Feb 2023 18:01:33 GMT

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

Aber ich glaube beim Threadersteller das die eindring Tiefe von Dermapen zu Niedrig ist. Ich bin mir nicht sicher, ich meine für Haarausfall , sollte man 1,5 mm nehmen nicht 1.

Ich mache 1 mal die Woche mit 0,5mm und hilft auch was.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [Icetea](#) on Mon, 13 Feb 2023 18:25:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sweety1988 schrieb am Mon, 13 February 2023 16:11 MG FINA Zu nehmen ist einfach Schwachsinnig. Zumindestenstens ORAL. Außer einen ist das Geld egal.

Also sind alle Ärzte in Deutschland schwachsinnig da ja 1mg die zugelassene und empfohlene Dosis ist?

Ich denke es gibt mehrere Möglichkeiten mit der Dosis und bin auch dafür wenn es ausreichend wirkt auch erstmal mit zb 0,5mg pro tag zu beginnen aber 1mg ist auch absolut okay. Kein Grund das als schwachsinnig ab zu tun. Bei manchen ist die Wirkung unter 1mg einfach zu schwach, selbst bei 1mg.

Und Geld? Fin ist echt nicht teuer im Vergleich zu anderen topischen Mittel die zudem meist nichts bringen....

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [Sweety1988](#) on Mon, 13 Feb 2023 19:07:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Von : Icetea

Also sind alle Ärzte in Deutschland schwachsinnig da ja 1mg die zugelassene und empfohlene Dosis ist?

Das habe ich nicht gesagt. Aber auch 5MG ist zugelassen, nicht nur 1 MG. Das 5 MG gegen Prostata Probleme, genommen wird bzw. auch gegen Haarausfall genommen werden könnte. Auch wenn die Dosis überzogen ist , was anders.

Es wird einfach nur 1 MG Und 5 MG hergestellt.Bzw. mit denn 1 MG tabletten wird Kohle ohne ende gemacht. Obwohl 5MG deutlich günstiger ist.

Durch Millionen von Leuten, die Fina nehmen bzw. XXX.XXX Leute die weniger als 1 MG nehmen bzw. durch Studien, würde auch bewiesen. Das 1 MG zu nehmen genau soviel bringt, wie Mindestens 0,4-0,5MG .

Bzw. Fina blockt bei Höherer dosis nicht mehr DHT , also fast garnichts mehr.

Ne Möglichkeit Haare wieder bekommen , das kann funktionieren . Klappt bei manchen Trans menschen, die AGA Hatten .

Aber dann muss sowas wie Libido verlust und verweiblichung des Körpers im Kauf nehmen.

1. Anti Androgen +Estradiol oder Östrogen nehmen +Raxiofen (Was Brustwachstum hemmt) + Ersten Monat/e Noch Duta oder Fina nehmen.
- 2.Dermapen oder Dermaroller ggf. noch mit Minoxdil (1 x pro woche) nutzen
3. Hoffen das nach 1 Jahr + die Haare wieder da sind. Durch HRT Wird AGA Gestoppt .
4. Falls die Haare wieder da sind. Mit Estradiol+Antiandrogen+Raxiofen stoppen und dann auf Duta/Fina komplett setzen.

Ist generel möglich, hat bei vielen trans menschen mti AGA geholfen. Aber gibt keine Garantie dafür, das es bei jeden funktioniert.Sowie es gesagt, die Nebenwirkungen müsste man im Kauf nehmen.

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [Alex1302](#) on Mon, 13 Feb 2023 22:15:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die Antworten.

Finasterid topisch habe ich bereits genommen allerdings mit Nebenwirkungen. Ich hatte hier eine Dosierung von 0,15 Prozent, also 0,15g Fin in 100ml.

Ich werde deshalb mal 0,025 Prozent versuchen. Glaubt ihr dass das überhaupt etwas bringen wird?

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen
Posted by [HerrOber](#) on Mon, 13 Feb 2023 22:28:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alex1302 schrieb am Mon, 13 February 2023 23:15Danke für die Antworten.

Finasterid topisch habe ich bereits genommen allerdings mit Nebenwirkungen. Ich hatte hier eine Dosierung von 0,15 Prozent, also 0,15g Fin in 100ml.

Ich werde deshalb mal 0,025 Prozent versuchen. Glaubt ihr dass das überhaupt etwas bringen wird?

Da ist eine Art Zusammenfassung:

<https://perfecthairhealth.com/topical-finasteride-the-best-dosage-for-maximizing-regrowth-and-minimizing-side-effects/>

" So, if we apply 1-2 mL of 0.005% to 0.02% topical finasteride, this might equate to just 0.01-0.03 mg of systemic drug exposure. For the overwhelming majority of people, that's not enough

systemic leakage to significantly lower DHT levels in the body. But it is enough to produce great hair loss outcomes. "

Subject: Aw: Ergänzende Therapieoptionen

Posted by [Patrick_Bateman](#) on Tue, 14 Feb 2023 11:00:41 GMT

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

Alex1302 schrieb am Mon, 13 February 2023 23:15 Danke für die Antworten.
Finasterid topisch habe ich bereits genommen allerdings mit Nebenwirkungen. Ich hatte hier eine Dosierung von 0,15 Prozent, also 0,15g Fin in 100ml.

Ich werde deshalb mal 0,025 Prozent versuchen. Glaubt ihr dass das überhaupt etwas bringen wird?

Wie alt bist du und wie lange hast du bereits Haarausfall? Gibts es Bilder von deinem aktuellen Status und falls ja, kannst du diese hochladen?

Man sieht sehr wenige positive Ergebnisse von Fin topisch - in den Studien soll die DHT Hemmung im Scalp auf gleichen Niveau sein wie bei oral, allerdings sprechen die wenigen guten Anwendungsergebnisse eine andere Sprache.

Das Problem ist meiner Ansicht nach zum einen der Träger, zum anderen die Wirkstoffverarbeitung in der Kopfhaut. Ich selbst habe 1 Jahr eine absurde Menge Fin/Dut topisch jeden Tag geschmiert, plus Microneedling für bessere Absorption, es hat leider nicht viel gebracht. Mein Serum DHT war weiter unter Normbereich, aber die Haare wurden nicht besser. Bei oral hatte deutlichen Neuwuchs innerhalb von 9 Monaten.

Vergeudete Zeit. Lieber eine geringere Dosis Fin oral, da auch topisch das Serum DHT nachweislich senkt, somit ist das potenzielle Nebenwirkungsprofil identisch.

Wenn du ne sehr milde AGA hast, dann kann das funktionieren. Daher die Frage nach Bildern deines Status und deinem Alter.

Stemox, Redensyl und Minox sind Wachstumsbooster, das bringt dir aber nichts wenn das Haar aufgrund von DHT so stark geschädigt ist das die Anagenphase immer kürzer, und die Katenen und Telogenphase immer länger werden.

Bilder wären hilfreich.
