

Hallo zusammen,

mit zunehmendem Alter schreitet leider auch die Entwicklung meiner Tonsur voran. Die gängigen und sicherlich auch funktionierenden Mittel Regaine (Minoxidil) und Finasterid kommen für mich jedoch nicht in Frage. Natürlich sind Haare wichtig, die Gesundheit aber doch wichtiger und potenziell das Herz-Kreislauf-System zu belasten oder den Hormonhaushalt, ist es mir letztlich nicht wert. Dann würde ich wohl eher auf 0,5mm herunter-rassieren.

Dennoch interessiert mich, ob es durch die zum Teil belächelten Mittelchen, die der Markt zu bieten hat, zu einer Verbesserung kommen kann. Auch das kürzlich vorgestellte Alpecin+DMG interessiert mich dabei, denn sollte es tatsächlich zu einer Verbesserung des Haarstatus in einer randomisierten In-Vivo-Doppelblindstudie gekommen sein (Veröffentlichung steht noch aus), dann wäre es zumindest den Versuch wert.

Zu meinem Regime - ich starte mal mit folgenden Mitteln:

- Microneedling (1x wöchentlich; 0,7mm)
- Coffein + DMG Shampoo (1x täglich; Einwirkzeit 3-5 Minuten)
- Koffein-Haarwasser (1x täglich)
- L'Oreal Serioxly (1x täglich; Stemoxydine + Resveratrol)
- Redensyl (1x täglich)
- Rosmarin + Kürbiskernöl (ggf. 1x täglich, geruchsabhängig)

Ich versuche mich regelmäßig (ggf. 1x pro Monat) wieder hier zum Thema mit Bildern zu melden, um zu schauen, ob es etwas bringen sollte. Zum Start schon mal ein Entwicklungsvergleich von vor 7 Jahren und heute als Bild.

LG

File Attachments

1) [Vergleich Tonsur.jpg](#), downloaded 424 times

10/2
35 J



Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [pilos](#) on Tue, 10 Sep 2024 10:28:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das ist eine sehr sehr langsame aga

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [Chicura](#) on Tue, 10 Sep 2024 10:45:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Di., 10 September 2024 12:28
das ist eine sehr sehr langsame aga

Ist das nicht gut?

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [pilos](#) on Tue, 10 Sep 2024 10:51:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Chicura schrieb am Di., 10 September 2024 12:45Ist das nicht gut?
gut für dich

schlecht für die aussage des versuchs

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [Chicura](#) on Tue, 10 Sep 2024 10:55:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Di., 10 September 2024 12:51Chicura schrieb am Di., 10 September 2024
12:45Ist das nicht gut?
gut für dich
schlecht für die aussage des versuchs

Achso, ja das stimmt natürlich. Wobei es zumindest eine Aussage wäre für Menschen, die einen ähnlichen Status haben; ich bin damit ja sicherlich kein Exot. Außerdem, wenn das Regime gar nichts bringt - trotz weniger aggressiver AGA - würde das ja schon aussagen, dass

es bei stärkerer Form erst recht nichts bringt.

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [pilos](#) on Tue, 10 Sep 2024 11:05:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Chicura schrieb am Di., 10 September 2024 12:55pilos schrieb am Di., 10 September 2024 12:51Chicura schrieb am Di., 10 September 2024 12:45Ist das nicht gut?
gut für dich
schlecht für die aussage des versuchs

Achso, ja das stimmt natürlich. Wobei es zumindest eine Aussage wäre für Menschen, die einen ähnlichen Status haben; ich bin damit ja sicherlich kein Exot. Außerdem, wenn das Regime gar nichts bringt - trotz weniger aggressiver AGA - würde das ja schon aussagen, dass es bei stärkerer Form erst recht nichts bringt.

schon

aber es würde das preis/leistung/zeit Verhältnis nicht stimmen.

ob das sinn macht ?

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 10 Sep 2024 11:36:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Viel Erfolg. Mache gerade einen ähnlichen Versuch.

Ich probiere Stemoxydine und GHK Kupfer peptide. Stemoxydine bald drei Monate, Kupfer peptide bald drei Wochen.

Einmal die Woche microneedling.

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 10 Sep 2024 12:35:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Problem bei Topicals ist,
dass sie verdunstet sind, bis sie überhaupt
Zeit genug hätten, um in die Haut einzuziehen.

Ich merke das ja an mir selber.

Trage ich z.B. die Capsaicin-Tinktur "nur so"
auf, also so wie alle es machen, spüre ich kaum ein brennen.
Trage ich darüber aber eine Frischhaltefolie,
fängt es erst richtig an zu wirken
und die Haut ist TOP durchblutet.

Das selbe wie mit Minzöl.
Trage ich es nur kurz auf, merke ich nicht viel.
Trage ich es mit Folie auf, wird es erst richtig kalt.

Ohne Folie kannst du das alles vergessen.

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [pilos](#) on Tue, 10 Sep 2024 12:59:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Di., 10 September 2024 14:35Das Problem bei Topicals ist,
dass sie verdunstet sind, bis sie überhaupt
Zeit genug hätten, um in die Haut einzuziehen.

die ziehen auch danach ein und zwar 24 stundenlang. es sind auch auch
nichtflüchtige bestandteile drin

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [Blackster](#) on Tue, 10 Sep 2024 15:27:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Penetriert denn davon überhaupt irgendwas ?
Ansonsten ist es doch wieder nur Geldverbrennung.

Wobei ich von topischen Sachen generell nichts halte.

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 10 Sep 2024 16:04:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Di., 10 September 2024 14:59Norwood-packt-das-an schrieb am Di., 10
September 2024 14:35Das Problem bei Topicals ist,
dass sie verdunstet sind, bis sie überhaupt
Zeit genug hätten, um in die Haut einzuziehen.

die ziehen auch danach ein und zwar 24 stundenlang. es sind auch auch nichtflüchtige bestandteile drin

Ich spüre aber nur mit Folie
ein brennen durch das Capsaicin.
Für mich der Beweis dass es ohne Folie
nicht viel bringt.

Subject: Selbstversuch mit Schlangenölen (Update November 2024)

Posted by [Chicura](#) on Tue, 19 Nov 2024 11:21:47 GMT

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

Hello again,

ich habe ja Updates versprochen und diesem Versprechen möchte ich auch nachkommen.
Inzwischen sind nun etwa 10 Wochen vergangen, in denen ich im Wesentlichen folgende
Produkte verwendet habe:

- Alpecin Coffein+DMG-Shampoo, 1x täglich, 3-5 Minuten (alle 2-3 Tage gemischt mit Ketozolin-Shampoo)
- Redensyl (Ahuhu Anti-Aging Elexir), 1-3x täglich
- Koffein-Haarwasser (Alpecin Coffein Liquid), 1x täglich morgens
- Stemoxydine (L'Oreal Serioxly), 1x täglich abends
- Microneedling, ca. alle 10 Tage, 0,8mm

Zum Zwischenergebnis:

Es ist schwierig vergleichbare Fotos zu machen, da die Haarlänge nicht immer gleich ist, das Licht ist unterschiedlich usw. Im letzten Foto sind auch noch Spuren vom Microneedling zu sehen. Dennoch möchte ich die Fotoserie weiterführen.

Was man natürlich auch sieht, ist, dass man fast nichts sieht. :) Ich habe im täglichen Styling schon das Gefühl, dass es viel einfacher geworden ist, die Tonsur zu verdecken. Das kann aber bspw. auch alleon daran liegen, dass das Shampoo keine Silikone enthält und die Haare dadurch robuster wirken. Allgemein sind 2,5 Monate natürlich auch noch wenig Zeit für eine sichtbare Veränderung. Tatsächlich habe ich aber beim Haarewaschen weniger Haare in den Händen. Waren es zuvor regelmäßig ca. 30 Stück, sind es nun nur noch etwa 10 Stück.

File Attachments

1) [Vergleich Tonsur November 2024.jpg](#), downloaded 225 times

10/2017
35 Jahre



Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen (Update November 2024)

Posted by [pilos](#) on Tue, 19 Nov 2024 11:38:56 GMT

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

das problem mit den bilder ist...der abstand zur kamera ist immer verschieden

zumindest für 2 monate ist der titel passend Selbstversuch mit Schlangenölen

Subject: Aw: Selbstversuch mit Schlangenölen (Update November 2024)

Posted by [Chicura](#) on Tue, 19 Nov 2024 11:41:30 GMT

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

Der Abstand ist eigentlich immer gleich, nämlich eine Armlänge.

Die hat sich in den letzten Jahren nicht verändert.

Das größere Problem im Vergleich ist dann doch eher die Haarlänge.

Ich gebe mir aber schon die größte Mühe.
