
Subject: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?
Posted by [Karina](#) on Mon, 07 Apr 2025 20:15:21 GMT

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

Diese ganzen Spielregeln zur korrekten Anwendung von Minox sind nicht ganz einfach zu befolgen, es sei denn, man hat kein Problem damit kein normales Leben führen zu können.

Ich meine bspw.

4h lang Haare nicht nass werden lassen
Direkt nach Auftragen nicht stylen oder hinlegen

Diese ganzen "Oh Gott, bitte nicht" halt.

Haltet ihr euch da grundsätzlich dran und wie bekommt ihr das mit eurem Alltag und euren Hobbys koordiniert?

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [Sonic Boom](#) on Mon, 07 Apr 2025 20:27:02 GMT

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

@Karina, ich hatte mit Minox (oder RU) nie Probleme. Ich nehme es seit vielen Jahren immer abends bevor ich ins Bett gehe. Dann schlaf ich eh 7 oder 8 h und hab damit keine Scherereien.

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 07 Apr 2025 21:03:26 GMT

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

Nimm es doch einfach oral.
Dann hast du keine Probleme.

Oral ist es nicht nur viel wirksamer,
sondern auch viel billiger.
240 ml reichen ein paar Jahre.

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [Karina](#) on Mon, 07 Apr 2025 21:18:32 GMT

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

Ich habe das auch so gehandhabt, aber es färbt so brutal auf die Bettwäsche ab, dass es nicht mal beim Waschen raus geht. Nervt schon. Hast du dieses Problem nicht?

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 08 Apr 2025 04:05:17 GMT

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

Nein. Noch nie.

Nimmst du noch Fin???

(Siehe auch deinen alten Thread. Übrigens schön dass du wieder hier bist. Hätte nicht mehr mit dir gerechnet. :))

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [chess](#) on Tue, 08 Apr 2025 09:11:22 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Mo., 07 April 2025 23:03Nimm es doch einfach oral.
Dann hast du keine Probleme.

Oral ist es nicht nur viel wirksamer,
sondern auch viel billiger.

240 ml reichen ein paar Jahre.

ich kann sehr gute Wirksamkeit

von oral bzw. sublingual auch

bestätigen!

allerdings nehme ich minox

dennoch weiterhin auch topisch.

könnte ich mir das sparen oder

gibt die Kombi mehr power?

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 08 Apr 2025 11:07:06 GMT

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

chess schrieb am Tue, 08 April 2025 11:11Norwood-packt-das-an schrieb am Mo., 07 April 2025 23:03Nimm es doch einfach oral.

Dann hast du keine Probleme.

Oral ist es nicht nur viel wirksamer,
sondern auch viel billiger.

240 ml reichen ein paar Jahre.

ich kann sehr gute Wirksamkeit

von oral bzw. sublingual auch

bestätigen!

allerdings nehme ich minox
dennoch weiterhin auch topisch.
könnte ich mir das sparen oder
gibt die Kombi mehr power?
Ich würde topisch lieber was anderes verwenden,
wenn die Haare "von innen" schon genug Minox bekommen.
Ich kann Vitamin C sehr empfehlen.
Das ist ein starkes Haarwuchsmittel.
Ich trug es mir unter dem Auge gegen Falten auf.
Und als Nebenwirkung sprießten unter meinem
Auge jede Menge Haare.
User von reddit berichten das selbe.
Es gibt viele Studien über die haarwuchsfördernde
Wirkung von topischem Vitamin C.
Es erhöht die Dermal-Papilla-Zellen,
fördert Stammzellen, bildet neue Gefäße..

Noch besser natürlich in Kombi mit
Inositol, MSM, L-Carnitin und Taurin.

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [Karina](#) on Tue, 08 Apr 2025 13:51:26 GMT

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

Hmmm, ich dachte immer, Minox einnehmen bringt gar nix. Bin aber schon lang aus der Thematik wieder raus.

Ihr würdet mir also empfehlen, Minox einzunehmen und das topische sollte ich dann ausschleichen lassen? Ich würde auf jeden Fall viel lieber einnehmen als schmieren, weil das halt die Lebensqualität eines spontanen Menschen wie mir nicht so tangiert. Aber ich habe andererseits auch Null Komma Null Bock drauf temporär auszusehen wie ein gerupftes Huhn durch das Absetzen. Dazu kommt bei mir noch, dass ich eh einen eher niedrigen Blutdruck habe. Weiß daher nicht, ob ich mir mehr damit schaden würde. Ich dachte jetzt eher, ihr sagt mir, neee, das mit den 4h, das ist eh längst überholt - mit nur 2h Einwirkzeit bist du auch safe :lol:

@Norwood-packt-das-an

Ääähhhh, dann könnte ich mir mit Vitamin C auch so buschige Augenbrauen wie Theo Weigel züchten :d ? Neee, ernsthaft, Vitamin C topisch - nie gehört. Kann man das nicht auch einfach einnehmen?

@Sonic Boom

Wusste gar nicht, dass ich so ein gern gesehener Gast gewesen bin :lol: ! Ich lasse HA halt nicht zum Dauerbrenner in meinem Leben werden und deshalb brauche ich da mitunter mal längerfristig Abstand. Aber ja, ich nehme immer noch Fin. Ich habe gefühlt keine Probleme damit, es ist bisher leicht zu beschaffen gewesen für mich und von daher sprach bisher nix

dafür, damit aufzuhören. Wie ich heute ohne aussehen würde, das weiß eh keiner.

Subject: Aw: Wie genau nehmt ihr die "Spielregeln" für die Anwendung von Minox?

Posted by [matt82](#) on Wed, 09 Apr 2025 13:12:47 GMT

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

Op Hauben schützen etwas die Bettwäsche und gfs. das Gesicht: z.B. Dahlhausen grün
PZN 02135595

Gibts auch in leichter Ausführung in weiß,
bestimmt gibt es auch noch dichtere Hauben
