
Subject: Behandlung Haarausfall

Posted by [XXXXXXXX](#) on Sun, 13 Apr 2025 18:22:54 GMT

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

Hallo zusammen

Ich werde demnächts 21 und habe vor ca. 6 Monaten bemerkt, dass ich am Hinterkopf leichten Haarausfall habe. Derzeit dürften Aussenstehende noch nichts bemerken, mich belastet es psychisch dennoch recht stark. Ich habe nun auf eine vitaminreiche Ernährung umgestellt, dies dürfte aber nur bedingt gegen den erblich bedingten Haarausfall helfen...

Deswegen stellt sich nun die Frage, wie ich vorgehen soll.

Derzeit plane ich demnächst mit topischem Minoxidil zu beginnen. Sobald Minoxidil allein nicht mehr hilft, zusätzlich topsches Finasterid. Oder würdet Ihr gleich mit beidem beginnen, oder zuerst Finasterid und erst später Minox? Zusätzlich überlege ich noch eine PRP Behandlung... Wie würdet Ihr vorgehen?

Zusätzlich noch eine Frage: Ich mache viel Kraftsport und habe desegen Kreatin genommen, damit aber aufgehört, als ich den Haarausfall bemerkte. Würdet Ihr weiterhin auf Kreatin verzichten, oder kann ich bedenkenlos weiter Kreatin nehmen? Die Studienlage ist soweit ich mich informiert habe, nicht ganz eindeutig.

Ich würde mich mega über Rückmeldungen freuen. Vielen Dank schon im voraus.

Beste Grüsse

Subject: Aw: Behandlung Haarausfall

Posted by [ME95](#) on Sun, 13 Apr 2025 18:54:15 GMT

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

Zuerst Finasterid (warum nicht oral?) und dann Minoxidil

Kein PRP

Die Studie zum Kreatin bei dem Rugby-Team ist nicht ausreichend um einen kausalen Zusammenhang herzustellen.

Subject: Aw: Behandlung Haarausfall

Posted by [XXXXXXXX](#) on Sun, 13 Apr 2025 19:16:46 GMT

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

Hey, vielen Dank für Deine Antwort.

topisch, da ich Respekt vor NW habe.

Wieso zuerst Finasterid?

Kreatin würdest Du an meiner Stelle wieder nehmen?

Subject: Aw: Behandlung Haarausfall

Posted by [ME95](#) on Sun, 13 Apr 2025 19:18:24 GMT

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

Weil Finasterid wichtiger ist und das Minoxidil den Haarausfall nicht dauerhaft stabilisieren kann.
Ja, du kannst wieder Kreatin nehmen

Subject: Aw: Behandlung Haarausfall

Posted by [XXXXXXXXXX](#) on Sun, 13 Apr 2025 19:31:30 GMT

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

Mir ist klar, das nur DHT Blocker die AGA dauerhaft stoppen können. Aber ich würde eigentlich so lange wie möglich ohne Finasterid aukommen, auch wenn das mit Minoxidil evtl. nur 2 Jahre möglich ist... Habe ich so Nachteile?

Subject: Aw: Behandlung Haarausfall

Posted by [ME95](#) on Sun, 13 Apr 2025 20:19:25 GMT

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

Ja. Sich mit Minoxidil über Wasser zu halten sollte man nur versuchen wenn man noch in der Pubertät ist.

Subject: Aw: Behandlung Haarausfall

Posted by [XXXXXXXXXX](#) on Sun, 13 Apr 2025 21:14:33 GMT

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

Was für Nachteile konkret?

Ich hatte vor, Minox auch für den Bart zu benutzen...

Subject: Aw: Behandlung Haarausfall

Posted by [ME95](#) on Sun, 13 Apr 2025 21:23:51 GMT

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

Weniger Haare

Möglicherweise Komplettverlust in bestimmten Bereichen (insbesondere die Geheimratsecken wirst du nur mit Minoxidil nicht in Schach halten können)

Finasterid hat bezüglich dem Bart, vorausgesetzt er wurde im Rahmen der Pubertät korrekt entwickelt, keine Nachteile
