
Subject: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 10 May 2025 07:37:50 GMT

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

Gibt es einen Zusammenhang?

Ich schlafe nur wenige Stunden und dann wache ich übermüdet auf und kann trotzdem nicht mehr schlafen.

Nehme zweimal täglich, aber nur halbe Dosis.

Haltet ihr das für wahrscheinlich oder eher nicht?

Ich werde langsam wahnsinnig. Immer müde aber kann trotzdem nicht durchschlafen

Nehme es topisch

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [pilos](#) on Sat, 10 May 2025 08:22:14 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Sa., 10 Mai 2025 09:37Gibt es einen Zusammenhang?

Ich schlafe nur wenige Stunden und dann wache ich übermüdet auf und kann trotzdem nicht mehr schlafen.

Nehme zweimal täglich, aber nur halbe Dosis.

Haltet ihr das für wahrscheinlich oder eher nicht?

Ich werde langsam wahnsinnig. Immer müde aber kann trotzdem nicht durchschlafen

Nehme es topisch

blutdruck zu niedrige, puls zu hoch

puls beim aufwachen immer zählen und notieren

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 10 May 2025 15:18:59 GMT

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

Besser mit Spiro kombinieren.

Dann hat man keine oder kaum noch Nebenwirkungen von Minox.
Minox macht Ödeme und Spiro leitet das Wasser aus.

Ja, ich halte Spiro sogar für obligatorisch.
Andernfalls kann es sogar gefährlich werden, wenn sich Wasser im Herzen ansammelt.
Gilt natürlich nur für orale Einnahme..

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 10 May 2025 21:04:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Von Minox? Also was tun?
Das würde bedeuten ich bekomme von topischer Mini Dosis fin Probleme und genauso von halber Dosis Minox. Ich Glückspilz.
Was jetzt ?

Edit: gestern das Minox abends weg gelassen , trotzdem nach vier std wieder wach

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [Intoleranz1](#) on Sun, 11 May 2025 15:51:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Laut einer Puls mess App habe ich einen Puls von 65 liege gerade da beim messen. Bin heute schon Fahrrad gefahren und habe etwas Sport gemacht.

Was sagt mir das jetzt ?

Edit: jetzt im liegen 71

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [pilos](#) on Sun, 11 May 2025 19:25:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

puls beim aufwachen mogens oder wenn du nicht schlafen kannst

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [Intoleranz1](#) on Mon, 12 May 2025 04:41:07 GMT

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

63 habe ich gemessen

Paar Minuten später 60.
Jetzt 50. kann immernoch nicht schlafen

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [pilos](#) on Mon, 12 May 2025 11:57:08 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Mo., 12 Mai 2025 06:4163 habe ich gemessen

Paar Minuten später 60.
Jetzt 50. kann immernoch nicht schlafen

hmm

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Mon, 12 May 2025 12:04:48 GMT

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

Was meinst du dazu? Eher kein Zusammenhang mit Minox?

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 13 May 2025 08:34:17 GMT

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

Es ist so eine Qual.

Ich habe immer acht bis acht einhalb Stunden geschlafen. Was kann ich tun?

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [pilos](#) on Tue, 13 May 2025 08:36:05 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 10:34Es ist so eine Qual.

Ich habe immer acht bis acht einhalb Stunden geschlafen. Was kann ich tun?

7h reichen vollkommen

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 13 May 2025 10:41:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und ich schlafe vier.

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [pilos](#) on Tue, 13 May 2025 10:43:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:41Und ich schlafe vier.
wirst halt älter

nimm melatonin

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 13 May 2025 11:33:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:43Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:41Und ich schlafe vier.
wirst halt älter

nimm melatonin

Das hilft beim einschlafen. Aber das Problem ist durchschlafen

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?
Posted by [matt82](#) on Tue, 13 May 2025 15:22:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 13:33pilos schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:43Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:41Und ich schlafe vier.
wirst halt älter

nimm melatonin

Das hilft beim einschlafen. Aber das Problem ist durchschlafen

Zu melatonin dazu magnesium l threonate einnehmen. Diese besondere form von magnesium ist sehr hilfreich und hat keine unerwünschten Nebenwirkungen. Google mal nina ruge und magnesium l threonate

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 13 May 2025 15:42:26 GMT

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

matt82 schrieb am Di., 13 Mai 2025 17:22Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 13:33pilos schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:43Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:41Und ich schlaf vier.

wirst halt älter

nimm melatonin

Das hilft beim einschlafen. Aber das Problem ist durchschlafen

Zu melatonin dazu magnesium l threonate einnehmen. Diese besondere form von magnesium ist sehr hilfreich und hat keine unerwünschten Nebenwirkungen. Google mal nina ruge und magnesium l threonate

Habe ich schon immer probieren wollen. Preis hat mich immer bisschen abgehalten

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [matt82](#) on Tue, 13 May 2025 16:25:58 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 17:42matt82 schrieb am Di., 13 Mai 2025 17:22Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 13:33pilos schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:43Intoleranz1 schrieb am Di., 13 Mai 2025 12:41Und ich schlaf vier.

wirst halt älter

nimm melatonin

Das hilft beim einschlafen. Aber das Problem ist durchschlafen

Zu melatonin dazu magnesium l threonate einnehmen. Diese besondere form von magnesium ist sehr hilfreich und hat keine unerwünschten Nebenwirkungen. Google mal nina ruge und magnesium l threonate

Habe ich schon immer probieren wollen. Preis hat mich immer bisschen abgehalten

<https://www.ideal.de/preisvergleich/MainSearchProductCategory.html?q=Vitabay+Liposomales+Magnesium+L-Threonat+2000+mg>

das waren früher mal knapp 25 Cent pro Kapsel. Ich hatte 120 Stück gekauft.

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 13 May 2025 20:02:40 GMT

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

Danke. Werde es mal testen!

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 31 May 2025 06:54:22 GMT

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

Leider auch kein Erfolg.

Frage mich echt ob es das Minoxidil ist.

Die Haare werden aber schon viel besser, so das ich nicht absetzen will

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [valesk](#) on Sat, 31 May 2025 09:27:28 GMT

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

Schnarrst du? Schlafapnoe denkbar? Würde am ehesten deine Symptome erklären.

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 31 May 2025 10:22:22 GMT

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

Kein schnarchen.

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Wed, 04 Jun 2025 09:28:47 GMT

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

Bin mir ziemlich sicher das es am minoxidil liegt.

Habe von vielen gelesen denen es genauso geht.

Und ich nehme schon nur die halbe Dosis.

Zu schade, da es super wirkt bei mir.

Nehm jetzt den vierten Tag nur morgens. Also nochmal die Hälfte von dem was ich nahm. Der Schlaf ist besser aber nicht gut.

Ich Vertrag das Zeug einfach nicht. Reagiere so empfindlich auf alles das wirklich wirkt. Auf kleine Dosen topisch fin Jucken meine Brustwarzen.

Was kann ich tun?

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 05 Jun 2025 10:10:25 GMT

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

Scheint wohl bei einigen aufs Nervensystem zu gehen.

Tipps dagegen? Vielleicht lässt sich ja gut dagegensteuern?

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 26 Jun 2025 12:04:20 GMT

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

Nach ewig nicht trauen minoxidil aufzuhören nun seit Samstag kein minoxidil und seit gestern schlafe ich wieder wie vorher.

Verstehe es immernoch nicht, aber bin ja nicht der einzige bei dem das Nebenwirkung ist.

Werde trotzdem probieren vielleicht eine sehr geringe Dosis zu nehmen.

Viertel Dosis die Frauen nehmen werde ich probieren und hoffen keine Nebenwirkungen zu haben.

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 27 Jun 2025 21:27:26 GMT

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

Auch wenn das Forum tot ist ein Update:

Heute wieder mit einer Dosis 2% fin angefangen und paar Stunden später gähne ich schon wieder vor Kurzatmigkeit.

Ich vertrage das Zeug einfach garnicht.

Aber wieso? Meine einzige Sorge war Kollagen Abbau. Mit sowas hatte ich nie gerechnet

Subject: Aw: Schlecht schlafen durch Minox?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 01 Jul 2025 05:26:13 GMT

@pilos

Hast du eine Erklärung dafür was da passiert?

Schon nach zwei Tagen echt wenig Minox (2%iges / aber nur 5 von 7 Pumps und einmal täglich) wache ich nach wenigen std auf, bin todmüde und kann nicht mehr einschlafen

Herzfrequenz 56

Die Haare sehen eindeutig schon besser aus als vor dem Start. So schade das es gut zu wirken scheint, aber solche Nebenwirkungen macht.
