
Subject: Fragen bei diffusem Haarausfall

Posted by [Nobody12](#) on Mon, 18 May 2026 23:42:24 GMT

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

Ich bin 21 Jahre alt und verwende seit etwa 5 Monaten topisches Finasterid und Minoxidil. Ich erlebe jedoch weiterhin Haarausfall (Shedding) und bin mir nicht sicher, wie wirksam die Medikamente bisher sind. Zusätzlich mache ich wöchentlich Microneedling.

Meine Dosis an topischem Finasterid lag anfangs bei 0,025 %, die ich später auf 0,15 % erhöht habe, ohne dabei Nebenwirkungen zu bemerken. Ich möchte nun auf orales Finasterid umsteigen und gleichzeitig topisches Minoxidil weiter verwenden. Ich habe gelesen, dass Tretinoin und Microneedling die Wirksamkeit von Minoxidil steigern können. Da mir die Anwendung von Tretinoin-Creme umständlich erscheint insbesondere das Eincremen der gesamten Kopfhaut bei diffusem Haarausfall frage ich mich, ob ich durch eine Erhöhung der Microneedling-Frequenz und eine Steigerung der Minoxidil-Konzentration auf 10–15 % einen ähnlichen Effekt wie mit Tretinoin erzielen könnte.

Was würden Sie mir für meine Situation empfehlen? Und in welcher Dosierung sollte ich das orale Finasterid täglich einnehmen?

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall

Posted by [JoBr](#) on Tue, 19 May 2026 08:41:40 GMT

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

Haben die Mittel denn überhaupt geholfen?
Diffuser Haarausfall muss ja nicht AGA sein.
Fotos würden helfen.

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall

Posted by [Nobody12](#) on Thu, 21 May 2026 15:27:56 GMT

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

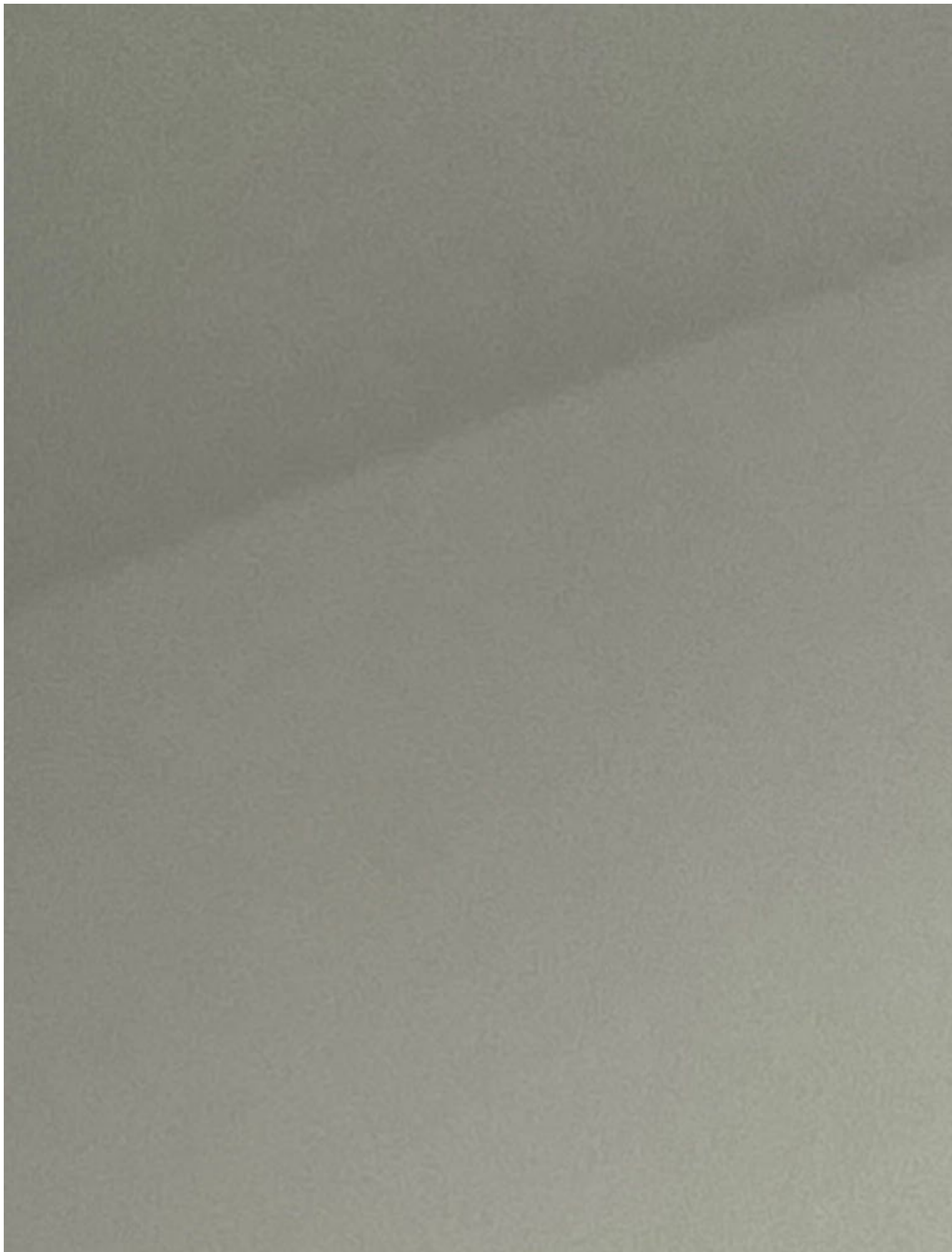
Wie sieht es, AGA oder Andere

File Attachments

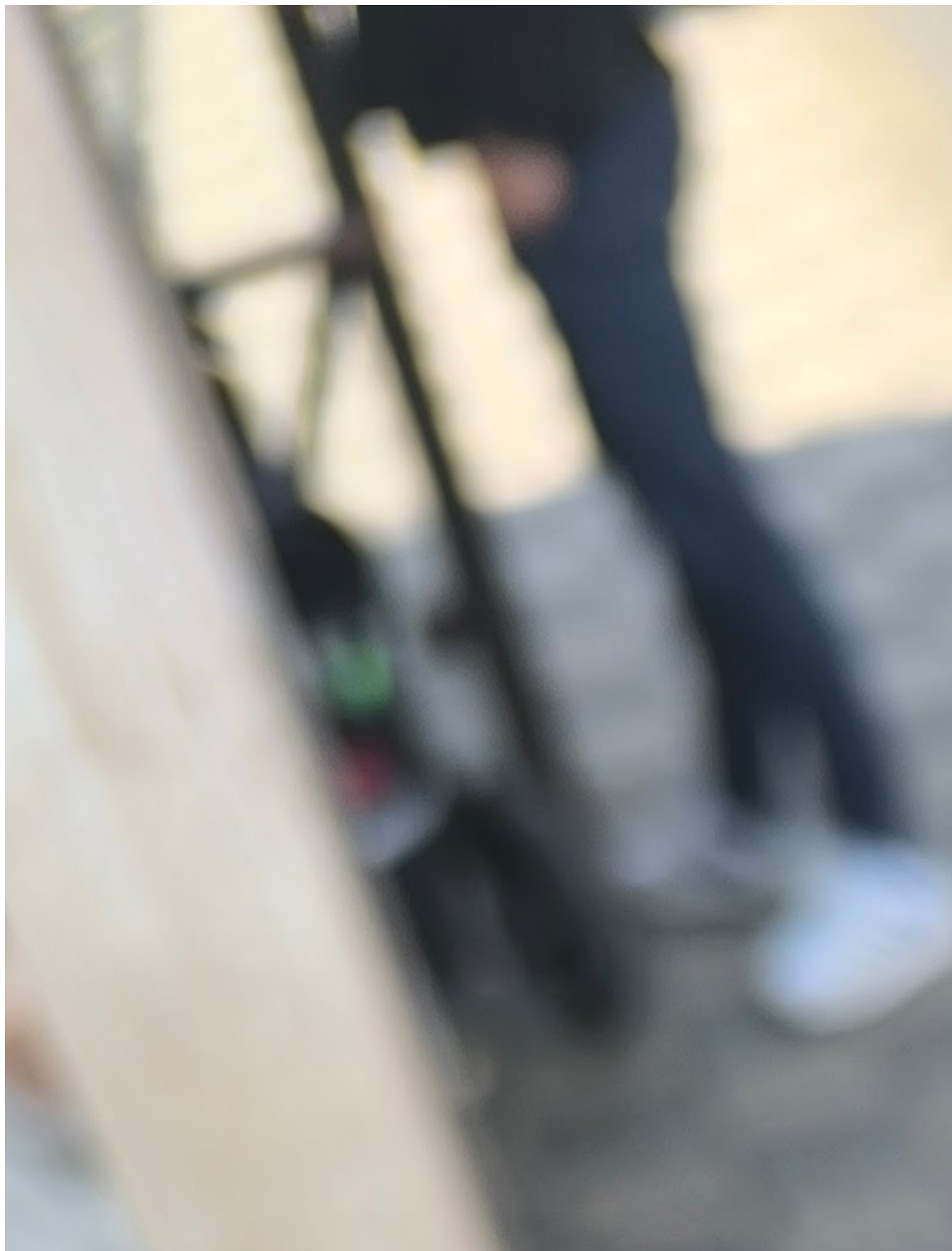
1) [IMG_20260508_024109.jpg](#), downloaded 37 times



2) [IMG_20260508_024051.jpg](#), downloaded 35 times



3) [IMG_20260508_145026.jpg](#), downloaded 39 times



Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Nobody12](#) on Thu, 21 May 2026 15:31:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

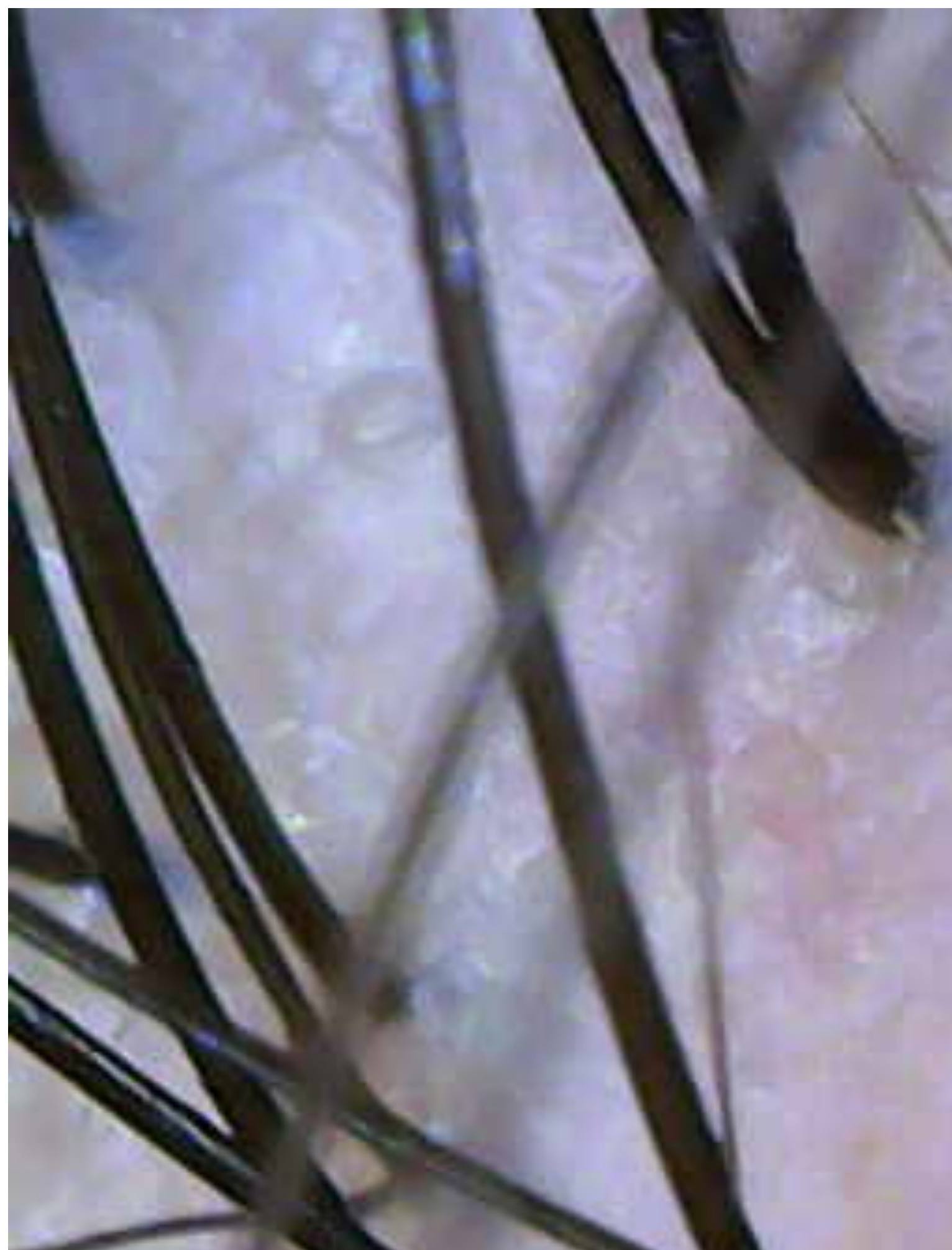
Und wie sieht mein Scalp aus, AGA oder andere?

File Attachments

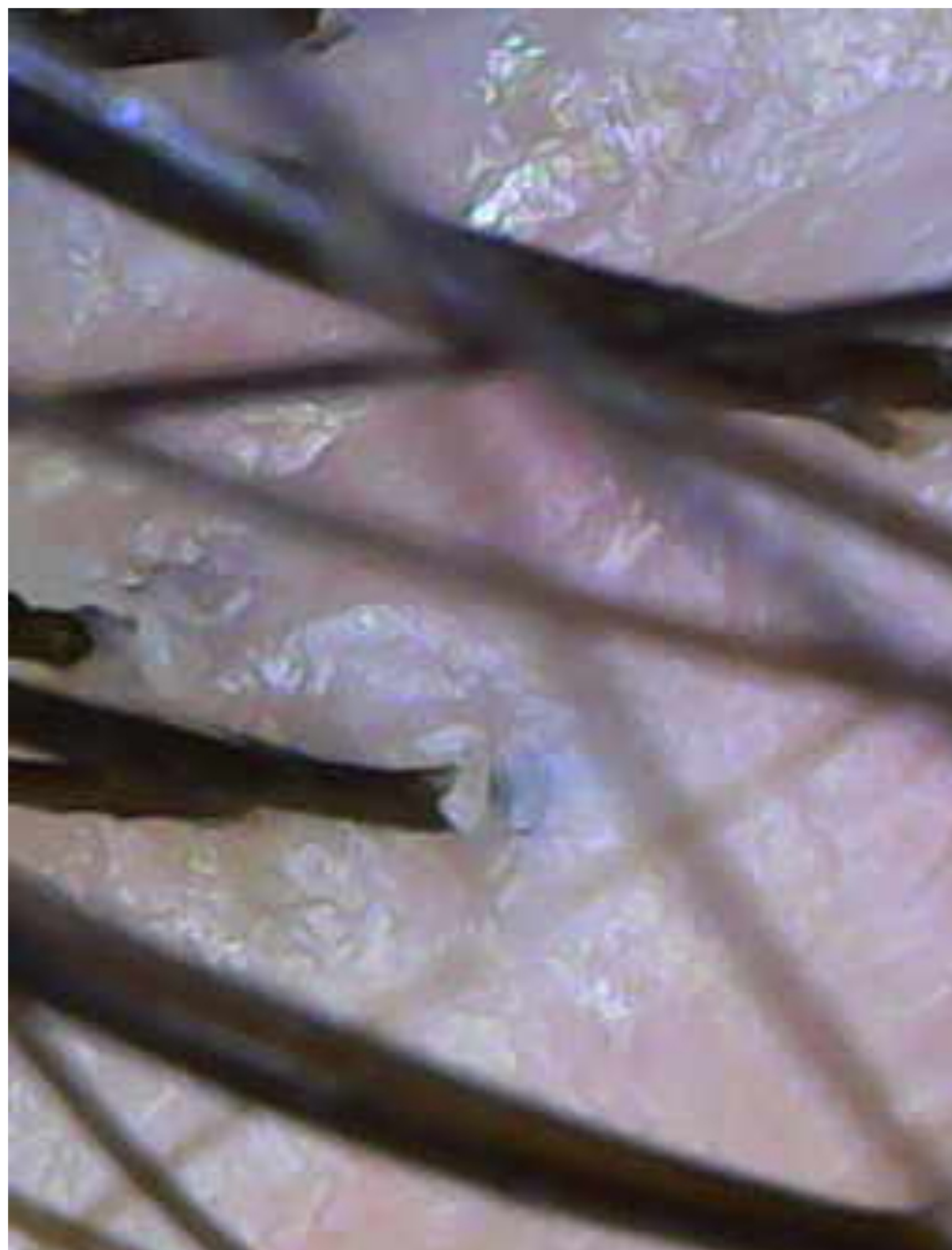
1) [Photo_2026-05-04_21_55_16_571.JPG](#), downloaded 31 times



2) [Photo_2026-05-04_13_14_01_372.JPG](#), downloaded 26 times



3) [Photo_2026-05-04_13_16_16_344.JPG](#), downloaded 27 times



Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 21 May 2026 16:14:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nobody12 schrieb am Do., 21 Mai 2026 17:27Wie sieht es, AGA oder Andere
Das sieht nach AGA aus.

Würd zu 90-95% Aga sagen Evtl 5-10% Diffuser haarausfall.

Aber, das letzeres Kannste Checken lassen.
Durch nen Blutbildtest / oder fallste medikamente nimmst , diese Einstellen.

Sowie zum Hautarzt gehen.. Bringt auch nicht viel.

Die können nen Bluttest machen..wasse auch beim Hausarzt machen kannst.

Sowie gucken ob du weniger Haare oder mehr haare hast.

Aber das du, gerade Haarausall hast, ist vorallem an der Tonsur mehr als , ersichtlich.

Bzw. Finasterid/Dutasterid/ggf Minoxidial Oral kannste auch manchmal (nicht immer), bei
Hausarzt kriegen , Andrologen/Urologen können es auch viele verschreiben lassen.

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Nobody12](#) on Thu, 21 May 2026 20:03:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich möchte beim Hausarzt meine Blutwerte kontrollieren lassen. Falls er das ablehnt, bin ich
auch bereit, die Blutwerte privat auf eigene Kosten untersuchen zu lassen. Welche Werte sollte
ich untersuchen lassen? Anschließend möchte ich auch mit oralem Finasterid beginnen.

und was denkst du über meine Scalps und andere @pilos

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 21 May 2026 21:37:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Ich möchte beim Hausarzt meine Blutwerte kontrollieren lassen. Falls er das ablehnt, bin
ich auch bereit, die Blutwerte privat auf eigene Kosten untersuchen zu lassen. Welche Werte
sollte ich untersuchen lassen? Anschließend möchte ich auch mit oralem Finasterid beginnen.

und was denkst du über meine Scalps und andere @pilos

Zu den Scalp/Kopfhaut kann ich nichts sagen. Weil ich , selbst nur ne Privat Person bin bzw. nicht
inne Biologie/Wissenschaft/Ärztlich/Medizinisch arbeite.

Aber beim Hausarzt/Hausärztin kannst du nen Bluttest machen. (Auch umsonst) nen Umfassendes Blutbild, kann sein das du was bezahlen muss.

Aber zu den Blutwerten was Wichtig ist

Ferritin weil : Eisenspeicher. Niedrige Eisenspeicher können diffusen Haarausfall verstärken.

Blutbild : Zeigt z. B. Anämie, Entzündungszeichen, Mangelhinweise.

TSH weil : Schilddrüsen-Unter- oder Überfunktion kann Haarausfall auslösen.

fT3 / fT4 : Sinnvoll, wenn TSH auffällig oder Symptome da sind.

CRP: Entzündungen können Ferritin verfälschen, weil Ferritin bei Entzündung künstlich höher wirken kann.

Vitamin D: Nicht immer Hauptursache, aber häufig mitgeprüft.

Vitamin B12 / Holo-TC : Besonders bei veganer/vegetarischer Ernährung, Magen-Darm-Problemen, Müdigkeit.

Zink : Kann bei Mangel relevant sein, besonders bei diffuser Ausdünnung.

DHT.. spielt im Blutbild eher ne Untergeordnete Rolle.. bzw. die Werte sind nicht Relevant, sondern eher ob deine Haare, dagegen empfindlich sind.

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Nobody12](#) on Thu, 21 May 2026 23:06:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist dieses Shedding normal?

Heute habe ich nicht geduscht und meine Haare nicht gewaschen.

Abends habe ich meine Haare gekämmt, meine Fin/Minoxidil Lösung auf die gesamte Kopfoberseite und den Scheitel aufgetragen und eine Kopfhautmassage gemacht.

Außerdem denke ich daran, falls mein Hausarzt kein Rezept ausstellt, Finasterid über eine Online-Teleklinik zu besorgen. Muss ich vor der Einnahme nur die von Ihnen erwähnten Blutwerte kontrollieren lassen, oder ist es auch notwendig, zusätzlich Testosteron und Östrogen bestimmen zu lassen?

File Attachments

1) [IMG_20260522_005621.jpg](#), downloaded 36 times



Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [JoBr](#) on Fri, 22 May 2026 07:32:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja leider ist das eindeutig AGA, diffuser HA sieht anders aus. Nachdem du die Mittel schon 5 Monate nimmst ist die AGA evtl. einfach stark - oder - du bist non-responder. Wie sah der Status denn vor der Behandlung aus? Genauso oder schlechter/besser?

Blutwerte kannst du machen lassen, aber bringt bei AGA meistens garnichts. Die ausfallenden Haare sind mMn. durch die AGA (mehr Haare in der Ausfallphase, verkürzten Phase) und nicht wegen Shedding (das dauert nicht lange sondern ist wenn einmal da).

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 22 May 2026 17:47:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nobody12 schrieb am Fr., 22 Mai 2026 01:06 Ist dieses Shedding normal?
Heute habe ich nicht geduscht und meine Haare nicht gewaschen.
Abends habe ich meine Haare gekämmt, meine Fin/Minoxidil Lösung auf die gesamte Kopfoberseite und den Scheitel aufgetragen und eine Kopfhautmassage gemacht.
Außerdem denke ich daran, falls mein Hausarzt kein Rezept ausstellt, Finasterid über eine Online-Teleklinik zu besorgen. Muss ich vor der Einnahme nur die von Ihnen erwähnten Blutwerte kontrollieren lassen, oder ist es auch notwendig, zusätzlich Testosteron und Östrogen bestimmen zu lassen?
Zu Der Frage ob Shedding Normal ist

Antwort : Ja bei Minoxidil und auch bei Finasterid ist das vollkommen normal. Auch wenn bei Finasterid (Oral) zumindestens es frühstens in *Monaten auftritt*, wahrscheinlich Minoxidil, wenns Shedding ist.

Sowie das Bild, was du gezeigt hast, ist Ziemlich Unaussagekräftig.

Ca 100 Haare am Tag verlieren ist normal. Sowie es könnten auch haare von gestern noch sein. Die du raus gebürstest hast. Wenn ich meine Haare bürste , hab ich auch etwa soviele Haare in Bürste. Aber hab kein Haarausfall mehr (Ist durch Androcur+E2+Fina) komplett gestoppt.

Shedding.. was ich durch Fina auch mal hatte.
Das wahr sehr unangenehm , ca 3 Monate. Haare über den ganzen tag verloren. War zwar , nicht sichtbar, alsodas Shedding, ich meine das mein nen haarausfall gesehen hat). Aber beim schlafen auffen kissen zich haare. Mittag gegessen und haare im essen gehabt.

Eher so macht sich das richtige shedding bemerkbar.

Sowie zu deiner Bluttest frage. Du brauchst kein Bluttest, bei so ner Online klink machen oder Arzt.

Es geht nur darum, wenne bim Richtigen Arzt bist, das die alle 2 Jahre, die blutwerte testen

wollen.

Wenn ich 2 Jahre nicht zum Arzt gehe, krieg ich kein neues Rezept für Fina und auch nicht Estradiol und Androcur ausgestellt.

Sowie nen Gut gemeinter Rat, übertreibs nicht mit der Chemiekeule bei den haarstatus. Du hast anne Tonsur merkbaren haarausfall. Anne haarlinie ist zwar etwas haarausfall, wie ich das beurteilen kann: Aber es ist nicht so Extrem.

Würd an deiner Stelle Finasterid oder Dutasterid nehmen , ggf wenne noch denkst dass vlt wirklich nen Vitamin Defizit hast , sowas bei zb amazon , wie : Haarvitamine kaufen.

Optional statt Minoxidil : Dermaroller -Dermapen da 1x jede woche Rüber gehen aber dann mit 0,75-3 MM (nach eigenen ermessen)und brauchst Isopropanol füs desinfizieren.

Fina und Minoxidil oder Duta und Minoxidil , würd ich nur nehmen, wenne mehr Haarausfall hättest. Also wirklich schon kahle stellen hättest, ich meine Swas wie NW4/5/6 etc.

Bzw. nach 6-12 Monaten Fina nehmen solltest erste ergebnisse sehen.

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [JoBr](#) on Fri, 22 May 2026 19:39:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn er die Medis schon 5 Monate nimmt ist Shedding imho nicht realistisch, zumindest würde ich sagen, dass es mittlerweile vorbei sein müsste.

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 22 May 2026 20:58:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

JoBr schrieb am Fr., 22 Mai 2026 21:39 Wenn er die Medis schon 5 Monate nimmt ist Shedding imho nicht realistisch, zumindest würde ich sagen, dass es mittlerweile vorbei sein müsste. Shedding kann auch Später auftreten.

Hab damals wegen meiner Situation, wegen den Shedding gegoogelt. Ich hatte Garkein Shedding gehabt die ersten 2 Jahren von Finasterid. Erst in Jahr 3, sowie diese 3 Monate. Aber Laut Reddit und erfahrungs berichten. Haben das mache so wie ich.

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall
Posted by [Nobody12](#) on Fri, 22 May 2026 21:06:32 GMT

Was ich also tun muss.

Zum Arzt gehen und, wenn möglich, einen Bluttest machen lassen und ihn bitten, mir Finasterid zu verschreiben.

Was Minoxidil betrifft empfehlen Sie mir, es von Minoxidilmax in 10–15 % zu kaufen?

Außerdem empfehlen sie Tretinoin-Creme zusammen mit Minoxidil, aber es erscheint mir wenig realistisch, eine Creme auf die gesamte Kopfhaut aufzutragen. Was würden Sie mir empfehlen?

Vor etwa 6 Monaten hatte ich von Minoxidilmax eine 0,3%Finasterid Lösung gekauft, die ich verdünnt auf 0,025 % angewendet habe , so habe ich sie etwa 5 bis 5,5 Monate lang benutzt. Seit den letzten 3 Wochen habe ich die Dosis auf 0,1 % erhöht; möglicherweise kommt das Shedding daher. Oder könnte die Lösung nach 5-6 Monaten offener Lagerung ihre Wirksamkeit verloren haben? Was meinen Sie dazu? Was denken sie über Minoxidilmax legit oder?

Was halten Sie davon, über eine Teleclinic ein Rezept für orales Finasterid zu bekommen?

Subject: Aw: Fragen bei diffusem Haarausfall

Posted by [Sweety1988](#) on Sat, 23 May 2026 10:30:49 GMT

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

Nobody12 schrieb am Fr., 22 Mai 2026 23:06Was ich also tun muss.

Zum Arzt gehen und, wenn möglich, einen Bluttest machen lassen und ihn bitten, mir Finasterid zu verschreiben.

Was Minoxidil betrifft empfehlen Sie mir, es von Minoxidilmax in 10–15 % zu kaufen?

Außerdem empfehlen sie Tretinoin-Creme zusammen mit Minoxidil, aber es erscheint mir wenig realistisch, eine Creme auf die gesamte Kopfhaut aufzutragen. Was würden Sie mir empfehlen?

Vor etwa 6 Monaten hatte ich von Minoxidilmax eine 0,3%Finasterid Lösung gekauft, die ich verdünnt auf 0,025 % angewendet habe , so habe ich sie etwa 5 bis 5,5 Monate lang benutzt. Seit den letzten 3 Wochen habe ich die Dosis auf 0,1 % erhöht; möglicherweise kommt das Shedding daher. Oder könnte die Lösung nach 5-6 Monaten offener Lagerung ihre Wirksamkeit verloren haben? Was meinen Sie dazu? Was denken sie über Minoxidilmax legit oder?

Was halten Sie davon, über eine Teleclinic ein Rezept für orales Finasterid zu bekommen?

Hatte ich im Vorherigen Post alles schon Geschrieben.

Du Übertreibst, maßlos.

Diese Kombinationen, die du nimmst. Nehmen Leute, mit viel Stärkeren/Sichtbareren haarausfall.

Wirklich, seh zu das du Orales Finasterid , bei der Klink/arzt (online bekommst) oder Alternativ Stärkeres Dutasterid. Guck ob es bei dir wirkt, es gibt Leute, da funktioniert das nicht. Ist halt so.

Minoxidil/topische sachen würd ich erstmal komplett sein lassen.

Sowas wie Dermastempel/Dermaroller, kannste noch optional nehmen.

Bzw. Fina /Duta wirkt extrem gut im tonsur bereich, wo du eh Haarausfall gerade has.t Wenns nach 6-12 Monaten, weg ist (nicht mehr sichtbar) ist.

Sowie wenn du mal deinen haarstatus , mit anderen verleich . Du hast selbst für haarausfall, dann noch ne Sehr Gute Ausgangslage.

Ich meine ane Haarlinie, haste zwar etwas undichteres haar bzw. man siehts leicht.

Aber um fair zu sein. Viele mit Haarausfall die Selbst Minoxidil/Dutasterid ,nehmen würden von so nen Haarstatus /Ausganglage träumen.

Sowie nen Tipp. Selbst wenne nur 1 MG kriegst also Fina.

Du kannst trotzdem Sparen. Sowie das es funktioniert.

Gibt einige , die nehme auch nur 0,1-0,8X MG , sowe das funktioniert bei den. Weil Fina ab 0,1-0,2 MG scho ca 60% DHT blockert selbst bei 0,5 biste schon bei 65% (etwa) bei 1 Mg blockiert 2-3 % mehr.

Könntest auch mit 0,5 MG Oral anfangen und gucken wies funktioniert. (Einfach die tabletten teilen).

Sowie bei Dutasterid, weils länger im Körper bleibt, sowie mehr DHT Blockiert. Es ist zwar inne Anschaffung teurer

Aber gibt viele , die Sehr Gute ernisse erzieht haben und es nur ca 3 Tage nehmen Pro Woche.

Zb Mo dan donnerstag dan Samstag. Und zwischen drin, garnichts nehmen/machen.