

Leczenie łysienia androgenowego u mężczyzn

1. *Nezyr* - 10 tabletek x 1 mg | **Finasteryd**, (e)recepta od dermatologa, zamiennik *Finapil*
2. *Alopexy* / *Loxon Max* 5% - 60 ml | **Minoxidil**, bez recepty (optymalny: [Minoxidil 7% Trichosol](#))
3. Dodatkowa butelka z serum - 20 ml | wcierka na łysienie (z alkoholem) lub *Serioxyl Denser Hair*
4. *Nizoral* / *Zoxin-med*, *Vichy Dercos K* | szampon z: **Ketokonazol 1-2%** lub **Pirokton Olaminy 1%**
5. *Retirides* 0,025% (0,25 mg / g) | **Tretynoina**, krem na receptę - niedostępny (legalny z OLX)
6. Suplementy i dieta | *Kerabione*, *Vitabella*, herbata skrzyp + pokrzywa, jajka

Uzupełniać niedobory witamin i mikroelementów niezbędnych do syntezy zdrowych włosów:

B complex (np. drożdże do picia), Biotyna, C, **D3**, **Cynk**, **Żelazo**, Selen, Krzem, Miedź, Magnez
aminokwasy L- (np. z kolagenu) : lizyna, metionina, tauryna, arginina, cysteina, cystyna

10 mg Finasterydu rozpuścić w 80 ml = stężenie 0,0125%, 40 dawek (80 ml / 2 ml = 40)

Zalecana dawka: 1x dziennie 2 ml wcierki z Finasteryd **0,25 mg** (1,5ml Minoxidil + 0,5ml serum)

Wcierkę aplikować pipetą **na skórę i wmasować**. Włosy nad skórą są martwe, nie wchłoną leku.

1. Przetestowanie - sam Minoxidil

Przez 4 - 5 dni 1x dziennie przetestować sam Minoxidil, skropić lub spryskać **skórę** głowy.
Nadmiernie oleiste włosy - glikol propylenowy (może uczulać - zaczerwieniona, swędząca skóra).
Białe płatki (jak łupież) to skóra wysuszona przez alkohol. Minoxidil w piance jest droższy
(*Rogaine 5%*, *Regaine*, *Kirkland*) ale nie ma glikolu propylenowego, nie jest tłusty i szybko schnie

2. Ustalenie optymalnej dawki (zalecane 2 ml)

- a) pipeta od *Serioxyl* ma kreskę na 1,5 ml - pobrać na oko pipetą 2 ml, zaznaczyć poziom
- b) odmierzyć metodą prób i błędów dokładnie 2 ml, zaznaczyć poziom - kropką na pipecie
- c) zaaplikować 2 ml na skórę głowy, jeśli wystarczy - zaznaczyć poziom na stałe pisakiem
- d) jeśli potrzeba np. 2,5 ml - rozcieńczyć 80 ml do 100 ml (np. pozostałym serum)
- e) zamiast pipety, aplikować wcierkę za pomocą strzykawki-dozownika 1ml (dodatek do *Alopexy*)

3. Wcierka z Finasterydem - **optymalne stężenie wg badań, DHT w skalpie 50%↓ we krwi 25%↓**

- a) dokładnie pokruszyć tabletki Finasterydu na biały proszek - przy użyciu moździerza lub młotka
- b) rozpuścić Finasteryd w Minoxidilu lub serum

Najlepiej rozpuścić w przezroczystym naczyniu - np. szklana niebieska butelka z pipetą po serum *Serioxyl Denser Hair* (*Stemoxidine*). Wstrząsać aż do całkowitego rozpuszczenia Finasterydu.
Dokładnie rozpuścić biały proszek (lek), kolorowe powłoczki tabletek mogą tworzyć osad na dnie.

Uzyskane 80 ml wcierki trzymać w zamykanej butelce z pipetą - np. *Serioxyl* (90 ml pojemności).
Resztę wcierki (w zakręconej butelce / słoiku) można trzymać w lodówce (nie jest to konieczne).
Jeśli nie używamy *RU58841*, wcierkę można trzymać w temperaturze pokojowej - np. w łazience.

1. **Poniedziałek**
 - wcierka rano
 - Tretynoina wieczorem
 2. **Wtorek**
 - wcierka rano
 3. **Środa**
 - wcierka rano
 - Ketokonazol wieczorem
 - Tretynoina: **po** wysuszeniu głowy
 4. **Czwartek**
 - wcierka rano
 5. **Piątek**
 - wcierka rano
 - Tretynoina wieczorem
 6. **Sobota**
 - wcierka rano
 - Ketokonazol wieczorem
 - *Placenta Placo*: po wysuszeniu głowy, posmarować skórę **przed** mikronakłuwaniem
 - mikronakłuwanie 5-10 min, igły **1 mm - 1,5 mm** (*DermaRoller / DermaStamp / Dermapen*)
 7. **Niedziela**: przerwa (wcierka minimum **24h po mikronakłuwaniu**)
-

1. **Finasteryd** - inhibitor enzymu 5-alfa-reduktaza. Finasteryd obniża poziom hormonu DHT i hamuje łysienie androgenowe - miniaturyzację mieszków włosowych nadwrażliwych na DHT.

Efekty po 3 - 6 miesiącach : zahamowanie wypadania włosów, odzyskanie grubości i koloru włosów, opcjonalny odrost - jeśli mieszki włosowe nie utraciły zdolności do regeneracji.

Nie przekraczać zalecanych **0,25 mg / dzień** we wcierce. Przy stosowaniu > 2 ml wcierki, trzeba ją rozcieńczyć - żeby nie podawać za dużej ilości leku. Przy 1 ml, stężenie optymalne to 0,025%. Lekarze zalecają odstawić Finasteryd na miesiąc przed staraniem się o dziecko. Kobieta w ciąży nie może mieć kontaktu z Finasterydem (!). Dokładnie myć ręce po wcierce i wszystkie naczynia.

2. **Minoxidil** - stymulator wzrostu włosów (Minoxidil nie działa antyandrogennie - tak jak Finasteryd)

Efekty - po min 3 miesiącach: odrost lub poprawa, najłatwiej - korona, najtrudniej - linia włosów

Tymczasowe wypadanie włosów między 2-10 tygodniem (shedding) paradoksalnie oznacza, że Minoxidil **działa** - włosy które już nie rosną (faza spoczynku - telogen) są wypychane przez nowe, zdrowsze (faza wzrostu - anagen). Kontynuować leczenie, shedding minie (Finasteryd - podobnie)

3. **Ketokonazol** - łagodny, miejscowy antyandrogen, hamuje łysienie zmywając DHT w sebum. 2 - 3 razy w tygodniu umyć **skórę głowy pianą**, zostawić na **5 - 10 minut**, dokładnie spłukać.
4. **Tretynoina** - opcjonalny aktywator Minoxidilu (~20% osób nie reaguje na Minoxidil, ~30% - słabo)

Tretynoina to pochodna witaminy A. Według badań, poprawia aktywność enzymatyczną skóry - Minoxidil na skórze musi skonstruować do jego aktywnej formy (siarczan). Tretynoinę stosować **2 - 3 razy** w tygodniu **na noc** (skóra jest nadwrażliwa na słońce, zaleca się filtr przeciwsłoneczny) Po mikronakłuwaniu, Tretynoinę stosować po **48h**. Używać małą ilość kremu (jak kulkę groszku).