

Leczenie łysienia androgenowego u mężczyzn

1. *Alopexy* 5% - 60 ml | **Minoxidil**, bez recepty = jak droższy minoxidil *Loxon Max*
2. Dodatkowa butelka z wcierką 60 ml | dowolna wcierka alkoholowa przeciwko łysieniu, Rossmann
3. *Nezyr* - 15 tabletek x 1 mg | **Finasteryd**, na (e)receptę - dermatolog, zamiennik *Finapil*
4. *Nizoral* 2% = *Zoxin-med*, *Revita* 1% | szampon - w składzie **Ketokonazol**, krem - *Nizoral* 2%
5. *Retirides* 0,025% = 0,25 mg / g | **Tretynoina**, krem na receptę - trudno dostępny, na Olx
6. Suplementy - uzupełniać niedobory | np. *Kerabione*, *Anwen Shake Your Hair*

Biotyna, witaminy grupy **B** (liposomalne), witamina C, Witamina **D3**, **Cynk**, Krzem, Żelazo, Miedź, Magnez, **Selen**, Kolagen, **aminokwasy L** : lizyna, metionina, tauryna, arginina, cysteina, cystyna

W 120 ml rozpuścić 15 mg Finasterydu = stężenie 0,0125%, 60 dawek (120 ml / 2 ml)

Zalecana dawka 2 ml (1 ml Minoxidilu + 1 ml wcierki) zawierająca **0,25 mg** Finasterydu

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

1. Przetestowanie - sam Minoxidil

Przez 4 - 5 dni przetestować sam Minoxidil 1x dziennie. Spryskać skórę głowy i obserwować, czy nie staje się wysuszona, czy włosy nie są oleiste, czy nie robią się białe płatki przypominające łupież. Zaczzerwieniona lub swędząca skóra może oznaczać uczulenie na glikol propylenowy - stosować Minoxidil bez glikolu, np. piankę (niestety droższą) *Rogaine 5%*, *Regaine*, *Kirkland*.

2. Sporządzenie wcierki z Finasterydem

- a) dokładnie pokruszyć Finasteryd na proszek za pomocą moździerza / młotka
- b) rozpuścić Finasteryd w Minoxidilu lub wcierce

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

- c) rozpuszczony Finasteryd przelać do naczynia, dodać resztę Minoxidilu

Z otrzymanych 120 ml przelać 60 - 90 ml do butelki po *Serioxyl*.

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.

3. 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) wyciągnąć tłok ze strzykawki (dodatek do *Alopexy*) i przelać płyn z pipety do strzykawki
- c) odmierzyć metodą prób i błędów dokładnie 2 ml, zaznaczyć poziom
- d) zaaplikować 2 ml na skórę głowy, jeśli wystarczy - zaznaczyć poziom na stałe pisakiem
- e) jeśli potrzeba np. 2,5 ml - rozcieńczyć 120 ml do 150 ml (np. taną wcierką alkoholową)

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*: po wysuszeniu głowy, posmarować skórę **przed** mikronakłuwaniem
- mikronakłuwanie 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** dziennie we wcierce. Przy stosowaniu więcej niż 2 ml wcierki, trzeba ją rozcieńczyć - żeby nie podawać większej dawki leku.

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, nie ma działania antyandrogennego tak jak Finasteryd

Efekty po minimum 3 miesiącach: odrost - najłatwiej na koronie, najtrudniej na linii 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, mocniejsze (faza wzrostu - anagen). Kontynuować leczenie, podobnie działa Finasteryd.

3. **Ketokonazol** - lokalny antyandrogen, hamuje łysienie androgenowe, oczyszcza skórę pod wcierki. 2-3 razy w tygodniu umyć **skórę głowy pianą**, zostawić na **5 - 10 minut**, dokładnie spłukać.

4. **Tretynoina** - aktywator działania Minoxidilu (~20% osób nie reaguje na Minoxidil, ~30% słabo)

Tretynoina to pochodna witaminy A, która według badań poprawia aktywność enzymatyczną skóry - Minoxidil konwertuje do jego aktywnej formy (siarczanu). Tretynoinę stosować **2 - 3 razy** w tygodniu **na noc** (skóra staje się wrażliwa na słońce, zaleca się filtr przeciwsłoneczny).

Po mikronakłuwaniu, Tretynoinę stosować **po 48h**. Używać małą ilość kremu - kulkę groszku.