

# Leczenie łysienia androgenowego u mężczyzn

- |  |   |
|--|---|
| 1. Nezyr - 10 tabletek x 1 mg          | <b>Finasteryd</b> , (e)recepta od dermatologa, zamiennik <i>Finapil</i> |
| 2. Stemoxidine 5% - 80 ml              | <i>Serioxyl Denser Hair</i> (lub wcierka na łysienie z drogerii)        |
| 3. Nizoral / Zoxin-med, Vichy Dercos K | szampon z: <b>Ketokonazol 1-2%</b> lub <b>Pirokton Olaminy 1%</b>       |
| 4. Retirides 0,025% (0,25 mg / g)      | <b>Tretynoina</b> , krem na receptę - niedostępny (legalny z OLX)       |
| 5. Suplementy i dieta                  | <i>Kerabione</i> , <i>Vitabella</i> , 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

---

**Zalecana dawka: 1x dziennie 2 ml** wcierki **0,0125%** z Finasterydem (**0,25 mg** leku dziennie)  
10 mg Finasterydu rozpuszczone w 80 ml = stężenie 0,0125%, 40 dawek (80 ml / 2 ml = 40)

Aplikować pipetą **na skórę, wmasować**. Łodygi włosa (nad skórą) są martwe - nie wchłoną leku.

---

## 1. Ustalenie optymalnej dawki wcierki ( zalecane 2 ml )

- a) pipeta od *Serioxyl* ma kreskę na 1,5 ml - pobrać na oko pipetą 2 ml, zaznaczyć poziom kropką
- b) zaaplikować 2 ml na skórę głowy, jeśli wystarczy - zaznaczyć poziom na stałe pisakiem
- c) jeśli do pokrycia skóry potrzeba np. 2,5 ml - rozcieńczyć 80 ml do 100 ml (dodatkową wcierką)

## 2. Wcierka z Finasterydem - **optymalne stężenie wg badań, DHT w skądzie 50%↓ we krwi 25%↓**

- a) dokładnie pokruszyć tabletki Finasterydu na biały proszek - przy użyciu moździerca lub młotka
- b) rozpuścić Finasteryd w Stemoxidine (lub w innym serum stymulującym włosy, z alkoholem)

Wstrząsać w zamkniętej butelce aż biały proszek (lek) ulegnie całkowitemu rozpuszczeniu.  
Kolorowe powłoczki tabletek mogą tworzyć osad na dnie butelki.

Uzyskane 80 ml wcierki trzymać w zamykanej butelce z pipetą - *Serioxyl* ma 90 ml pojemności.  
Jeśli nie używamy *RU58841*, wcierki nie trzeba trzymać w lodówce, można w temp. pokojowej.

## 3. Alternatywna wcierka: Finasteryd rozpuszczony w Minoxidilu (**Alopxy 5%, Loxon Max 5%**)

Wbrew zaleceniom dermatologów, nie należy zaczynać na raz od Finasterydu i Minoxidilu. Jeśli włosy ulegną poprawie, nie można ustalić, który lek zadziałał oraz czy Finasteryd wystarczająco blokuje DHT. Najlepiej zacząć od samego Finasterydu, po min. 3 miesiącach dodać Minoxidil.

Przez 4 - 5 dni 1x dziennie przetestować sam Minoxidil - strzykawką 1ml od Alopxy, lub spryskać skórę głowy. Białe plątki (przypominające łupież) to skóra wysuszona przez alkohol. Glikol propylenowy może powodować zaczerwienienie, swędzenie skóry oraz rozwijać uczulenie. Minoxidil w pianie jest droższy (*Rogaine 5%, Regaine, Kirkland*) ale nie ma glikolu propylenowego (nie ma efektu tłustych włosów) i wchłania się szybciej - w 15 minut (zamiast 2h)

Zalecane: **Minoxidil 7% w Trichosolu** - bez alkoholu i glikolu, mix z Finasterydem jest bez recepty.

**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).