

## Leczenie łysienia androgenowego u mężczyzn

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 1. Nezyr - 10 tabletek x 1 mg        | <b>Finasteryd</b> , na (e)receptę - dermatolog, zamiennik <i>Finapil</i> |
| 2. Alopexy 5% - 60 ml                | <b>Minoxidil</b> , bez recepty = jak droższy <i>Loxon Max 5%</i>         |
| 3. Dodatkowa butelka z serum 20 ml   | dowolne serum (na alkoholu) przeciwko łysieniu, Rossmann                 |
| 4. Nizoral 2% = Zoxin-med, Revita 1% | szampon - w składzie <b>Ketokonazol</b> , krem - <i>Nizoral 2%</i>       |
| 5. Retirides 0,025% = 0,25 mg / g    | <b>Tretynoina</b> , krem na receptę - niedostępny (legalny z OLX)        |
| 6. Dieta i suplementy                | np. <i>Kerabione, Anwen Shake Your Hair, Mighty Elements</i>             |

Uzupełniać niedobory witamin i mikroelementów niezbędnych do syntezy zdrowych włosów:

Liposomalne, biodostępne multiwitaminy (**B complex**, C, **D3**), **Cynk**, **Żelazo**, **Selen**, Biotyna, Krzem, Miedź, Magnez, **aminokwasy L-** : 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 )

- pipeta od *Serioxyl* ma kreskę na 1,5 ml - pobrać na oko pipetą 2 ml, zaznaczyć poziom
- wyciągnąć tłok ze strzykawki (dodatek do *Alopexy*) i przelać płyn z pipety do strzykawki
- odmierzyć metodą prób i błędów dokładnie 2 ml, zaznaczyć poziom - kropką na pipecie
- zaaplikować 2 ml na skórę głowy, jeśli wystarczy - zaznaczyć poziom na stałe pisakiem
- jeśli potrzeba np. 2,5 ml - rozcieńczyć 80 ml do 100 ml (np. pozostałym serum)

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

- dokładnie pokruszyć tabletki Finasterydu na biały proszek - przy użyciu moździerca lub młotka
- rozpuścić Finasteryd w Minoxidilu lub serum

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.

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*: 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 i oczyszcza skórę pod wcierki. 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).