

## Leczenie łysienia androgenowego u mężczyzn

1. *Nezyr* - 15 tabletek x 1 mg | **Finasteryd**, na (e)receptę - dermatolog, zamiennik *Finapil*
2. *Alopexy* 5% - 60 ml | **Minoxidil**, bez recepty = jak droższy minoxidil *Loxon Max*
3. Dodatkowa butelka z wcierką 60 ml | dowolne serum (na alkoholu) przeciwko łysieniu, Rossmann
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 - niedostępny (legalny - OLX)
6. Suplementy - uzupełniać niedobory: | np. *Kerabione*, *Anwen Shake Your Hair*, *Mighty Elements*

Liposomalne, biodostępne multiwitaminy (**B complex**, C, **D3**), **Cynk**, **Selen**, Biotyna, Krzem, Żelazo, Miedź, Magnez, **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: 1x dziennie 2 ml** (1 ml Minoxidilu + 1 ml wcierki z **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 1x dziennie przetestować sam Minoxidil, zakropić 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) 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)

### 3. Wcierka z Finasterydem (optymalne stężenie wg badań, DHT w skąpie 50%↓ w krwi 25% ↓)

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

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.

- 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.

**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 / 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** - 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. 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).