

---

Subject: Haarausfall gestoppt???

Posted by [Maus86](#) on Mon, 15 Nov 2010 09:22:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey

Bin neu hier und hab mal ne Frage: ich leide seit Januar 2010 an AA-hat mit zwei kleinen Löchern angefangen, die aber wieder zugewachsen sind. Man muss vielleicht erwähnen, dass ich zuvor eine radikal-Diät gemacht habe bei der ich in 2 Monaten fast 10 Kg abgenommen habe. Außerdem habe ich ziemlich viel Sport getrieben, (dabei bin ich eher der unsportliche Typ). Denke, dass das auch der Auslöser war. Jedenfalls hab ich dann mit der Diät aufgehört und die kahlen Stellen verschwanden. Und dann hab ich gemeint wieder abnehmen zu müssen und den gleichen Fehler nochmal gemacht -Stress pur. Mit dem Ergebnis, dass ich jetzt 6 kahle Stellen habe.

Zwei davon wachsen aber schon wieder zu, bei den anderen bin ich mir nicht sicher.

So.Das erst mal zu meiner Vorgeschichte.

Meine eigentliche Frage ist: Woran merke ich, dass der Haarausfall gestoppt ist?

Habe gelesen, dass man beim waschen so um die 200 Haare verlieren darf. Ich aber wasche nur alle 6-7 Tage und da sind es mit waschen, kämmen und Föhnen so um die 500. Ist das jetzt normal, ich meine, sammeln sich die ausfallenden Haare so praktisch über die Woche an?

Am Tag gehen mir so um die 60-100 Haare aus, nach dem Washtag so um die 40. Ist das noch zu viel oder kann ich aufatmen?

Danke schon mal für eure Antworten!

Maus86

---