Subject: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by rosada on Tue, 06 Dec 2016 16:04:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Ihr Lieben,

ich will Euch mal kurz meine Geschichte erzählen und fragen, ob jemand von Euch vielleicht einen ähnlichen Verlauf hatte...

Ich bin 40 Jahre alt und habe seit meinem 22. Lebensjahr AA. Bis ich 32 war hatte ich immer wieder kleinere Stellen, die aber jedesmal nach wenigen Monaten zugewachsen sind. Weitere sieben/acht Jahre war ich sogar ganz ohne einen Schub , bis sich der Haarausfall dieses Jahr im August zurückgemeldet hat und zwar so heftig, dass ich innerhalb von wenigen Wochen meine Kopfhaare verloren habe. Auch die Härchen an den Beinen und die Achselbehaarung ist fast verschwunden.

Inzwischen trage ich Perücke. Sie sieht zwar ganz gut aus und man würde nie auf die Idee kommen, wenn man es nicht weiß aber ich fühle mich einfach nur schlecht damit. Sie hält nicht richtig, ich habe damit kein sicheres Gefühl, wenn ich raus gehe, so dass ich mich schon komplett zurückgezogen habe. Mein Partner unterstützt mich und setzt alles daran, mir das Gefühl zu geben, auch ohne Haare für ihn attraktiv zu sein aber irgendwie kommt das nicht bei mir an... Vor vier Wochen haben meine Haare wieder angefangen zu wachsen , sogar richtig flächendeckend, ganz flaumig aber dicht. Meine Zuversicht war natürlich groß und ich konnte mich mit dieser Hoffnung auch besser damit arrangieren, dass ich meine schönen langen Haare hergeben musste. Inzwischen waren sie stellenweise schon fast einen cm lang.
Zu meinem Schreck stellte ich gestern aber fest, dass sie wieder ausfallen. Mein Kopfkissen war voll mit diesen neuen Haaren und überall sitzen sie nur noch ganz locker.
Ich bin natürlich am Boden zerstört - zumal ich wirklich davon überzeugt war, dass offensichtlich etwas geholfen haben muss, von dem, was ich in den letzten Monaten unternommen habe:

- keine Kuhmilchprodukte
- Verzicht auf Weißmehl, Zucker (weitgehend)
- Zink, Selen, Vitamin B-Komplex, Omega 3-Fettsäuren, Orthomol immun, Thymvital, Probiocult
- Akupunktur bei einer chin. Ärztin
- Phytocortal N
- Stressabbau, viel Schlaf
- Schneidereit-CD

Bei meinen ersten beiden Hautarztterminen im August bzw. im September wurde ich nicht ernst genommen, weil mein Arzt ja auch den doch relativ harmlosen Verlauf von früher bei mir kannte. Mein Hausarzt hat wenigstens das Blut kontrolliert - auch die Schilddrüse, weil ich Hashimoto habe. Es ist aber alles unauffällig und die Werte sind ähnlich wie in meiner beschwerdefreien Zeit. Morgen habe ich endlich einen Termin bei einem anderen Hautarzt. Auf diesen Termin warte ich seit Anfang Oktober. Jetzt hoffe ich mal, dass er eine erfolgreiche Therapie für mich hat. Ich wollte eigentlich kein Cortison nehmen aber ich denke, dass ich mich morgen nicht dagegen entscheide, wenn er eine Therapie damit einleiten will.

Hatte jemand einen ähnlichen Verlauf und kann mir sagen, wie es weiterging? Habt Ihr auch immer wieder so eine schmerzempflindliche Kopfhaut, bevor Euch die Haare ausgehen. Und wie war es mit Eurer restlichen Körperbehaarung während der Totalis? Ich bin für alle Eure Beiträge dankbar!

LG, Britta

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Rika on Thu, 08 Dec 2016 22:37:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Britta,
mein Verlauf (s.u.) ist anders als deiner, trotzdem schicke ich dir solidarische Grüße!
Dass die neuen Haare wieder ausfallen, ist echt ein Alptraum!
Meine Perücke saß am Anfang auch zu locker, die Perückenmacherin hat dann einfach die Gummis richtig eng gezogen und festgenäht. Seitdem sitzt sie super - aber nach fünf Monaten ist sie nicht mehr so fluffig wie am Anfang. Das beschäftigt mich zur Zeit - ich fürchte, dass man es den Haaren jetzt eben doch ansieht, dass sie aufgesetzt sind.
Was machen deine neuen? Fallen sie noch aus oder bleiben welche, kommen neue?
Diese Schmerzen kenne ich übrigens auch - selten zwar, aber spürbar!
Viele Grüße für heute! Rika

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Rika on Fri, 09 Dec 2016 06:53:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Und was hat der Termin beim Hautarzt ergeben? LG! Rika

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by rosada on Fri, 09 Dec 2016 11:54:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Rika,

ich danke dir für deine Nachricht und es tut mir leid, dass es dich auch getroffen hat. Ich habe mir gerade deine Geschichte durchgelesen...
Hast du die AA mit 41 Jahren zum ersten Mal bekommen? Wenn man hier im Forum liest, bekommen das die meisten schon in jüngeren Jahren. Meine Heilpraktikerin sagte mir mal, dass die Prognose gut ist, wenn es später auftritt, weil der Körper da quasi schon längst gelernt hat, dass Haare keine Fremdkörper sind, die er bekämpfen muss.
Der Tipp mit dem Festnähen der Gummibänder ist gut. Ich glaube, das ist bei meiner Perücke nämlich das Problem - die geben einfach zu sehr nach.
Dass nach fünf Monaten deine Perücke schon in ihrer Qualität nachlässt, dürfte eigentlich nicht sein. Hast du lange Haare? Echthaar? Meine Perückenmacherin hat mir gesagt,

dass die bei guter Pflege bis zu eineinhalb Jahren halten sollten. Das sehe ich bei meiner allerdings auch nicht so kommen. Ich will aber auch gar nicht darüber nachdenken, dass ich sie so lange brauche. Ich kann deine Befürchtungen sehr gut nachvollziehen, jemand könnte denken, dass die Haare aufgesetzt sind. Es ist aber auch definitiv so, dass wir uns da zu viel Kopfzerbrechen machen. Ich kann es auch nur schwer abstellen...

Wie ist es mit deinem Haarwuchs inzwischen? Mitte November hast du in deinem Beitrag ja geschrieben, dass sie wachsen, an anderen Stellen aber auch noch ausfallen...
Ich war ja am Mittwoch beim Hautarzt, der mir sagte, dass er da gar nichts machen möchte und mich direkt in die Uniklinik überwiesen hat. Er hat mir aber trotzdem große Hoffnung gemacht und meinte, dass ich wieder Haare bekäme, zumal mein Körper ja offensichtlich in der Lage ist, sie wieder wachsen zu lassen auch wenn sie gerade ausfallen... Diese Aussage sollte dir auch Mut machen!!!
Jedenfalls war ich dann gleich gestern in der Tübinger Uniklinik. Fünf Stunden habe ich gewartet aber das war mir egal... Zum Glück bin ich an einen sehr netten Arzt geraten. Er hat sich viel Zeit genommen. Am Ende hat er mir zu einer Cortisonstoßtherapie geraten und obwohl ich eigentlich kein Cortison nehmen wollte, mache ich das jetzt. Mein Leidensdruck ohne Haare ist einfach zu groß. Ich muss fünf Tage lang Cortisontabletten nehmen dann drei Wochen Pause einlegen. Das soll ich drei Monate lang machen und mich dann wieder vorstellen.
Ich muss dazu sagen, dass ich Neurodermitiker bin und viele Allergien habe. Weil ich damit in letzter Zeit auch ziemliche Beschwerden habe, kann ich diese mit dem Cortison gleich mitbehandeln. Ich habe auch einen Zusammenhang beobachtet in all den Jahren in denen ich nun AA habe. Wenn ich starke Schübe von Neurodermitis habe, ist etwas zeitversetzt auch die AA schlimm. Bist du auch Allergiker? Es ist ja bekannt, dass AA damit oft in Zusammenhang steht. Hast du sonst eine Vermutung, was der Auslöser bei dir gewesen sein könnte. Bei mir kommt noch hinzu, dass ich von 2010 bis 2014 unter extremen emotionalen Belastungen stand. Komischerweise hatte ich in dieser Zeit keine Beschwerden aber man weiß ja nicht, ob es die Nachwirkungen sind... Außerdem ist dieses Jahr mein Vater gestorben, zu dem ich eine sehr, sehr enge Bindung hatte. Meine chin. Ärztin sieht da einen Zusammenhang aber wer weiß das schon...

Was die Kopfhautschmerzen betrifft, habe ich den Arzt gestern auch angesprochen. Man liest ja immer, dass die AA keine Schmerzen macht aber er meinte, dass ihm viele Betroffene davon berichten und du sagst es ja auch. In letzter Zeit habe ich die allerdings nicht mehr so stark und früher in meinen leichten AA-Schüben sind mir diese Missempfindungen auch nie aufgefallen. Vielleicht ist das ja ein gutes Zeichen. Ich bin seit gestern wieder etwas positiver, weil mir der Arzt wirklich große Hoffnung gemacht hat. Er hat mich auch darauf hingewiesen, dass es nach Absetzen des Cortisons in einigen Fällen zu einem Rückfall kommen kann aber es noch mehr gute Erfolge damit gibt.
Nebenwirkungen dürfte das Cortison in der Dosis, die ich nehme, keine großen machen, da ich ja auch immer eine längere Pause einlege.
Ich werde dir berichten, wie es mir geht mit dem Cortison.

LG, Britta

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Rika on Sat, 10 Dec 2016 16:49:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Britta,
ja, bei mir hat es wirklich erst mit kurz vor 41 begonnen. Keiner in der Familie hat Haarausfall (gehabt). Ich hoffe auch, dass der Körper sich wieder daran erinnert, dass Haare eigentlich etwas Schönes und Nützliches sind. Die Aussage deines Arztes ist wirklich Mut machend, danke!!
Ich habe wie du auch Neurodermitis, seit ich denken kann. In den letzten zwei Jahren war ich beruflich sehr unzufrieden, eine klassische Situation für einen Neurodermitis-Schub, aber meine Haut war gesund wie kaum jemals zuvor. Das hat mich sehr gewundert, als es mir auffiel - und dann begann der Haarausfall. Als ob sich der Körper ein anderes Ventil gesucht hat.
Meine Haare sind immer noch da, die neuen - aber sie wachsen, wenn überhaupt, im Zeitlupentempo. Man kann allerdings sehen, dass immer mehr Haare auf dem Oberkopf ganz zart pigmentiert sind. Aber es geht so langsam! Und die Lücke hinten links, bei der alles begonnen hat, ist immer noch frei.
Meine Perücke ist eine Misvchung aus echt und kunst, extrem pflegeleicht und exakt wie meine vorherige Frisur (schulterland, dunkelblond). Sie wird aber durch das Kunsthaar unten so krisselig. Sollte ich noch eine zweite brauchen, würde ich reines Echthaar nehmen.
Ich wünsche dir sehr, dass das Kortison den erhofften Erfolg bringt! Ich habe einmal so eine vier-Tage-Kompakt-Kur gemacht und darauf mit deutlich spürbaren Nebenwirkungen reagiert, deshalb habe ich es dabei belassen. Wer weiß, ob das klug war ... Aber ich glaube tatsächlich, dass es vor allem nicht-organische Ursachen sind, die zu dem Haarausfall geführt haben, und habe mir deshalb gesagt, dass ich es auch auch natürlichem bzw. naturheilkundlichen Weg wieder in den Griff kriegen will. Noch bin ich zuversichtlich, aber es zerrt schon auch an den Nerven.
Ich finde es sehr spannend, von dir zu hören!
Liebe Grüße
Rika

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by rosada on Sun, 11 Dec 2016 17:19:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo liebe Rika,
ich finde es auch sehr spannend, von dir zu hören - zumal wir offensichtlich schon einige Parallen haben. Ich habe die AA so richtig akut ja auch zum ersten mal mit Ü40 bekommen und mit der Neurodermitis plagen wir uns ebenfalls beide herum. Interessant ist deine Beobachtung, dass du in einer sehr stressintensiven Zeit keinen Neurodermitis-Schub hattest. Genau das habe ich in den Jahren 2010-2014 und 2016 auch bei mir festgestellt und da stand ich unter extremer emotionaler Belastung. Hinzu kamen dann schlechte Ernährung, wenig Schlaf usw. Ich habe mich damals auch gewundert, dass meine Haut so gut mitgemacht hat. Dann kam dieses Jahr im Sommer die AA und kürzlich als die Haare angefangen haben zu wachsen, hatte ich wieder stärker Neurodermitis. Als die neuen wieder ausfielen, hat sich die Haut beruhigt. Ein richtiges Wechselspiel und wie du sagst - irgendein Ventil braucht unser Körper wohl. Für mich ist klar, dass es da in jedem Fall einen Zusammenhang gibt und ich möchte beim Endokrinologen noch

abklären lassen, ob mit meinen Nebennieren alles in Ordnung ist. Ich habe ja keinerlei medizinisches Fachwissen aber ich habe viel über Nebennierenschwäche gelesen. Angeblich können diese Cortisol-produzierenden Drüsen erschöpfen, wenn man lange unter extremer Belastung steht. In der Zeit, in der man unter Stress steht, produzieren sie viel Cortisol, was irgendwie wiederum eine Erklärung ist, warum wir in extrem belastenden Zeiten auch keine Neurodermitis hatten. Durch diese "Überproduktion" erschöpfen sie dann und lösen Immunstörungen aus, was die AA ja vermutlich ist. Ich habe gelesen, dass sich der Körper von selbst wieder davon erholen kann aber es dauert Monate bis zu zwei Jahren. Mein Grundansatz, dass der Haarausfall mit gesunder Ernährung, viel Schlaf, Stressabbau usw. in den Griff zu bekommen ist, habe ich nach wie vor aber mir fehlt einfach die Geduld - deswegen greife ich jetzt zum Cortison. Trotzdem werde ich meine gesündere Lebensweise beibehalten und ich denke, dass wir damit auf einem guten Weg sind. AA ist sicher nicht grundsätzlich mit einer gesunden Lebensweise zu behandeln, weil das schon viele ohne Erfolg versucht haben. In meinem Fall glaube ich aber daran, dass zu viel emotionaler Stress meinem Körper so sehr zugesetzt hat, was zu Fehlsteuerungen geführt hat.
Welche Nebenwirkungen hattest du denn von dem Cortison? Hattest du sie während der Einnahme oder nach Absetzen? Ich nehme das Cortison jetzt seit drei Tagen und es geht mir sehr gut damit. Hast du das Cortison wegen der AA oder wegen der Neurodermitis bekommen? Bei mir hat das übrigens auch niemand in der Familie.
Dass deine Haare im Zeitlupentempo wachsen, ist bestimmt kein schlechtes Zeichen. Meine neuen sind ziemlich schnell gewachsen und fallen jetzt aus. Ich glaube, es gibt alles bei dieser Krankheit. Hast du noch die Missempfindungen auf der Kopfhaut?
Ganz liebe Grüße,
Britta

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by HairWish on Mon, 12 Dec 2016 13:03:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Britta,
ich habe mich extra heute hier im Forum registriert, um Dir antworten zu können, da die Verläufe unserer beiden "Totalis" verblüffend ähnlich sind.
Auch ich leide schon seit vielen Jahren unter "kreisrunder Haarausfall", aber immer nur stellenweise mit zügigem Neuwuchs - hat mich daher nie sonderlich belastet.
Im Jahr 2012 sind mir dann jedoch innerhalb weniger Monate alle Kopfhaare ausgefallen. Meine Haare waren immer mein ganzer Stolz, und auf einmal waren sie weg.
Das, was Du bezüglich "Neuwuchs und Wiederausfall" schreibst, habe ich den vier Jahren nun schon mehrfach erlebt. Ich beobachte dabei einen regelrechten Rhythmus: Es kommt ein weicher, ganz heller Flaum, dann werden die Härchen kräftiger jedoch ohne Pigmente, irgendwann bekommen sie eine dunkle Farbe und ab diesem Zeitpunkt kann ich eigentlich schon darauf warten, dass sie wieder ausfallen.
Früher haben mich mein Mann und meine Umgebung gerne freudig darauf hingewiesen, dass die Haare ja wieder wachsen. Da sie das Spiel mittlerweile jedoch ebenfalls kennen, verkneifen sie sich einen Kommentar, damit die Enttäuschung bei mir nicht noch größer wird.
Übrigens, ich habe auch Neurodermitis und einige Allergien, anscheinend gibts da tatsächlich einen Zusammenhang.

Ich könnte noch stundenlang weiter schreiben, belasse es aber erst mal bei diesen Zeilen.
Vielleicht hast Du Lust, Dich mit mir über die Möglichkeit der PN weiter auszutauschen.
Von hier aus erst mal herzliche Grüße,
HairWish

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Rika on Mon, 12 Dec 2016 13:23:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Britta,
ich habe die Cortison-Tabletten wegen der Haare bekommen und hatte neben Übelkeit und Müdigkeit vor allem so komische Ganzkörpersschmerzen, wie Muskelkater. Jeden Tag eine neue Nebenwirkung, vier tage lang. Sehr merkwürdig.
Nimmst du dieses Phytocortal auch wegen der Haare? Hast du da positive Effekte bemerkt? Hat das auch (homöopathischen) Einfluss auf den Cortisolspiegel?
Es ist doch wirklich verrückt, was Haare für eine unberechbare Substanz sind - dass auch die neuwachsenden wieder ausfallen, ist so gemein! Ich wünsche uns wirklich, dass sie bleiben und länger werden. Die gesunde Lebensweise, Stressabbau, ausgwogene Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel - das ist immerhin ein poisitiver Nebeneffekt. Ich bin in diesem Jahr überhaupt nicht krank gewesenm obwohl ich ständige mit hustenden und schniefenden Menschen zu tun habe, eventuell hängt auch das damit zusammen? Ich habe das verschiedentlich gelesen, dass andere ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Wobei, ehrlich gesagt: Ich hätte lieber Schnupfen und dafür Haare ...
Was macht dein sozialer "Rückzug", von dem du eingangs geschrieben hast? Bist du wieder etwas mutiger und unter Leuten, trotz allem?
LG! Rika

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by rosada on Tue, 13 Dec 2016 15:56:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Rika!
Das Phytocortal N habe ich von meiner Heilpraktikerin bekommen, um Einfluss auf den Cortisolspiegel zu nehmen. Als meine Haare wieder anfingen zu wachsen, war ich überzeugt, dass die Kombination von homöopatischen Mittelchen und Nahrungsergänzung positiven Einfluss hat aber dann fielen sie ja wieder aus. Ich kann dir also nur schwer sagen, ob das Phytocortal etwas gebracht hat. Denkst du auch, dass es etwas mit dem Cortisolspiegel zu tun haben könnte? Hast du diesen mal messen lassen?
Ich bin übrigens auch nie krank. Nicht mal einen Schnupfen bekomme ich. Wahrscheinlich, weil unser Immunsystem ständig auf Hochtouren arbeitet und alles bekämpft - eben auch Haare.
Seit ich das Cortison nehme, fallen meine neuen Haare noch stärker aus. Vielleicht ist es aber auch ein gutes Zeichen. Als beim letzten Mal die neuen kamen, habe ich kurz davor auch ganz viele verloren. Wenn ich Glück habe, ist es dieses sog. Shedding, bei dem die alten Haare den neuen Platz machen.

Mein sozialer Rückzug wird gerade nur schlimmer. Es kommt durchaus vor, dass ich eine Woche lang das Haus nicht verlasse, was in meinem Fall geht, da ich selbständig bin und von zu Hause aus arbeiten kann. Wenn ich unter Leute gehe und tatsächlich nur unter fremden Menschen bin, fühle ich mich auch ganz gut. Mein Problem sind eher Freunde und Bekannte. Zwei sehr enge Freundinnen wissen davon und bei ihnen fühle ich mich dann auch ganz wohl. Vielleicht wäre ein offenerer Umgang damit hilfreicher aber ich denke, das ist ein Prozess. Ich trage jetzt gerade mal seit ein paar Wochen Perücke und dass das Selbswertgefühl noch nicht wieder wie vorher sein kann, ist ja auch normal. Wie ist das bei dir in deinem sozialen Umfeld? Du gehst ja immerhin noch in den Sport - meine ich in deinem ersten Beitrag gelesen zu haben. Trägst du da Perücke?
Ich habe mir auch gesagt, dass ich das Cortison absetze, wenn ich Nebenwirkungen bekomme. Ich kann dich also gut verstehen, wenn du es nicht weiternehmen wolltest. Bei mir ist heute der letzte Tag der Stoßtherapie und ich fühle mich körperlich besser als ohne Cortison. Viel wacher, nicht so erschöpft und meine Haut ist superweich... Ich befürchte ein bisschen, dass es mir beim Absetzen nicht so gut gehen wird - das sehe ich ja ab morgen.
Wir bekommen wieder unsere Haare, Rika! Ich glaube ganz fest daran.
Bis bald, Britta

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by hope09 on Wed, 01 Feb 2017 12:51:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Britta,

Deine Geschichte haette exakt meine sein koennen...
Ich bin aehnlich alt, hatte einen aehnlichen Start, bei mir um die Abiturszeit herum.... Danach - stressbedingt- Phasen mit mehr oder weniger "Loechern"/ Ophiasis. Dann eine lange stabile Phase!

Der Umzug in eine neue Stadt und der Wechsel ins Berufleben hat mir dann ueber Monate hinweg eine Totalis beschert. Woraufhin ich viel unternommen/ probiert/ investiert habe...und die Haare tatsaechlich wieder fast komplett gewachsen sind - nur um dann wenig spaeter (diesmal fulminant schnell) ganz auszufallen. Seither habe ich eine Universalis...es tut sich nicht mehr viel!?!

Anfangs habe ich Peruecken getragen, ungefaehr drei Jahre lang!? Inzwischen habe ich meinen (definitiv fuer mich zu stressigen!) Job gekuendigt, bin "oben ohne" unterwegs und wachse in mein "neues Ich" hinein...

Ich habe die Hoffnung nicht aufgegeben, dass die Haare wieder wachsen und das Thema beschaeftigt mich immer noch taeglich - alles andere waere gelogen... Aber es ist nicht mehr mein Lebensmittelpunkt! Insofern hat die AU fuer mich tatsaechlich auch 'was, weil ich nicht staendig mit dem Thema Wachsen/ Ausfall beschaeftigt bin...ich bin kaum mehr hier im Forum unterwegs/ frueher taeglich.

Die Verlaeufe sind so unterschiedlich, bei Dir kann es ganz anders sein/ laufen!?! Insofern nur Mut, die Hoffnung hoch halten - und nicht vergleichen! Die Chancen fuer Spontanremission sind ja erstaunlich hoch...und bei der AU zu landen, ist statistisch definitiv seltener!
Stress vermeiden/ verringern!? Ich glaube nicht, dass Stress der Ausloeser ist (sonst waeren ja alle gestressten Menschen betroffen), aber mit der Praedisposition Haarausfall ist das definitiv ein Trigger...

Und: Man kann auch mit AU leben. Mich hat meine Geschichte inzwischen an Orte getragen, die ich ohne den Haarausfall nie kennengelernt haette - im Positiven, wie im Negativen... Und auch aeusserlich - gerade bin ich in Thailand !
Im Grossen und Ganzen: Eine Chance zu wachsen - innerlich!

So ist das fuer mich...jetzt gerade. Ich glaube so hat jeder seine Herausforderungen im Leben...unsere ist nun mal nach aussen sichtbar - wenn ich mich entscheide sie sichtbar werden zu lassen... Als ich noch Peruecke getragen habe, weiss ich dass viele Menschen keine Ahnung davon hatten! Insofern gibt es da zumindest eine Wahl (Kunsthaar fand ich uebrigens wesentlich unkomplizierter als Echthaar)!

Meine Entscheidung, die Peruecke abzulegen hatte bei mir viel damit zu tun, zu mir zu stehen. Authentisch zu sein, mich fuer (innere) Freiheit zu entscheiden, Selbstliebe zu ueben... - Themen, die definitiv "meine" sind (Zufall!?)!

Und der Tanz zwischen den beiden Seiten "ah, ich habs geschafft, ich bin innerlich da, da wo ich sein will" und "das fuehlt sich schwer an" findet jeden Tag statt.

Tanzen lernen geht ja auch nicht von heute auf morgen!? Aber es wird einfacher...
Geduld!

Pura Vida!
Hope09

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by rosada on Wed, 01 Feb 2017 22:38:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo hope09,

wie schön, von dir zu hören! Ich habe in den letzten Wochen schon viele deiner Beiträge gelesen. Ich habe mir sogar schon einmal überlegt, dir eine PN zu schreiben, weil ich in deinen Beiträgen auch festgestellt habe, dass du tatsächlich eine ähnliche Geschichte hast. Als ich dann aber gemerkt habe, dass du schon länger nicht mehr im Forum aktiv bist, wollte ich nichts

aufwühlen, was für dich evtl. „ruht".
Naja , was heißt schon es „ruht". Wie du sagst, beschäftigt einen das Thema auch noch nach Jahren tagtäglich. Trotzdem scheinst du einen sehr gesunden Umgang mit deiner Haarlosigkeit gefunden zu haben und das freut mich wirklich für dich.
Hoffnung zu haben, ist auch bei der AU durchaus berechtigt. Es scheint hier im Forum ja doch einige zu geben, die nach mehreren Jahren AU wieder ihre Haare bekommen haben. Bei mir entwickelt es sich im Augenblick leider auch eher in Richtung AU. Meine Körperhaare werden immer weniger und langsam merke ich auch, dass meine Augenbrauen dünner werden.

Hast du noch andere Autoimmunerkrankungen? Oder Neurodermitis? Allergien? Und machst du seit der AU noch irgendwelche Therapien?

Gibt es in Thailand nicht irgendwelche Wundermittel - an asiatische Heilkünste glaube ich ja noch am ehesten. Meine chin. Ärztin berichtete mir auch von einem Fall jahrelanger AU und die Haare kamen wieder durch Akupunktur und Kräuter, die ja traditionell in der chin. Medizin Anwendung finden.
Das vom Buddhismus geprägte Thailand ist in jedem Fall ein guter Ort, um vielleicht ein wenig Gelassenheit zu lernen. Das ist ja unsere große Aufgabe. Ich bin spirituell sehr interessiert, habe früher auch regelmäßig meditiert. Leider habe ich das irgendwann aufgegeben und die Gelassenheit von damals ist mir sehr verloren gegangen, obwohl ich sie gerade jetzt in meiner Situation so dringend gebrauchen könnte. Ich habe in meiner Meditation erfahren, dass unser Geist zu unglaublich viel fähig ist. Es lassen sich Aufgaben meistern, von denen wir nie geglaubt hätten, sie zu bewältigen. Deshalb bin ich auch davon überzeugt, seinen Frieden mit der AT/AU finden zu können. Es ist allerdings harte Arbeit und so, wie du schreibst, bist du schon ein ganz großes Stück von diesem Weg gegangen. Es wäre schön und das würde ich dir wünschen, dass du wieder irgendwann mit Haaren belohnt wirst für deine Arbeit - auch wenn du dann wahrscheinlich schon soweit sein wirst, dass du im Reinen bist mit deiner AU.

Das mit dem Stress sehe ich übrigens genauso. Wenn man die Veranlagung zur AA hat, ist langandauernder Stress wirklich gefährlich.

Ist ja interessant, dass du rückblickend sagen kannst, es haben viele gar nichts gemerkt von deiner Perücke. Mir macht im Augenblick das Gefühl wirklich zu schaffen, dass jemand darüber spekulieren könnte, ich würde eine tragen.

Wenn ich mich richtig erinnere, habe ich in irgendeinem deiner Beiträge ein Foto von deinem Augenbrauen-PMU gesehen. Ich fand es sehr gelungen! Kannst du mir vielleicht eine gute Adresse nennen? Du hast damals in Karlsruhe gewohnt. Kann das sein? Karlsruhe ist ja nicht sooo weit weg von mir - also vielleicht wäre das was für mich.

Hab noch eine gute Zeit in Thailand mit vielen schönen Eindrücken und heilsamen Erfahrungen

---

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by hope09 on Mon, 06 Feb 2017 16:58:30 GMT

Hi Britta,

danke fuer Deine Nachricht...und die guten Wuensche. Ja, da haben wir ja wirklich ein paar Parallelen, hm!?
Meine Motivation, Neues zu probieren kommt immer wieder in Wellen. Am Beginn meiner AU war ich noch sehr motiviert...Habe immer wieder das ein oder andere probiert...meist Alternativmedizinisch (Homoeopathie, TCM, Ernaehrungsumstellung etc.), allerdings nie Cortison oder DCP. Frage mich manchmal, ob das zur rechten Zeit vielleicht haette den grossen Schub verhindern koennen??? Wuerde heutzutage wahrscheinlich im Fruehstadium der AA dazu raten/ es probieren?!? Vielleicht kann man da noch bremsen?!

Mich persoenlich haben die vielen negativen Rueckmeldungen hier im Forum immer wieder davon abgehalten. Zur Zeit bin ich eher dabei mein Leben um die AU herum als fuer mich lebenswert zu gestalten. Mein letzter move war vor einem Jahr meinen Job zu kuendigen...seither bin ich in der Welt unterwegs! Love it ! Den Schritt haette ich ohne AU definitiv nicht gemacht
Ich bin ansonsten zum Glueck gesund und habe keine anderen Auto-immun-Geschichten oder Allergien! Zumindest weiss ich von keinen...

Ein MBSR Kurs zuhause hat mir persoenlich viel gebracht...wuerde ich jedem empfehlen! Und sich begleiten lassen, von jemandem...therapeutisch/ seelisch...das hat mir auch sehr viel geholfen!

Ja, wirklich - wenn man eine einigermassen gescheite Peruecke hat, dann merken die meisten Menschen GAR nix (Freunde wissen es ja eh)! Das war zumindest bei mir so. Habe viele Komplimente fuer meine Frisur bekommen. Die (Kunsthaar-)Peruecken sehen ja meist ganz ansehnlich gestylt aus. Schau Dich allerdings rechtzeitig nach einem Modell um...dann bist Du geruestet fuer den Fall. Und es gibt nicht noch mehr Stress. Man sieht mit vielen Peruecken wie Pumukel aus, bis man die Richtige gefunden hat! Ich hatte immer Freundinnen dabei/ bzw. habe im I.net bestellt. Man kann auch eine Gaudi draus machen

Ja, ich liebe mein Augenbrauen PMU! Und bekomme auch dafuer viele Komplimente. Es ist genial geworden. Holger Hoffmann - kann ihn nur waermstens empfehlen (und kriege keine Provision dafuer !) Er ist ein super netter Typ und weiss absolut, was er macht... Konnte ihm vollstens vertrauen.
Er sucht immer wieder Modelle fuer die Kurse die er gibt (HH oder Jockgrim bei KA) - dann stehen ein paar Damen rund herum, wenn er arbeitet. Und das Beste: Das Ganze ist umsonst!!!!!
Schreib ihm einfach eine email - und gruess ihn ganz herzlich von mir!
http://www.holger-hoffmann.tv/

Sehe gerade auf FB, dass er im Feb wieder einen Kurs in Jockgrim hat - wenn Du ihm schreibst, dann bist Du vielleicht dabei?!?
https://www.facebook.com/HolgerHoffmann.Sat1Starvisagist/

Ich habe mir von ihm ja sogar meinen Kopf pigmentieren lassen. Man sieht zwar im Endeffekt fast nichts davon, nur einen leichten Schatten...aber das hat mir definitiv fuer den Schritt geholfen, meine Peruecke abzulegen!

So - hier in Thailand ist es schon fast Mitternacht -
Gute Nacht !

Hope09

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by hope09 on Mon, 06 Feb 2017 17:13:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

...ps.
habe jetzt erst die ganzen vorigen Beitraege ueberflogen und gesehen, dass Du ja schon Peruecken-Erfahrung hast...
Sorry - bin gerade hier in einem Kurs und eher off- als online unterwegs. Daher habe ich die Vorgeschichte nicht so gruendlich studiert...

Druecke Dir feste die Daumen, dass das Cortison anschlaegt!!! Toi, toi, toi!

LG

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by dylan006 on Mon, 06 Feb 2017 18:49:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich bin leider auch eine von diesen Damen mit dem chronisch wiederkehrenden Haarausfall. Ich habe allerdings gleich mit Anfang 20 einen kompletten Haarverlust (also Universalis) erlitten, und seitdem schon mehrere Zyklen durch: kompletter Verlust, dann dichtes Nachwachsen, dann fast flächendeckend recht langes Haar, und dann wieder kompletter Verlust.

Ich kann leider zu keinem Punkt sagen, was Faktoren sein könnten, die diese Krankheit positiv oder negativ beeinflussen Am Anfang habe ich noch relativ große Hoffnung gehabt, mich dem Thema mit Schulmedizin zu nähern. Danach kamen alternative Heilmethoden und Psychotherapie (tiefenpsychologisch und verhaltenstherapeutisch). Dann bin ich irgendwann auf reine Naturprodukte zur Pflege umgestiegen (Birkenwasser, Brennnesselsud, Rosenwasser, Teerseife, etc.). Allgemein kann ich sagen, dass ich seit dem Beginn 2011 ein physiologisch und psychologisch gesünderes Leben führe. Aber ob das einen Einfluss auf die AA hat? Ich glaube es langsam nicht mehr. Es ist fast so, als würde man in jedem neuen Zyklus wieder andere Mittel ausprobieren, und wenn man sie im nächsten Zyklus wieder anwenden will, taugen sie nichts mehr

Was das Thema Perücken angeht, bin ich mittlerweile auch ziemlich ernüchtert. Nachdem ich 4 Jahre eigentlich nur Kopftücher getragen und leider viele unangenehme Situationen damit erlebt habe, habe ich mir verschiedene Perücken gekauft. Eine gute mit Lace aus Synthetik-Haar, ein paar weniger gute mit Monofilament ebenfalls aus Synthetik; sowie zwei Echthaarperücken jeweils mit Front Lace und Full Lace. Alle Perücken von Jon Renau mit durchschnittlich bis hoher Qualität. Die Echthaarperücken sahen toll aus, und zwar genau 4

Wochen, danach waren sie für die Tonne. Die Synthetikperücken tragen sich in meinen Augen deutlich besser und vor allem länger. Aber eine Perücke ist in meinen Augen leider immer als solche zu erkennen, es sei denn, man hat einen Stylisten wie Beyoncé oder die Khaleesi aus Game of Thrones Ich kann mittlerweile damit leben, dass andere sie als Perücken erkennen, ist für mich immer noch besser als das Kopftuch.

Also unterm Strich: man kann leider eh nix dagegen machen. Mir ist auch nach vielem passiv Mitlesen hier im Forum niemand bekannt, der wirklich nachweisbar einen kausalen Zusammenhang zwischen Mittel und Wirkung herstellen konnte. Vielleicht schafft ja irgendjemand doch irgendwann noch den Durchbruch

edit @hope09: haha, wirklich? Ich habe letztes Jahr auch meinen Job gekündigt und war erst mal eine Zeit lang im Ausland, aber in Taiwan. Ein wirklich gutes Mittel gegen Alltagsstress und -gram. Hab eine schöne Zeit!

Liebe Grüße
dylan006

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Moni1974 on Tue, 14 Feb 2017 15:50:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi,
wenn ich das so lesen, finden wir uns alle in sehr ähnlichen Sitauationen.
Neurodermitiker sind anscheinend grundsätzlcih häufiger betrofen, die habe ich bereits seit dem babyalter.
Dann hatte ich mit 15 das erste mal AU. Nach einem Jahr waren die Haare wieder da.
Danach immer wieder keine Stellen, aber "unproblematisch", die sind immer wieder zugewachsen. Ob es an den Therapien lag oder von selbst auch so gewesen wäre, wer weiß das schon.
Dann bin ich irgendwann (ca. 20 Jahre später mit 37) mal schlimmer wurde von meinem Arzt zur Uniklinik zur DCP-Behandlung geschickt worden.
Extreme Reaktion mit Schwellungen die sich weit ins gesicht zogen und dazu lapidaren Reaktionen vom Arzt haben mich davon wieder Abstand nehmen lassen und ich bin mir manchmal nicht sicher, ob das mein Immunsystem nicht erst so richtig angestachelt hat, jedenfalls habe ich nun wieder AU, inzwischen seit 5 Jahren.
Mich hat das ganze auch extrem aus der Bahn geworfen.
ich kann nur an jeden apellieren, den Mut nicht zu verlieren und sich Stück für Stück sein Leben zurück zu erobern.
Zu Anfang habe ich mich auch total zurückgezogen, es hat gedauert, bis ich für mich die Perücke nicht mehr als aufgesetzt empfinde, bzw die richtige gefunden habe, die anscheinend ganz natürlich aussieht.
Vor allem habe ich mir aber dinge wieder zurückerobert, dass ich wieder schwimmen gehe oder die Saune.
Ich weiß, dass es ggf lang dauert, bis man sein Leben wieder in die Spur bringt, aber er klappt!'
Und versucht euch vom Stress zu befreien. irgendwo habe ich gelesen, dass oft Menschen betroffen sind, die sich selbst nicht aus schwierigen Situationen befreien könne, sei es beruflcih

oder im privaten.
Das kann ich für mich voll gestätigen.
Seit ich da versuche auch mal den unbequemen weg zu gehen und Dinge abzuhacken, weil sie anscheinend nicht sein sollen, wachsen die Haare nach 4 Jahren absoluten Stillstand wieder.
Das untermauert wohl die Theorie, dass weniger körperliche Ursachen zugrunde liegen, sondern wohl vieles in der Psyche.-
Sorgt dafür dass es euch gut geht- auch wenn die Wahrheit manchmal unbequem ist und man sich von Gewohnheiten und gewohnten Menschen verabschieden muss.

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by rosada on Wed, 15 Feb 2017 19:02:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo und danke an euch alle, die in meinem Thread geschrieben haben.

@hope09: Deine Bedenken, am Anfang der AA evtl. etwas versäumt zu haben, weil du Kortison abgelehnt hast, kann ich dir nehmen. Ich habe die Stoßtherapie ja wirklich früh begonnen. Meine AA fing Ende August 2016 an. Anfang Dezember habe ich mit Kortison begonnen. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich noch volle Augenbrauen und volle Wimpern. Die Kortisonbehandlung hat gar nichts gebracht im Hinblick darauf evtl. etwas aufhalten zu können. Bei mir ist es in der Zeit der Stoßtherapie nur schlechter geworden. Jedenfalls habe ich jetzt nur noch dünne Augenbrauen und wesentlich dünnere Wimpern als vorher. Auf dem Kopf hat sich auch nichts getan. Die paar Haare, die während der Stoßtherapie gewachsen sind, sind genauso schnell wieder ausgefallen. Ich habe das Kortison jetzt deshalb auch abgesetzt.
Hat bei dir in der Familie sonst jemand AA oder eine andere Autoimmunerkrankung?

Danke auch für den Tipp „Holger Hoffmann". Kurz bevor du mir von ihm geschrieben hast, habe ich schon einen Beratungstermin bezügl. Microblading vereinbart und nachdem ich so überzeugt war von den Ergebnissen, die mir die Kosmetikerin zeigte, habe ich es gestern machen lassen. Sonst wäre dein Tipp die absolute Top-Adresse für mich gewesen. Ich bin jetzt jedenfalls total glücklich und zufrieden mit dem Ergebnis. Im Augenblick ist es noch sehr dunkel aber die Kosmetikerin sagte mir von vornherein, dass in der ersten Woche mind. 40% der Farbe verloren geht und ich denke, dann dürfte es vom Farbton richtig gut werden. In vier Wochen ist nochmal ein Nachbearbeitungstermin. Da ich im Augenblick noch einige Augenbrauenhärchen habe, die aber bestimmt auch nach und nach ausfallen, wird dann nochmal aufgefüllt.

Ich eröffne demnächst hier einen anderen Thread zum Thema "Leaky-gut". Erinnerst du dich noch daran, dass du hier mal einen Link zu einem Arzt bezüglich Leaky-gut gepostet hast (am 05. Feb. 2013)? Jedenfalls habe ich mich genau bei diesem Arzt untersuchen lassen und tatsächlich wurde das bei mir festgestellt. Sobald ich dazu komme, schreibe ich darüber...

@dylan006: Natürlich wünscht man sich so sehnlich, dass die Haare nach einer AA/AT/AU

wieder wachsen aber dass du daraufhin nun schon ein paar Mal wieder einen Haarverlust erleiden musstest, ist ja die totale Achterbahnfahrt. Trotzdem würde ich es insgesamt als sehr positives Zeichen deuten, dass dein Körper ja offensichtlich in der Lage ist, sie wieder wachsen zu lassen. Wie lange hat denn deine AU damals angedauert, bis die Haare wieder anfingen zu wachsen?

Du hast natürlich vollkommen recht. Einen kausalen Zusammenhang zu finden, ist fast unmöglich. Allerdings gibt es hier im Forum jemand, der sich wohl ziemlich sicher ist, dass bei ihm eine Entzündung der Zahnwurzeln die Ursache war und eine andere Betroffene führt das Problem auf einen Darmpilz zurück. Beides ist denkbar, weil beides zu Autoimmunerkrankungen führen kann. Am Ende ist es halt ein Symptom, das wir hier alle gemeinsam haben (der Haarverlust) trotzdem kann es bei jedem eine andere Ursache haben.

@ Moni1974: Dein Beitrag macht ja Mut und ich freue mich für dich, dass deine Haare nach 4 Jahren wieder wachsen. DCP habe ich vor Jahren in einem relativ leichten Schub auch mal bekommen und ich kann auch nichts Gutes davon berichten. Meine Haare sind zwar wieder gekommen, was aber wahrscheinlich sowieso passiert wäre, weil ich in meinen vielen anderen leichten Schüben danach auch nix mehr unternommen habe und der Haarwuchs hat immer wieder von alleine eingesetzt. Psychische Faktoren haben in jedem Fall einen Einfluss auf diese Krankheit. Ich denke allerdings nicht, dass es einen direkten Zusammenhang gibt also den unmittelbaren Zusammenhang von emotionaler Belastung, die einem an die Haarwurzeln geht. Ich denke, es ist eher so, dass eine belastete Psyche auf Dauer irgendwelche Störungen im Körper hervorruft und diese Störungen sind dann wiederum für den Haarausfall verantwortlich, insbesondere dann, wenn man die Prädisposition zur AA hat. Andere bekommen vielleicht sonst eine chronische Erkrankung von anhaltendem emotionalem Stress. Zu unterschätzen ist das Thema mit der Psyche jedenfalls nicht. Hat bei dir in der Verwandtschaft sonst jemand AA?

Liebe Grüße an euch alle und bis bald

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by dylan006 on Wed, 15 Feb 2017 21:11:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Moni1974
Finde ich auch toll, dass sie bei Dir nach 4 Jahren wieder wachsen! Dass die AA psychische Auslöser hat, finde ich ebenfalls absolut plausibel. Ich finde es interessant, dass Du von "Befreiungsschlägen" sprichst und habe in den letzten Tagen immer wieder daran gedacht. Denn nach psychotherapeutischer Behandlung fühle ich mich mittlerweile gut, und am besten war der Haarwuchs immer dann, wenn ich mich "frei" gefühlt habe (z.B. nach einer Jobkündigung, einer beruflichen Neuorientierung, ...). Sobald ich mich gewissen Zwängen ausgesetzt fühlte, wurden die Haare wieder weniger Hm...

@rosada
Ich habe bestimmt 90% der Beiträge im Forum gelesen, u.a. auch den mit der

Zahnentzündung und den Darmpilzen, und ich habe mit mehreren Ärzten wirklich alles dergleichen abgeklopft. Ich möchte mich da auch ungern immer so verrückt machen lassen, denn irgendwann sieht man nur noch die Krankheit und ihre möglichen Ursachen. Aber Sicherheit wird es nie geben.

So kann ich Dir auch nicht sagen, wie lange meine AU-Phasen dauern. Die erste waren 6 Monate, die zweite 4 Monate, die dritte 18 Monate... Und immer wenn ich an dem Punkt bin, dass nur noch wenige Stellen "offen" sind (so wie jetzt), beginnen sie an einigen Stellen wieder auszufallen. Mittlerweile sind mir die Kopfhaare gar nicht mehr so wichtig, Hauptsache Wimpern und Augenbrauen bleiben dran. Hast Du eigentlich Lust, mal ein Foto von Deinen Augenbrauen mit Microblading mit uns zu teilen? Das würde mich sehr interessieren. Im Moment ist es zwar glücklicherweise nicht nötig, aber das kann ja wieder kommen...

Und an alle Damen mit Perücke an die Runde, welche Hersteller bevorzugt ihr denn? Vielleicht habe ich bisher doch noch nicht die richtigen gehabt.

Danke und liebe Grüße von mir
dylan006

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Moni1974 on Thu, 16 Feb 2017 07:41:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hi dylan0006,

ich habe eine Kunsthaarperücke von Ellen Wille.
Die davor waren auch von ihr, nur andere Modelle.
Erst lang und mit der zeit immer kürzer werdend, da die dann länger halten, weil sie weniger splissen, weil sie nicht so an den schultern anstehen.
Wenn du möchtest, kann ich dir gern mal ein bild schicken.
Da ich inzwischen weiß, welches modell mit gefällt, bestell ich die nun sogar zwischenducrh mal online, so dass ich alle halbe jahr eine neue kaufe. eine geht dann auf Kosten der kasse, eine auf meine kosten.
die kostet dann um die 200 eur, neulich gabs sogar eine aktion bei einem versender "alt gegen neu", da bekam man sie für 50%.
die alten schicke ich sonst an ein haarstudio, die arbeiten sie auf und bringen sie nach lettland für bedürftige, so hat nochmal jemand was davon.

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by rosada on Thu, 16 Feb 2017 10:47:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo dylan006,

gerne schicke ich dir ein Foto von meinem Microblading. Im Augenblick ist es noch ein klein wenig angeschwollen und leicht gerötet aber sobald ein Endergebnis zu sehen ist, bekommst du es.

Mein Perücke ist aus langem Echthaar von Belle Madame (dening hair). Sie sieht wirklich perfekt aus, nur leider hält sie nicht so gut, was aber daran liegt, dass ich einen extrem kleinen Kopf habe und die Standardmodelle einfach grundsätzlich etwas zu groß sind für mich. Die Kosmetikerin, bei der ich mein Micoblading machen ließ, ist auch Hair-Stylistin. Sie war total überrascht, als ich ihr sagte, dass ich eine Perücke trage. Sie hat sich das dann etwas genauer angeschaut und meinte, dass es tatsächlich nur beim genauen Hinsehen am Ansatz und Scheitel zu erkennen ist.
LG, rosada

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by hope09 on Tue, 21 Feb 2017 09:13:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Ihr Alle,

....spannend, so alle Geschichten zu hoeren. Und ein gutes Gefuehl, nicht allein mit der ganzen Angelegenheit zu sein!
Hmmm, wieviele Voll-wiederwuchs Leute wohl "draussen sind" - die hier gar nicht mehr schreiben, weil das Thema nicht mehr praesent ist? Und wieviel AU'ler, die auch nicht hier auftauchen, weil sie einfach damit leben???

@Rosada...nein, bei mir in der Familie war AA bisher nicht bekannt. Das Einzige, was mir noch eingefallen ist, ist ein chronischer Vit B12 Mangel. Spritze regelmaessig Vit B12 - und merke auch richtig, wie es mir nicht gut geht, wenn ich in den Mangel komme. Vermeide das aber jetzt durch regelmaessiges Spritzen (alle 1-2 Monate), um einen konstanten Spiegel aufrecht zu erhalten. Das hat meine Hausaerztin damals herausgefunden, als ich dachte ich haette Eisenmangel wg. der Abgeschlagenheit...oral/ Tabletten haben nix gebracht, scheint eine sog. pernizioese Anaemie zu sein. Eine Gastroskopie hat damals eine chronische Gastritis (von der ich aber nix spuere) ergeben. Auto-Antikoerper gab es keine. Auf die Haare hatte es keine Auswirkung. Aber mir geht es besser, seit ich einen guten Vit. B12 Spiegel habe. Definitiv wert, das mal checken zu lassen?!?

Sonst habe ich keine mir bekannten Autoimmunkrankheit oder Allergien - in der Familie haben die Frauen Heuschnupfen...das war's aber auch schon.
Tja.

Danke, dass Du mir Deine Geschichte mit Cortison erzaehlt hast - ja, da hatte ich manchmal wirklich das Gefuehl, vielleicht 'was verpasst zu haben...aber so wie Du es beschreibst, hoert sich das ja nicht so an!?! Auch wenn es natuerlich bei jedem anders sein kann.

Schoen, zu hoeren, dass Du mit Deinem Microblading gluecklich bist! Das macht soo viel aus, finde ich!

@Moni....was die Psyche angeht, bin ich definitv auch jemand, die viel "aushalten" kann. Ich

glaube, ich bin in meiner Geschichte viel zu lange in viel zu "unguten" Situationen geblieben (Job, Beziehung, Leben in der Stadt/ vs.naturnah, z.B.). Statt fuer mich einzustehen...und das zu tun, was mir gut tut/ mich um meine Beduerfnisse zu kuemmern! Gut, das mal gruendlich zu hinterfragen!!! Kann ja nie schaden.
Ich habe ja jetzt mein Leben grundsaetzlich veraendert - den Job gekuendigt, wie gesagt. Die Haare wachsen immer - noch - nicht. Aber ich wachse !

@Dylan - vielen Dank fuer die guten Wuensche!
Gruesse an alle - aus Malaysia
Hope09

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by silke269664552 on Tue, 21 Feb 2017 17:19:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Bei mir war auch zwei einhalb Jahre alles okay,jetzt hab ich auch wieder 2 Löcher in der Nähe des Ponys,aber ausser meiner Schneidereit CD werde ich nichts unternehmen,hatte damals auch 2/3 Drittel der Haare verloren,alle kamen wieder voll und lockig wie ich es mir gewünscht hatte(In der Hypnose).Hatte vorher keine Locken,es sind momentan kleine Löcher,kann ich gut mit Streuhaar bedecken und wenn es schlimmer wird wird wieder ein Tuch aufgesetzt.Alles wird wieder gut sag ich mir,aber das was ich früher alles probiert habe(siehe meine Beiträge der letzten Jahre)kommt für mich nicht mehr in Frage.Das hat mich zu viel Nerven gekostet.Was von allein kommt geht auch von allein wieder.Wenn nicht kann man es auch nicht ändern.

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by dylan006 on Wed, 22 Feb 2017 18:42:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo die Damen

silke269664552 schrieb am Tue, 21 February 2017 12:19Das hat mich zu viel Nerven gekostet.Was von allein kommt geht auch von allein wieder.Wenn nicht kann man es auch nicht ändern.

Das sehe ich ganz genauso. Man verliert da richtig die Nerven. Man sorgt sich so über den Haarausfall an sich, und dann auch noch darüber, dass man die Ursachen nicht kennt oder nicht beheben kann. Das empfand ich auch als extrem frustrierend, daher habe ich es ebenfalls weitestgehend eingestellt. Teilweise macht es mich auch mittlerweile richtig traurig, wie traurig Bekannte oder Freunde auf einen neuen Ausbruch reagieren. Viele nehmen sehr Anteil daran.

Vielen Dank für eure Tips mit den Perücken @Moni1974 und @rosada. Da der Haarausfall seit unserem letzten Austausch wieder mal rapid beschleunigt ist, musste ich jetzt wieder nach Perücken schauen. Habe mir eine aus Fernost bestellt, mal sehen, was ich über die so erzählen kann. Bei den Perücken in deutschen Onlineshops finde ich selten eine, die mir so

richtig, richtig gut gefällt... @rosada Übrigens, man kann in Perücken ein Band einnähen, um es besser haltbar zu machen. Zumindest glaube ich, auf YouTube mal ein Tutorial gesehen zu haben. Dort gibt es unzählige Videos zum Perückenstyling, insbesondere von afroamerikanischen Frauen, bei denen Perücken ja sehr alltäglich sind. Vielleicht findest Du dort Hilfe oder Anregung?

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Hoffnung22 on Wed, 26 Jul 2017 21:39:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Silke,
ich wäre dir wahnsinnig dankbar wenn du dich mit mir per privater Nachricht in Verbindung setzt bezüglich der Hypnose CD von Herrn Schneidereit! Leider fliege ich jedes Mal aus dem Forum

super von dir!! Beste Grüße, Kristina

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by silke269664552 on Thu, 27 Jul 2017 21:25:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hoffe meine Nachricht ist angekommen ,Krishna

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by Sonnenblume on Fri, 04 Aug 2017 16:42:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Die Hypnose CD (bzw. MP3) kenne ich auch. Sie hat mir leider nicht geholfen. Vielleicht habe ich sie aber auch nicht lange genug gehört.

Subject: Aw: Nach Totalis neuer Haarwuchs - jetzt fallen sie wieder aus
Posted by mariele on Tue, 22 Aug 2017 20:14:15 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo ihr lieben,

nach einigen Jahren schreibe ich jetzt auch nochmal was... Ich muss mich leider einreihen. Bei mir war es ebenfalls so,dass innerhalb von etwa zwei Monaten plötzlich fast alle Haare mir Adieu sagten. Viel zu schnell,um sich auch nur halbwegs mental darauf einstellen zu können (sofern das überhaupt geht...). Ich musste mir zügig eine Perücke zulegen, die meiner

ursprünglichen Frisur am nächsten kam. Mir ging es gar nicht gut.. Aber irritierender Weise, haben es tatsächlich nicht sonderlich viele Menschen gemerkt, dass es nicht meine eigenen Haare waren. Aufgefallen,dass etwas anders ist an den Haaren, ist es aber vielen. Die letzten Fissel habe ich irgendwann abrasiert, ich konnte das Meer aus Haaren, was immer auf dem Kopfkissen, in der Dusche oder auf dem Boden vorm Waschbecken einfach nicht mehr ertragen. Jetzt,gut 1 Jahr später habe ich mir eine neue Perücke geholt, die witzigerweise total anders aussieht, als die vorher. Aber irgendwie hat mich die Typveränderung gereizt. Ich war mir sehr sicher, dass es dadurch noch mehr auffällt. Ist es zum Teil auch,aber ganz viele haben mich eher gefragt, wie lange das färben denn gedauert hat und wie ich den Ansatz so gut hinbekommen habe und so! die meisten Menschen, haben mir aber doch durchaus eher Komplimente gemacht.
Auch wenn ich relativ offen über die Perücke und die Alopezie sprechen kann inzwischen, so fällt es mir trotzdem unglaublich schwer, mich anderen Leuten ohne Kopfbedeckung zu präsentieren. Je länger mich meine Mitmenschen kennen,desto mehr Überwindung kostet es mich. Meine Eltern zb haben mich auch noch nicht "oben ohne" gesehen... Diejenigen, die es durften, waren alle sehr entspannt. Interessiert schon. Sie haben natürlich sich das mal angeschaut und erstmal auf sich wirken lassen müssen, aber meinten dann doch alle,dass sie es sich deutlich schlimmer vorgestellt hätten und es nichts an meiner Ausdrucksstärke oder sonstigem ändert. Ich sehe das aber immernoch etwas anders... Ich weiß, dass ich mich damit irgendwie arrangieren muss und ein paar Schritte dahin, habe ich auch schon erreicht. Aber nur ganz kleine Schritte...
Meine Haare sind peu a peu wieder gewachsen. Bei weitem nicht überall und auch nicht genügend, um die verbliebenen Stellen zu kaschieren. Sie sind jetzt ja auch deutlich kürzer.. Meine Freunde, die meine eigenen Haare schon lange nicht mehr gesehen haben, sind alle immer total begeistert, wieviele es jetzt wieder sind. Ich bin da eher zurückhaltender. Und ich befürchte, die Zurückhaltung ist begründet... Seit ein paar Tagen fallen sie wieder mehr aus
.
In meinem Leben werde ich bald auch viel ändern. Vielleicht hilft es mir ja auch bei den Haaren. Mal abwarten...
Hab jetzt viel geschrieben... Eine kleine Gute-Nacht -Geschichte...

In diesem Sinne, habt noch einen schönen Abend. LG, mariele