

---

Subject: Mein Haarausfall-Werdegang

Posted by [pina](#) on Sun, 21 Feb 2010 09:34:36 GMT

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

---

Hallo liebe Forumsmitglieder!

Ich bin neu angemeldet, habe aber schon längere Zeit immer wieder in diesem Forum gelesen. Vor 5 Jahren habe ich nach gut 10jähriger Pause wieder begonnen die Pille zu nehmen. Eine "durchschnittliche" Pille, die Minulet. Mit dieser Pille hatte ich nie Probleme, auch nicht nach dem Wieder-Einnahme-Beginn. Weil ich mir Besenreiser veröden lassen wollte habe ich meine FÄ gefragt, ob ich denn die Pille lieber absetzen solle. Sie hat mir daraufhin eine niedriger dosierte Pille verschrieben, die Desmin 20. Erst einmal habe ich leichte Zwischenblutungen bekommen (die aber nach 2-3 Monaten verschwunden waren) und dann ca.4 Monate nach dem Pillenwechsel verstärkten Haarausfall, das war im Februar 2008. Gezählt habe ich die Haare nicht, aber beim Waschen waren es definitiv viel mehr Haare als sonst. Bei der nächsten Vorsorgeuntersuchung (ich glaube es war dann im Mai) habe ich die FÄ gefragt, ob sie eine Erklärung für diesen HA habe. Sie gab mir eine Überweisung zum Hausarzt, um Eisen- und Schilddrüsenwert checken zu lassen und verschrieb mir eine Pille "gut für Haut und Haar". Ich habe die Werte untersuchen lassen, erhielt telefonisch die Info: Eisenmangel und Eisenpräparat einnehmen, habe aber auch mit der neuen Pille, neo-eunomin, begonnen. Nach 2-3 Monaten war der Haarausfall weg. Aber die Pille hat heftige Nebenwirkungen verursacht. Ich wollte die daher nicht mehr nehmen und habe als ich das nächste Rezept brauchte, in der Praxis angerufen und wieder um die Minulet (mit der ich ja wie gesagt immer gut zurecht kam) gebeten habe. Im September 2008 habe ich also wieder die Minulet genommen. Im Januar 2009 fing der Haarausfall wieder an. Dann hatte ich versäumt mir pünktlich nach einem Jahr einen neuen Vorsorgetermin zu vereinbaren und brauchte dringend das neue Pillenrezept. Das bekommt man dann aber nur, wenn auch die Vorsorge rechtzeitig einmal im Jahr erfolgt ist. Da es zu spät war, habe ich beschlossen, die Pille einfach abzusetzen, in der Hoffnung, vielleicht auch eine positive Wirkung auf den Haarausfall zu erreichen. Anfang März 2009 habe ich die Pille also abgesetzt. Anfang August 2009 habe ich plötzlich bei einer Haarwäsche massenhaft Haare verloren, beim anschließenden Kämmen sind sie nur so herausgerieselt. Völlige Panik, beim Hausarzt angerufen, Blutuntersuchung: alles ok. Eisenwert zwar eher im unteren Bereich, aber in der Norm. Vorsorglich Eisen eingenommen, keine Besserung. Ich hatte bei diesem plötzlichen enormen Haarverlust begonnen, die Haare zu zählen, bei 300 habe ich abgebrochen, es waren mindestens noch einmal so viele, die ich noch nicht gezählt hatte. Bei der übernächsten Haarwäsche wieder so viele Haare, dann etwas besser, aber im September wieder solche Schübe. Generell bei jeder Haarwäsche um die 200 Haare, meistens mehr. Ich wasche alle 2 Tage. An den Nicht-Haarwaschtagen ebenfalls hoher Haarausfall. Ich hatte eine Überweisung zur FÄ, zur Hormonbestimmung. Sie hat aber ein Haarscreening angefordert, womit kein einziges Hormon bestimmt wurde und dann lediglich Testosteron und SBGH nachgefordert. Alles ok. Wieder die Empfehlung der neo-eunomin. Als ich sagte, ich möchte keine Pille, tja dann habe ich eben Pech. Ach ja, Regaine hatte sie mir 2008 schon aufgeschrieben, es steht hier unbenutzt, viel zu viel Angst. In meiner Verzweiflung war ich im Januar bei einem Heilpraktiker, der zwar keinerlei wirkliche Hilfe war, aber eine Blutuntersuchung (sehr teuer!!) in einem biochemischen Labor hat machen lassen. Herausgekommen ist ein zu niedriger Progesteronwert bei gleichzeitiger Östrogendominanz (die Untersuchung wurde am 11. Zyklustag gemacht). Mönchspfeffer nehme ich seit 6 Monaten. Seit Oktober habe ich jeden Monat vor der eigentlichen Blutung eine

5-6 Tage dauernde Schmierblutung. Passt also mit dem niedrigen Progesteronwert zusammen. Für meinen FÄ war diese Schmierblutung unbedeutend.

Ich war nun bei einer anderen FÄ. Wieder nur die Empfehlung: Pille. Und wenn ich die irgendwann mal absetzen müsste eben eine Hormonersatztherapie. Ich bin ziemlich entsetzt, frustriert. Hatte so viel im Internet geforscht und sie auf ein Progesteronpräparat angesprochen, da man immer wieder lesen konnte, der Haarausfall sei eher auf einen Progesteronmangel als ein Östrogendefizit zurückzuführen. Nööö meinte sie, wenn dann Östrogen zu niedrig, aber das sei bei mir ja nicht der Fall. Auch nicht die Möglichkeit gegeben, das Progesteron zum richtigen Zeitpunkt zu messen. Aber sie schreibe mir mal Utrogest auf (muss ich aber selbst zahlen), ich könne es ja mal probieren, sie glaubt aber nicht, dass es was hilft.

Nun verliere ich aktuell gut 120-150 Haare pro Wäsche jeden zweiten Tag. Bei jedem durch die Haare fahren habe ich Haare zwischen den Fingern.

Ich möchte einfach keine Pille mehr nehmen.

Hat denn jemand von Euch Erfahrung mit einem Progesteronpräparat?

Der Bericht ist sehr lang geworden, entschuldigung. Ich bin furchtbar verzweifelt, da ich noch nie superviele dicke Haare hatte und ich nun deutlich den Verlust sehe. Und vor allem weil ich mich bei keinem Arzt wirklich ernst genommen fühle. Und ganz schlimm ist der Haarzähltick.

Einmal angefangen damit und ich kann es nicht mehr sein lassen.

Liebe Grüße, pina

---