
Subject: Verdacht auf frontal fibrosierende Alopezie- hilflos, gerade mal 25

Posted by [A.](#) on Sun, 25 Jan 2026 00:21:57 GMT

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

Hallo zusammen,

da Ärzte ja scheinbar unfähig sind, versuche ich es auch mal über den direkten Austausch mit Menschen, die selber Erfahrungen/Tipps haben.

Zu meiner Leidensgeschichte: Ich habe seit letztem Jahr Oktober ca. merkbaren, vermehrten Haarausfall. Nein, eigentlich schon länger, aber irgendwie habe ich es lange ignoriert, da ich immer sehr dicke Haare hatte/habe und man es auch nicht gesehen hat.

Dann startete ich im Oktober letzten Jahres mit einer neuen Verhütung (dem Nuvaring) und mein Körper zeigte mir schnell, er will nicht (mir war permanent übel). Ich fing an in Foren über Erahrungen mit dem Ring zu lesen aufgrund dieser Übelkeit und es war ein Fehler. Sämtliche Horrorstorys, auch über Haarausfall in Zusammenhang mit dem Ring. Ich fing an vermehrt darauf zu achten und stellte fest, auch ich habe Haarausfall (vor allem beim Waschen). Der Strudel des Reinsteigerns begann. Ich setzte zu aller erst dieses Teil ab (nach nur 1 1/2 Monaten Anwendung). Dann ließ ich meine Blutwerte überprüfen und es stellte sich heraus: extremer Eisenmangel und Vitamin D Mangel. Ich bekam eine Infusion und supplementiere seitdem.

Der Haarausfall ist viel weniger geworden (also aktuell beim Waschen auch echt nicht mehr viel). Aber, großes aber: Über die letzten 4 Monate merkte ich eine zunehmende frontale Ausdünnung des Haaransatzes. Zudem habe ich seit ungefähr 1 Monat Schmerzen an betroffener Stelle und seit 2 Tagen jetzt auch Schmerzen an den Seiten. Ich war bei 3 Hautärzten, von denen jeder was anderes sagte. Letztere sah in ihrem Dermatoskop frontale leere Follikeln (doch da sind die Ursachen ja vielfältig). Aufgrund meiner Schmerzen verschrieb sie mir aber eine Cortisonlösung für betroffenen Bereich.

Sie sagte es sieht für sie stark nach FFA aus, aber man müsse beobachten, also wieder keine klare Diagnose. Das macht mich verrückt!

Man muss aber auch wissen, ich bin seit 3 Monaten dauerbelastet wegen dem Thema, weine jeden Tag, ist ja auch nicht gerade förderlich.

Mittlerweile frage ich mich, was ist psychosomatisch und was Fakt oder beides. Wenn ich mir hier die anderen Beiträge über FFA durchlese, passiert der Prozess ja eher schleichend und erst unbemerkt über Jahre. Dies ist bei mir ja nicht der Fall, denn die frontale Ausdünnung passierte jetzt innerhalb kürzester Zeit mit An- und Absetzen des Hormonpräparats, davor war alles super.

Vielleicht kann ja eine betroffene Person erzählen, wie sie es bemerkte und wie sie meine Situation einschätzt.

Aufgrund meiner Schmerzen (ist so ein Brennen/stechen) werde ich das Cortisonpräparat benutzen, denn damit leben ist echt unerträglich.

Aber auch hier lass ich von Trichodyn timer, ich weiß nicht, ob das jemandem hier was sagt, aber die Kopfhaut kann tatsächlich Schmerzen und zwar bei psychischer Belastung, was bei mir 100 000% zutrifft. Ja schwierig und belastend. Gleichzeitig bin ich auch dankbar, denn Außenstehenden fällt es gar nicht auf, nur mir selbst natürlich (man ist selbst sein größter Kritiker).

Ich freue mich über einen Austausch!
