
Subject: Haarausfall mit 26, seit 8 Jahren Vegetarierin
Posted by [morekava](#) on Sun, 10 Sep 2006 17:47:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich bin seit 8 Jahren Vegetarierin und habe vor ca. 2 Jahren angefangen mich möglichst vegan zu ernähren (allerdings nicht 100% konsequent).

Vor ca. 2 Monaten war ich nun beim Frisör, wobei mich die Friseurin darauf hingewiesen hat, dass mir beim Kämmen eine Menge Haare ausfallen und ich dies mal beim Hautarzt abklären solle.

Ich hatte zuvor schon selbst festgestellt, dass meine Haare etwas dünner geworden sind und ich vor allem beim Haarewaschen viele Haare verliere, aber ich habe mich immer damit beruhigt, dass ich ja lange Haare habe und dies dadurch mehr aussieht als es in der Tat ist.

Nun war ich beim Hautarzt und dieser hatte ein großes Blutbild mit folgenden Werten machen lassen (26.07.06):

Hämoglobin: 8,2 mmol/l (7.6 - 9.5)

Hämatokrit: 0,4 (0.37 - 0.47)

Erythrozyten: 4,25 Tpt/l (4.1 - 5.1)

MCV: 95 fl (80 - 99)

MCH: 1,93 fmol/Ery (1.7 - 2.1)

MCHC: 20 mmol/l (19 - 22)

Thrombozyten: 343 Gpt/l (100 - 400)

Leukozyten: 6,74 Gpt/l (3.60 - 9.80)

Basophile: 1% (0-2)

Eosinophile: 2% (0-5)

Neutrophile: 59% (45-70)

Lymphozyten: 32% (25-40)

Monozyten: 6% (4-12)

GPT (ALAT): 0.17 µkat/l (<0.57)

Gammaglutamyltransferase: 0,16 µkat/l (<0.63)

Kreatinin: 72,6 µmol/l (<88.5)

Vitamin B12: 654 pg/ml (200-1100)

Folsäure: >15 ng/ml (3.0 - 17.0)

Ferritin: 31 µg/l (Frauen prämenopausal: 20-120,
Frauen postmenopausal: 10-300)

TSH basal: 4,290 mU/l (0.270 - 4.000)

FT4: 15,6 pmol/l (11.0-24.0)

DHEA-Sulfat: 138 µg/dl (65-380)

Testosteron: 0,97 nmol/l (0.22-2.90)

Zink: 70 µg/dl (60-120)

TPO-Ak (MAK): 11,5 U/ml (<35)

TSH-Rezeptor-AK (TRAK): < 1.00 IU/l (<1.50)

Der Dermatologe meinte, dass meine "Schilddrüse etwas zu wenig arbeitet, was aber nichts ernstes ist und nicht sofort und unbedingt behandelt werden müsste".

Ich habe aber nicht locker gelassen, woraufhin mich mein Hautarzt zu meinem Allgemeinarzt überwiesen hat, um die Schilddrüse weiter abzuklären.

Des Weiteren hatte mich mein Dermatologe optisch untersucht und keine Kopfhautveränderungen, keine annormale Körperbehaarung und keine Geheimratsecken festgestellt.

Allerdings hat er mir trotzdem Crinohermal fem (eine hormon- und kortisonhaltige Lösung zum Auftragen auf die Kopfhaut verschrieben.

Ich bin dann zu meinem Allgemeinarzt der dann nochmals Blut abgenommen hat und mir sofort Jod verschrieben hat (100 µg Kaliumjodid pro Tag. Ein paar Tage später war ich dann zur Auswertung meiner Schilddrüsenwerte da, wo dann folgende Werte rauskamen (04.08.06):

TSH (sensitiv): 3,870 mu/l (0.270-4.200)

T3, frei (FT3): 3,5 pg/ml (2.0-4.4)

T4, frei (FT4): 10.6 pg/ml (9.3-17.0)

mikrosomale TPO AK: < 30 U/ml (<60)

TRAK: < 0.9 U/l (<1.50)

Hier meinte mein Allgemeinarzt, dass die Werte völlig normal seien und ich die Tabletten nicht weiter nehmen müßte.

Zum Glück habe ich in 2 Tagen einen Termin bei einem Hr. Dr. Sperl in Berlin. Dieser ist Dermatologe, der sich auf Haarprobleme spezialisiert hat. Er soll früher an der Charité Berlin in der Forschung gewesen sein und nun eine eigene Praxis in Berlin Friedrichshain haben.

Was mir noch einfällt ist, dass ich Anfang des Jahres (von Ende Januar bis Mitte April) krank geschrieben war, da ich eine Fehlbewegung mit meinem Arm gemacht habe, mir dabei die erste rechte Rippe blockiert und somit den Armnerv blockiert habe.

Dies war sehr schmerhaft und da erst im April rausgefunden wurde was sozusagen defekt war, stand ich von Februar bis April unter enormen psychischen Stress, da ich Angst um meinen Job und somit extreme Existenzangst hatte und teilweise dachte, dass ich gar nicht mehr gesund würde, da die Ärzte leider erst so spät die richtige Diagnose gestellt haben.

In diesem Zeitraum (23.02.06) wurde aufgrund meiner ERnährung auch eine Blutuntersuchung gemacht:

Hämoglobin: 7.50 mmol/l (7.6 - 9.5)

Hämatokrit: 0.37 (0.37 - 0.47)

Erythrozyten: 3.85 Tpt/l (4.1 - 5.1)

MCV: 95 fl (80 - 99)

MCH (HbE): 1.95 fmol/Ery (1.7 - 2.1)

MCHC: 21 mmol/l (19 - 22)

Thrombozyten: 105 Gpt/l (100 - 400)

Leukozyten: 7.69 Gpt/l (3.60 - 9.80)

C-reaktives Protein: 2.2 mg/l (<5.0)

Vitamin B12: 202 pg/ml (200-1100)

Vitamin B6: 31.3 µg/l (8.8-27.2)

Mein Allgemeinarzt erläuterte mir die Werte so, dass alles im Großen und Ganzen ok ist. Ich hätte zwar eine kleine Anämie, die aber nicht behandlungsbedürftig ist.

Ich habe dann allerdings von mir eine Behandlung mit Floradix Kräuterblut begonnen (allerdings unregelmäßig).

Könnte mir einer von Euch eventuell helfen und eine Meinung zu den Blutbildern abgeben, da ich sehr hin und her gerissen bin.

Wie kann es sein, dass die Ärzte von einer viel größeren Normspanne, was beispielsweise die Eisen- und Schilddrüsenwerte angeht, ausgehen?

Hier im Forum wird wiederum geschrieben, dass Schilddrüsenwerte (TSH basal) schon ab 2.5 oder 2.0 grenzwertig sind!?

Gruß, morekava
