
Subject: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Tue, 01 Dec 2009 15:31:16 GMT

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

leute, ich kann nicht mehr! diese überlegung ist es aga ist es nicht aga macht mich krank! ich habe wie schon oft gesagt langsam geheimratsecken , sitrnansatz weicht zurück und allgemein diffusen HA .wobei meine kopfseiten dünner sind als am oberkopf.auch den nacken ist dünner geworden. eigentlich ist das ja nicht typisch für aga bei frauen. aber man hört ja doch manchmal das es auch bei frauen vorkommen kann mit diesem muster.

also meine hauptproblem zonen sind echt die stirn haare und die kopf seiten.+ das es überall dünner wird aber eben diese stellen sind mehr belastet.

die ganze zeit hege ich die hoffnung das es doch einen anderen grund hat aber langsam verlassen mich alle hoffnungen. ich bin ja eigentlich noch wirklich froh das mein oberkopf noch gut aussieht. aber das kann sich ja auch ändern. und das macht mich fertig. jedes mal in angst zu leben das es schlimmer werden könnte ist einfach krass. wie als würde man darauf warten das einen krankheit ausbricht.

kann es auch andere ursachen geben für so ein verteilungsmuster als aga????

ich sehe oft mädels bei denen sie seiten irgendwie dünner sind .gerade wenn die einen zopf tragen sieht man die kopfhaut durchschimmern. auch mädels mit geheimratsecken sehe ich oft. oder beidem wie bei mir. aber ich kann die ja nicht einfach auf der strasse ansprechen und fragen entschuldigung hast du haarausfall....

gibt es hier jemanden bei dem das verteilungsmuster auch so ist wie bei mir?

wenn ich wüsste das eskeine aga ist wäre ich wenigstens ein bissl beruhigt aber das werde ich wohl nie erfahren.

zum erstenmal habe ich es ende aug. 2008 bemerkt. immer wieder hatte ich hoffnung es könnte auch einen anderen grund haben. ich war auch schon in so einem loch das ich dachte ich hätte alopezie areata. da gig es mir mit abstand am schlechtesten. von dem trichter bin ich mittlerweile weg. GOTT SEI DANK ging es mir auch zeitweise echt gut und es war alles irgendwie nicht mehr so schlimm.

jetzt möchte ich aaber die pille absetzen.(seit 2004 valette, marz 2009 bellissima bis ende oktober, dann probeweise nochmal valette)-wollte sehen ob sich was verändert weil ich das gefühl hatte das mir unter der bellissima mehr haare ausgingen.auch meine augenbrauen sind dünner geworden seit ich die bellissima nehme. dieses pillen hin und her möchte ich nicht weiter machen deshalb soll die weg. ABER ich zweifle langsam ob es was bringt. ich habe angst das es dadurch alles wieder noch schlimmer wird und ich wieder in ein loch falle. ausserdem frag ich mich folgendes: wenn man aga hat und nicht zuviel testosteron, wird die aga dann schlimmer wenn das testosteron überwiegt? es heisst ja das die wurzeln überempfindlich reagieren auf dht. das es dabei egal ist wieviel männliche hormone vorhanden sind. was ist denn dann wenn nach pille absetzen auf einmal mehr da sind??? dann müsste es doch schlimmer werden oder??? ich kann einfach nicht mehr. hab nur noch eine pille

und dann wollte ich eigentlich absetzen.

ich gucke die ganze zeit schon die flasche regaine an und denke darüber nach ob ich damit anfangen soll.....HILFFEEEEEEEE brauche eure ratschläge,fachwissen, zusprüche oder auch kritik.....nur sagt bitte was !!!!!!!

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Skdlfnmylms](#) on Tue, 01 Dec 2009 16:32:16 GMT

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

kann es auch andere ursachen geben für so ein verteilungsmuster als aga????

frag ich mich auch so oft...

ich sehe oft mädels bei denen sie seiten irgendwie dünner sind .gerade wenn die einen zopf tragen sieht man die kopfhaut durchschimmern. auch mädels mit geheimratsecken sehe ich oft. oder beidem wie bei mir. aber ich kann die ja nicht einfach auf der strasse ansprechen und fragen entschuldigung hast du haarausfall....

hahaha...warum eigentlich nicht. Aber im ernst...ich schau andere seitdem auch genau an.

gibt es hier jemanden bei dem das verteilungsmuster auch so ist wie bei mir?

Ja mich...! Ich habe Geheimratsecken ohne ende. Wobei auch mein Ansatz um einen Daumen breit weiter hinten ist (und ich ahbe rießige Hände). Also da vorne so ne art Ring weg ist, oder Halbmond...! Am Nacken sind auch haare weg, der ist sozusagen hochgerutscht. und besonders schlimm. Mein Scheitel. das merkwürdige ist nur früher war der genau mittig. Jetzt habe ich etwa drei zentimeter neben der Kopfmitte auf der linken seite eine schlaffende stelle.

wenn ich wüsste das eskeine aga ist wäre ich wenigstens ein bissl beruhigt aber das werde ich wohl nie erfahren.

ja wie bei mir. Diagnose kein AGA würde mir schon mal bissl was der Last nehmen und die Hoffnung zurück geben, dass die Haare wieder wachsen.

zum erstenmal habe ich es ende aug. 2008 bemerkt.

bei mir war es ende 2006, mit gerade mal 22, super toll

ausserdem frag ich mich folgendes: wenn man aga hat und nicht zuviel testosteron, wird die aga dann schlimmer wenn das testosteron überwiegt? es heisst ja das die wurzeln überempfindlich reagieren auf dht. das es dabei egal ist wieviel männliche hormone vorhanden sind. was ist denn dann wenn nach pille absetzen auf einmal mehr da sind??? dann müsste es doch schlimmer werden oder??? ich kann einfach nicht mehr. hab nur noch eine pille und dann wollte ich eigentlich absetzen.

ich hab meine am Samstag abgesetzt und bleibe dabei. Ich will diesen Hormontest. wenn das dann AGA ist dann ist scheiße aber wissen wird ichs dann endlich.

ich gucke die ganze Zeit schon die Flasche Regaine an und denke darüber nach ob ich damit anfangen soll.....HILFFEEEEEEEEEE brauche eure Ratschläge, Fachwissen, Zusprüche oder auch Kritik.....nur sagt bitte was !!!!!!!

das mache ich auch. die steht bei mir im Bad auf dem Waschbecken. Nur ich nehme es nicht ich versuche die drei Monate durchzuhalten. wenn ich jetzt Regaine auf die Kopfhaut mache woher weiß ich dann ob es unter der Pille besser wird oder unter Regaine. wenns denn besser wird.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [kala](#) on Tue, 01 Dec 2009 16:58:53 GMT

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

@lilli86:

Ich denke dein "Ausfallmuster" ist normal für diffusen HA. Die Kopfseiten sind bei den meisten Menschen dünner, meinem Freund (der sehr volles Haar hat) werden die Haare über den Ohren nur ca. einen cm lang und sind ganz fein. Guck dir mal Fotos von Frauen mit Zopf an, bei den meisten wirst du an den Seiten leicht die Kopfhaut sehen. Deine Geheimratsecken... sind das wirklich welche, also ziehen die sich auf den Oberkopf wie in der Norwood-Skala, oder hast du einfach links und rechts Ecken mit eher flaumiger Behaarung? Die hab ich auch, aber schon immer und ich kenne viele damit.

Wenn du jetzt also diffusen HA hättest dann wäre es normal, dass die Teile, die eh feiner behaart sind, eher dezimiert erscheinen. Verstehst du ungefähr was ich meine?

Zudem stuft man selbst sich ja meistens schlimmer ein, als es eigentlich ist. Ich weiß also nicht ob du unbedingt ein so exotisches Ausfallmuster hast.. ich hätte zumindest noch nicht davon gehört.

Ich gehe bei mir von AGA aus, weil ich einfach schon viel zu lang damit zu tun hab, das kann keine Mangelerscheinung sein, zudem hab ich viele miniaturisierte Haare. Ich war bis vor 3,5 Monaten ein Jahr pillenfrei, weil ich eben auch einen Hormonstatus haben wollte, bei mir war es ohne Pille schlimmer. Allerdings hatte ich kaum HA, als ich direkt mit der neuen Pille angefangen hab. Es kann also auch sein, dass das ein Ende der Phase gewesen wäre. Das werde ich wohl nie erfahren.

Ich kann dir also dazu nicht konkretes Berichten.

Es läuft bei jedem anders, lass die Hormone checken, dann hast du eine Basis mit der man arbeiten kann.

Im Zweifelsfall ist Regaine kein Weltuntergang, glaub mir!

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [gretchen](#) on Tue, 01 Dec 2009 17:14:35 GMT

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

hallo,

kala, das klingt ja fast ermutigend!

also mein ausfallmuster ist auch identisch mit den oben genannten. ich habe seit genau 2 jahren diesen haarausfall (~150 haare pro tag bei täglicher wäsche +/-50).

nach dieser langen zeit denk ich auch, es ist aga. meinetwegen kombiniert mit diffusem HA...was letztlich dennoch unumkehrbar für mich scheint (...habt ihr auch so starken ausfall?? und vor allem keinen gescheiten nachwuchs??

das pille absetzen (bzw sogar "ausschleichen" hab ich auch probiert mit dem resultat, dass es nur schlimmer wurde und das androstendion angestiegen ist. jetzt nehm ich sie wieder seit 2 zyklen und es ist noch nicht wieder gesunken .

dann dacht ich mir auch: selbst wenn die hormone ohne pille alle toll aussähen könnte ich aga haben, weil einfach die haarwurzeln empfindlich auf dht reagieren selbst bei "normandrogenen" werten. also wozu dann das risiko abzusetzen??

seht ihr das auch so?

lg, gretchen

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Skdlfnmylms](#) on Tue, 01 Dec 2009 17:40:35 GMT

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

Nun ja aber wenn etwas mit den Hormonen nicht stimmt kann man das nur durch absetzen der Pille feststelle. Und dann weiss man ob aga oder nicht - aber jeder muss natürlich selbst entscheiden!

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Tue, 01 Dec 2009 17:59:03 GMT

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

hey,

vielen danke erstmal für die antworten!!!

also bevor das mit dem haarausfall anfang hatte ich am haaransatz an der stirn immer sehr viele kleine helblonde härchchen(ich bin auch blond) man konnte nie die kopfhaut durchsehen. es war einfach dicht. ich denke auch durch diese härchchen. diese hatte ich aber schon seit ich denken kann(sind also keine miniaturisierten haare von aga oder so gewesen. ich konnte mir diese auch nie mit den fingern rausziehen.habe auch nie das gefühle gehabt das die ausfallen. erst ende august 2008.ich werde diesen tag NIE vergessen. ich war mit meinem freund in hamburg .ich stand vorm spiegel und dachte hmhhh da is irgendwie ne kleine lücke in meinen geliebten kurzen hellen härchchen am stirnansatz. erst hab ich mir nichts dabei gedacht. als wir wieder zu hause waren einen tag später schaute ich im auto mal so in der spiegel.sah die lücke zog kurz an der kurzen haare und ich hatte ine paar der kurzen in der hand!!! ein schock!!!! ab da an berg ab!!!

habe ich geheimrstaecken? hmhhh gute frage es ist eher so wie du sagt .

diese haare waren immer etwas flaumiger als die anderen. sie sind jetzt weniger geworden.man kann die kopfhaut sehen.der stirnansatz ist ung. 2 cm zurückgewichen. ich kann mir manche dieser verbliebenen kurzen haare ohne schmerz rausziehen.und ja, irgendwie erscheint es schon eher eckig. glaube ich. soll ich mal foto machen und reinstellen???? ich glaube du kannst das gut einschätzen

das die seiten bei vielen dünn sind ist mir auch schon aufgefallen.aber meine waren früher nie so dünn! man konnte nie die kopfhaut sehen wenn ich einen zopf hatte. jetzt zwar auch noch nicht so sehr GOTT SEI DANK aber sie sind aufdenfall viel lichter geworden. wenn ich eine strähnen zwischen die finger nehme und hochziehe sieht man wie licht sie sind. wenn sie offen haare erscheinen die haare halt dünner aber man sieht keine lücken.

ich wäre ja echt erleichtert wenn icih diese aga zum teil zumindets ausschliessen könnte.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Skdlfnmylms](#) on Tue, 01 Dec 2009 19:12:57 GMT

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

dAs mit dem Foto hatte ich mir auch schon mal überlegt

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Medea](#) on Tue, 01 Dec 2009 20:21:49 GMT

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

Hallo Lilli,

verzweifel nicht.Hab seit April HA.Der Hautarzt diagnostizierte im Oktober AGA.Völliger Schwachsinn.Leider aber keine alternativen Hinweise.Probiere seit April Pantovigar usw.Eisen ist ok.Habe schon echt kahle Stellen.Nehme seit Ohtober Regaine.Meine Geheimratsecken schließen sich mittlerweile,aber ich habe seit zwei Wochen ein fürchterliches Sheeding.Die Hoffnung stirbt immer als letztes,aber sollte das nicht klappen,ist es eben so.Ich bin auch eitel(wie jede Frau),habe auch schon geheult aus Verzweiflung.Aber das nützt ja leider alles nichts.Hatte schon immer sehr dünne Haare und jetzt ist noch die Hälfte da.Na und?Wenn wir mal ehrlich sind,es gibt leider kein Allheilmittel,aber wir können uns auch auf die wirklich wichtigen Dinge im Leben widmen.Haare gehören eigentlich nicht wirklich dazu.Konzentrier Dich auf Deine Familie,Deinen Job oder Freizeit.Tu Alles,was Du kannst,um Deinen HA zu bekämpfen,aber mess ihm nicht Deine komplette Aufmerksamkeit bei,sonst wird Dein Leben nicht lebenswert.

Kopf hoch und durchs Leben!!! Mit oder ohne Haar - Na und ?

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Tue, 01 Dec 2009 21:11:49 GMT

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

danke für eure antworten,

ja das mit dem nicht so beachten und sich auf andere sachen konzentrieren ist leicht gesagt. ich weiss du willst nur helfen. es ist mittlerweile auch nicht mehr so das ich heulend zusammen breche. Aber es war schon oft so. mein problem ist momentan das ich die pille absetzen will und ich angst habe gerade weil ich nicht weiss ob es aga ist.

ich habe angst das ich dann wieder in so ein loch falle und ich diesmal nicht wieder raus komme. um aus dem anderen raus zu kommen habe ich mein leben ändern müssen. habe meinen beruf an den nagel gehängt und studiere jetzt. dadurch das ich jetzt nicht mehr so viel mit beauty und all dem zeug zu tun habe geht es mir besser. bin friseurin. da guckt ir jeder als erstes auf die haare und so weiter. da musst du slbst sehr selbstbewusst sein. aber seit ich den HA habe bin ich das nicht mehr. ich konnte miene arbeit nciht mehr richtig machen. den gedanken mit dem studieren hatte ich schon vorher aber das war der grund warum ich mich dazu entschlossen habe. es war eine gute entscheidung auch ohne den HA wäre es eine gute gewesen aber wie gesagt ich kann das nicht ncohmal durch machen . mehr halte ich nicht durch! wenn ich aga habe und mir fallen dann nach dem absetzten extrem viele aus ist alles vorbei. die kommen dann ja dann auch nciht wieder nach wenn man wieder die pille nimmt habe ich gehört.stimmts? dann werde ich das absetzen bereuen und mich wieder selbst dafür hassen. andererseits wird sich so auch nichts bessern aber im moment traue ich mcih ohne probleme aus dem haus!!!! für andere leute die mich nicht kennen ist das auhc nicht zu sehen!

mir hat jemand gesagt die pile absezten wäre doof weil ich den ha bekommen habe unter der einnahme. sprich unter diesen hormonen habe ich den ha bekommen .wenn diese in ordnung sind liets nicht an den hormonen .STIMMT DAS?

sorry für die rechtschreibfehler.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Latisha](#) on Wed, 02 Dec 2009 09:31:37 GMT

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

bei mir ist das muster auch so. eine GHE links, ansatz an der stirn weicht zurück und ansonsten werden die haare immer dünner. HA meiner meinung nach diffus. im nacken geht der haaransatz auch höher. in der GHE (die ich schon immer so ein bisschen habe) waren sonst auch immer viele kleine härchen, so dass sie sicht war, aber jetzt werden die kleinen da immer weniger und die GHE wird immer größer

haare sinds bei mir so 150-200 an normalen und bis zu 500 an haarwaschtagen (wasch nur 1x die woche, da ichs mir leisten kann, weil meine haare null fetten und ichs nicht ertragenm würde öfter zu waschen)

regaine nehme ich übrigens seit 3 jahren, habs jetzt auch auf 2x tägl jeden 2. tag erhöht. nahm es vorher nur 1x tägl...

grüße

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [lilli86](#) on Wed, 02 Dec 2009 11:14:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und was habe die ärzte bei dir diagnostiziert?

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [Latisha](#) on Wed, 02 Dec 2009 11:18:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

gar nichts! einfach nur haarausfall, mehr hat mir der idiot vor 3 jahren nicht gesagt, natürlich auch nicht, dass es bei regaine shedding gibt und man es immer nehmen muss... bin jetzt bei nem anderen. aber ich damals aus lauter verzweiflung regaine genommen und es hat gewirkt. bis juli diesen jahres

mein HA ist laut neuer ärztin diffus mit erblichem anteil. das hat sie aber gesagt in dem sie geschaut und durch die haare gefahren hat
blut ist bei mir LAUT IHR ok.
son quatsch, b vitamin 12 und ferritin sollte höher sein, da arbeite ich grad dran. trichogramm hab ich machen lassen (s. Trichogramm von latisha) und hab die besprechung von diesem am 18.12.

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [lilli86](#) on Thu, 03 Dec 2009 12:36:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ kala und alle anderen natürlich auch

also ich habe jetzt hier ein bild. sind das nu geheiratsecken?

ich hänge gleich noch mehr bilder dran.

File Attachments

1) [ghe 2.jpg](#), downloaded 720 times



Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [lilli86](#) on Thu, 03 Dec 2009 12:39:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

noch eins

File Attachments

1) [Ghe 1.jpg](#), downloaded 711 times



Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Thu, 03 Dec 2009 12:41:41 GMT

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

leider sind die bilder nicht die besten....

aber vielleicht erkennt ihr was ich meine an den besagten ecken sind die abgebrochenen
haare.manche ca. 5 cm.

File Attachments

1) [ghe5 .jpg](#), downloaded 671 times



Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [lilli86](#) on Thu, 03 Dec 2009 12:44:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

von der seiten ansicht.

was sagt ihr zu den bildern?

kann man sehen das die eine seite mehr ausgeprägt ist als die andere?

File Attachments

1) [ghe 6.jpg](#), downloaded 644 times



Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [gretchen](#) on Thu, 03 Dec 2009 15:47:54 GMT

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

sieht bei mir genauso aus. bloß die "nachwachsenden" haare sind nur so 1-2cm lang (

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [barbara.m](#) on Thu, 03 Dec 2009 17:08:25 GMT

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

sieht bei mir genauso aus, auch eine seite deutlich ausgeprägter als die andere. meine diagnose aga, ohne blutwerte, ohne trichoscan, nur durch blick auf meinen kopf. mir fallen die haare aber nicht sonderlich aus, sie haben sich scheinbar klammheimlich verabschiedet. kann und will die diagnose aber auch nicht akzeptieren, hat in meiner familie niemand. ich nehme ziemlich starke medikamente und suche dort nach ursachen. ich dreh genauso am rad wie die meisten von uns. lg barbara

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [kala](#) on Thu, 03 Dec 2009 17:34:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also... auf DEN Bilder erkennt man jetzt wirklich nicht viel.. aber es sieht nicht unnormale aus... guck dir mal Frauen mit Zopf an und dann zeig mir eine mit nem total gleichmäßigem Haaransatz. Die Haare am Ansatz sind nunmal kürzer!
Der beste Vergleich wäre ein altes Foto von dir mit zusammengebundenen Haaren, schau`s dir mal an und vergleiche die "Ecken".
Wenn man sich selbst so richtig Stress macht und in Panik ist, redet man sich seinen Status oft massiv schlechter als er ist!

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [lilli86](#) on Thu, 03 Dec 2009 17:46:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey danke erstmal für euer antworten.

vorher ware mein haaransatz aufjedenfall nicht so. da waren zwar auch kürzere und feinere härchchen aber wie gesagt alles dicht! und ecken schon gar nicht!!! oh gott ich glaube langsam echt das ich aga habe? wat mach ich jetzt nur mit der pille. wollte die jetzt eigentlich absetzen. blister ist leer!!!!

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [vanilles](#) on Sat, 05 Dec 2009 11:54:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey du, ich melde mich auch mal wieder!

also meine hauptproblem zonen sind echt die stirn haare und die kopf seiten.+ das es überall dünner wird aber eben diese stellen sind mehr belastet.
ist bei mir ganz genauso! also mein verteilungsmuster ist das selbe, wie bei dir. meine haare werden insgesamt immer dünner, wobei mein scheitel ganz normal ist, nur mein pony wird auch immer dünner und geheimratsecken bilden sich.

ich bin auch total verzweifelt im moment... ich habe vorhin das zweite mal dieses

anti-schuppen-shampoo vom dermatologen benutzt und zumindest sind meine schuppen so gut wie weg, aber haare gehen mir nach wie vor aus.

was ich nur im moment mehr als merkwürdig finde:

ich verliere nur so extrem haare beim waschen (vor allem im pony - wenn ich das im nassen zustand kämme, gehen mir einfach mal 25+ haare dort aus...), aber dann die nachfolgenden tage gerade mal an die 10 haare. (und ich trage sie offen + kämme mehrmals am tag, weil das ein neuer spleen von mir ist...)

ich bin total verzweifelt, langsam glaube ich, ich bekomme die geheimratsecken von meinem vater und der hat richtig krasse. (man sieht's nur nie, weil er dauerwelle hat und sein bisschen pony so legt, dass die verdeckt werden.) aber ich traue mich nicht ihn darauf anzusprechen, wann es bei ihm mit den geheimratsecken angefangen hat, denn er reagiert da sehr empfindlich drauf...

was auch positiv ist, ist dass meine haare endlich wieder weicher sind, glänzen und nicht mehr so frizzig sind, aber dennoch... ich habe so angst, dass mein pony irgendwann weg ist.

meine fragen jetzt mal an dich:

wenn du deine haare wäschst, sind die im nassen zustand irgendwie rau/strohig?

und merkst du, wenn du z.b. durch's pony (im nassen zustand) durchfühlst, dass da auch kleine stoppeln sind?

weil wenn ich mein pony wasche, merke ich schon, dass es zwar immer dünner wird, aber ich spüre keine glatte kopfhaut, sondern ganz viele stoppeln.

und gehen dir auch irgendwie mehr haare aus, wenn die haare fettig werden/sind?

ach mensch, wenn es nur endlich mal im pony besser werden würde...

das mit der pille ist auch so ein scheiss... ich müsste sie morgen wieder anfangen, aber irgendwie - ich weiß nicht. der dermatologe meint zwar, ich soll sie weiter nehmen, aber kA. bin auch total unschlüssig.

ich wünschte, es würde "schnipp" machen und ich hätte kein HA mehr und meine haare vor drei monaten.

wie lange hast du jetzt eigentlich schon HA?

ich bin jetzt im 4. monat.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Sun, 06 Dec 2009 19:34:32 GMT

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

meinste du mich? falls ja. ich habe seit august 08 HA. ob meine haare strohig sind nach dem waschen? hmmm ich würde sagen nein. sie waren schon immer so wie sie jetzt sind von der struktur her. aber ich habe auch immer gefärbt also sind sie immer etwas strapaziert gewesen. jedoch nicht direkt strohig. also wenn ich mir im trockenen ins haar fasse und dann an leicht der kopfhaut fühle dann denke ich manchmal sind das stoppeln? aber in wahrheit fühle ich wohl die anderen haare die sozusagen beim fühlen "knicken". verstehst du was ich meine? ist schwer zu erklären! wenn ich kräftiger mit dem finger über die kopfhaut fahre fühle ich das nicht. musste ich aber bei stoppeln. und im nassen zustand fühl ich auch nichts. bist du sicher das das stoppeln sind ? soweit ich weiss wachsen neue haare nicht als stoppeln. sie wachsen fein und werden nach und nach stärker. man dürfte demnach neu wachsende haare(wenn sie

nicht abrasiert wurden,also ein neuer haarzyklus beginnt) nicht als stoppel spüren. aber korrigiert mich bitte wenn das nicht stimmt. habe ich so in erinnerung. wenn sie abbrechen dann schon.

seit 4 moaten hast du den HA ? hat sich denn in der doch relativ kurzen zeit sehr viel von deinem haarstatus verändert?

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [gretchen](#) on Mon, 07 Dec 2009 08:02:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo lilli86,
das sehe ich komplett genauso! denke auch, die meisten fühlen diese abgekickten haare, denn die stoppln sind sicher nciht als solche zu spüren. ggf aber zusehen.
grashalme sind ja auch nicht stumpf am ende)
lg

Subject: Re: hoffnungslos
Posted by [vanilles](#) on Mon, 07 Dec 2009 08:16:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

meinste du mich?
ja, ich meinte dich.

also wenn ich mir im trockenen ins haar fasse und dann an leicht der kopfhaut fühle dann denke ich manchmal sind das stoppeln? aber in wahrheit fühle ich wohl die anderen haare die sozusagen beim fühlen "knicken". verstehst du was ich meine? ist schwer zu erklären! wenn ich kräftiger mit dem finger über die kopfhaut fahre fühle ich das nicht. musste ich aber bei stoppeln. und im nassen zustand fühl ich auch nichts. bist du sicher das das stoppeln sind ? soweit ich weiss wachsen neue haare nicht als stoppeln. sie wachsen fein und werden nach und nach stärker. man dürfte demnach neu wachsende haare(wenn sie nicht abrasiert wurden,also ein neuer haarzyklus beginnt) nicht als stoppel spüren. aber korrigiert mich bitte wenn das nicht stimmt. habe ich so in erinnerung. wenn sie abbrechen dann schon.
ja, das habe ich auch immer gedacht, dass man die neuen haare nicht wie so stoppeln spürt, aber z.b. wenn ich unten mit den fingerspitzen in die nackenhaare oder an den kopfseiten reinfahre und da ganz sanft über die kopfhaut fühle (mit so leichtem abstand zur kopfhaut und die finger leicht gespreizt, damit die langen haare zwischen den fingern locker liegen), fühle ich ganz, ganz viele kurze haare und bei mir brechen die haare definitiv nicht ab.
auch vorne, wenn ich am stirnrand leicht entlang fühle, spühre ich ganz viele härchchen.
natürlich fühlen sich die haare jetzt nicht total stoppelig an, sondern viel weicher, aber es ist was da, bzw. kommt wieder.
das ist einfach wie so eine igelfrisur unter den langen haaren.
(mein dermatologe hat mir auch nie bestätigt, dass GAR KEINE haare mehr nachkommen. nur noch nicht so viele, wie ausgefallen sind. aber das dauert ja so 1-2 monate, bis man diese neuen härchchen richtig sieht.)

ich habe ja schon das vierte jahr haarausfall und jedes jahr habe ich diese stoppeln gespürt. wenn der HA dann aufgehört hat und ein paar monate wachstum um waren und ich dann immer gefühlt habe, waren diese leichten stoppeln so gut wie weg. (ein paar waren natürlich schon noch da, weil ja doch beim kämmen etc. haare ausgerissen werden, aber nicht mehr so extrem.)

seit 4 moaten hast du den HA ? hat sich denn in der doch relativ kurzen zeit sehr viel von deinem haarstatus verändert?

ich persönlich finde schon. nur außenstehende leute sagen: "hä, wo hast du denn haarausfall?" aber würde ich mir mal wieder einen zopf machen, würde es den leuten vllt dann doch auch auffallen, weil der einfach viel dünner geworden ist, als er vor drei monaten war.

außerdem ist mein pony eben extrem dünn und ich meine teilweise bei oberlich ein wenig die kopfhaut durchschimmern zu sehen und das macht mich eben am meisten fertig... ich bilde mir auch ein, dass es bei den HA-schüben der letzten jahre nicht so krass im pony war.

das einzige, was mich momentan noch ein bisschen beruhigt ist, dass ich meine sorgen mit meiner besten freundin teilen kann. die hat auch diese HA-schübe wie ich und quält sich dieses jahr auch schon so lange herum wie ich. bei ihr ist nur das problem, dass ihre haare zwar ganz offensichtlich nachwachsen (sie hat z.b. gaaanz viele 1cm lange haare vorne am stirnrand), aber die wachsen nicht mehr richtig lang, sondern fallen so kurz auch wieder aus.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Mon, 07 Dec 2009 20:30:05 GMT

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

stimmt genau so ist es bei mir auch nur eben wenn die haare trocken sind. hmm aber wenn das echt neue haare sind warum werden meine haare denn nicht voller. ich spüre die schon seit einem jahr:(

ich hab immer angst das ich diffuse alopezie areata hab.....da brechen die haare kurz vor den kopfhaut ab und fühlen sich auhc an wie stoppeln. aus dem forum hab ich auch die info her das neue haare sich nicht wie stoppeln anfühlen.. die ärzte haben zwar immer gesagt das habe ich auf gar keine fall aber ich traue den allen nicht mehr ich wünsche wenigstens das vertrauen würde wieder kommen!

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Mon, 07 Dec 2009 20:37:22 GMT

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

hey gretchen,

ja ich dachte damals auch oh es wächst...dann war ich mal im areata forum und da hab ich gelesen das man neue haare nicht spürt. seit dem hatte ich nun angst das das abgebrochene

haare sind. diese komma haare wie sie bei der areat vorkommen. ich bekam voll panik das ich diffuse areat hab. nur deshalb bin ich schon bei soo vielen verschiedenen ärzten gewesen. sie sagten zwar alle ich hätte das aufgarkeinenfall (da waren sich ausnahmsweise mal alle einig) aber das vertrauen zu ärzten ist leider weg.... hab mal probiert das zu beobachten wenn ich mir in die haare greife und ich denke echt das das wie gesagt diese knickenden haare sind. wenn ich von ner anderen richtung eine bestimmt stelle anfasse dann spüre ich das nicht. denke weil das haar dann halt nicht kinckt beim anfassen. ist das bei dir/euch auch so?aber wissen tu ich es natürlich nicht. bei mir stehen auch überall kurze haare ab. aber ob die nun nachwachsen oder abbrechen? kann man das eigentlich irgendwie merken?

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [gretchen](#) on Mon, 07 Dec 2009 20:56:04 GMT

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

hallo,

ich weiß es leider nicht...denke auch, die sind eben kurz und fallen ggf aus...aber wenn sie länger werden würden, müssten die neues ja schon 24cm lang sein, denn ich ahb seit zwei jahren HA und meine haare wachsen normalerweise echt schnell. sehe es ja am nachwuchs vom färben. und die von vor zwei jahren sind bei mir glaube ich nicht nachgewachsen. und wenn, dann schon wieder ausgefallen denn der blöde zopf wird nunmal dünner und dünner

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [vanilles](#) on Tue, 08 Dec 2009 07:54:32 GMT

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

stimmt genau so ist es bei mir auch nur eben wenn die haare trocken sind. hmm aber wenn das echt neue haare sind warum werden meine haare denn nicht voller. ich spüre die schon seit einem jahr:(

naja, du hast ja scheinbar immer noch HA. mein dermatologe meinte, dass das wachstum der haare erst so richtig wieder anfängt, wenn der HA komplett aufgehört hat. deswegen war ja bei mir letztes jahr, nachdem der HA weg war, nach ein paar monaten erst deutlich weniger von diesen "stoppeln" zu spüre.

ich hab immer angst das ich diffuse alopezie areata hab.....da brechen die haare kurz vor den kopfhaut ab und fühlen sich auhc an wie stoppeln. aus dem forum hab ich auch die info her das neue haare sich nicht wie stoppeln anfühlen.. die ärzte haben zwar immer gesagt das habe ich auf gar keine fall aber ich traue den allen nicht mehr ich wünschte wenigstens das vertrauen würde wieder kommen!

ich glaube das einfach nicht, dass man neue härchen NICHT spüren kann. ich meine, fühle doch vorne wirklich ganz, ganz sanft über deinen stirnrand und da fühlst du AUCH die neuen härchen (wenn welche nachkommen). natürlich sind die nicht so stoppelig, wie die abrasierten haare an den beinen oder so, die wieder nachwachsen...

außerdem: wieso sollten die langen haare beim fühlen abknicken? höchstens nur, weil darunter irgendein widerstand ist - eben die neuen härchen...

und glaub' mir, das mit dem vertrauen zu den ärzten ist bei mir genauso... aber ich vertraue jetzt

diesem dermatologen, weil dieser mein problem ernst nimmt, aber nie gesagt hat, dass man das nicht mehr in den griff bekommt.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [vanilles](#) on Tue, 08 Dec 2009 08:02:42 GMT

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

hab mal probiert das zu beobachten wenn ich mir in die haare greife und ich denke echt das das wie gesagt diese knickenden haare sind. wenn ich von ner anderen richtung eine bestimmt stelle anfasse dann spüre ich das nicht. denke weil das haar dann halt nicht kinckt beim anfassen. ist das bei dir/euch auch so?

ich fühle dieses "stoppelige" immer, egal in welche richtung ich in die haare greife und ich habe def. nicht diese diffuse AA. fahr' doch mal mit kreisenden bewegungen über die kopfhaut!

aber wissen tu ich es natürlich nicht. bei mir stehen auch überall kurze haare ab. aber ob die nun nachwachsen oder abbrechen? kann man das eigentlich irgendwie merken?

ich glaube schon, dass man das sieht, welche abgebrochen sind und welche nachgewachsen sind: die nachgewachsenen laufen vorne ganz spitz zu, dort sind sie auch viel feiner, deswegen erscheinen diese härchen auch viel dünner und es baut sich nicht gleich wieder ein üppiges haarvolumen auf, weil sie einfach noch zu "schwach" sind.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Tue, 08 Dec 2009 13:25:24 GMT

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

oh je das is alles so verwirrend! woher weisst du das du diese diffuse areata nicht hast vanilles? hast du das mal checken lassen? ich frag nur weil ich selbst imer diese angst habe ja diese abstehenden haare sehen bei mir genau so aus wie du sie beschrieben hast.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [vanilles](#) on Tue, 08 Dec 2009 15:33:34 GMT

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

oh je das is alles so verwirrend! woher weisst du das du diese diffuse areata nicht hast vanilles? hast du das mal checken lassen? ich frag nur weil ich selbst imer diese angst habe.

naja, das würde doch heißen, dass mir meine haare nicht mehr wirklich nachwachsen würden, oder?

aber ich habe diese HA-schübe schon das vierte jahr und jedes mal hat es aufgehört und meine ursprüngliche haarfülle ist mir wieder nachgewachsen.

außerdem hat mir das mein dermatologe auch nicht diagnostiziert - ihm wäre das sicherlich aufgefallen (auch schon letztes jahr).

ich glaube weiterhin daran, dass diese "stoppln" neue haare sind, sonst drehe ich komplett durch. (schließlich müsste ich ja sonst aalglatte kopfhaut beim drüberfühlen spühren, so

viele haare, wie ich schon verloren habe, vor allem im pony, und das tue ich gott sei dank nicht, sondern da ist überall ein feiner "haarteppich"...) und wie gesagt: als mein HA die letzten jahre wieder weg war und meine haare wieder nachgewachsen sind, hatte ich deutlich weniger von diesen "stoppeln". wenn die haare "knicken" würden, hätten es aber deutlich mehr sein müssen, weil ich ja auch mehr haare hatte, oder nicht?

ja diese abstehenden haare sehen bei mir genau so aus wie du sie beschrieben hast.
dann sind es haare, die nachgewachsen sind. manchmal sieht man die auch nicht gleich, weil sie unter den anderen, langen haare sind, weil diese haare ja viel schwerer sind, als die neuen.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Medea](#) on Tue, 08 Dec 2009 18:42:20 GMT

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

Hallo Mädels,also ich verfolge diesen Beitrag mit dem Gefühl euch mal ein wenig Aufschwung zu geben.Lilli,hast Du Dir mal Deine Geheimratsecken richtig angeschaut?Da wachsen überall neue Haare!Machst Du Dir oft einen Zopf?Die Haare brechen und sehen dann so aus,obwohl ich finde,dass Du ziemlich kräftiges Haar hast.Ich kann Dir auch gar nicht helfen, aber das liegt daran ,dass ich es gar nicht kann.Warum glaubst Du nur,dass Du diffuse Areata hast?Du hättest schon lange keine Haare mehr.Ich habe seit April HA,dann wurde Hashimoto diagnostiziert.Seit Mai warte ich auf eine Besserung.Bin gut auf L-Thyroxin eingestellt,aber der HA verschlechtert sich zunehmend.Seit 31.10.nehme ich nun Regaine Frauen,da mein toller Arzt AGA festgestellt hat(Tricho Hinterkopf 23% Telogen,Vorderkopf 20%Telogen).Was für eine Diagnose!!!Ärzte stellen Theorien auf,denn es gibt ja Regaine und die Verzweifelten glauben alles.Mühe muss man sich ja nicht mehr geben.Hab eine gute Frauenärztin.Hat Blut abgenommen.Hoffe,ich komm weiter.Nachwachsendes Haar merkst Du wirklich nicht,weil es ganz zart ist.Mach Dich nicht irre!!

LG

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Tue, 08 Dec 2009 23:57:28 GMT

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

das sind keine neuen haare die dort wachsen. diese härchchen hatte ich schon immer. sogar noch viel mehr. ich kann mir einzelne an diesen stellen ohne schmerz ausziehen. wenn sie nach wachsen würden wären sie gut verankert und der haar kolben dieser haare würde anders aussehen. zopf mache ich auch erst seit ich den habe .davor nie!

und zu der areata.. ich war schon immer ein kleiner hyperhonder ...ich gehe komischerweise immer vom schlimmsten aus und mache mich dadurch selbst verrückt. weiss nicht woran das liegt. ich höre oder lese was im net und denke oh gott das muss es sein. alles was da steht passt zu meinem problem. ich glaube dann auch immer fest daran.bis ein engel in weiss kommt und mir glaubwürdig das gegeteil beweist. ist wohl ne psychische geschichte.

@ vanilles

achwo mach dich jetzt net verrückt! kann doch trotzdem sein das du die fühlst! ne freundin von mir sagt das auch.sie hat zwar keine HA aber is ja egal. selbst wenns nicht möglich sein sollte es wächst bestimmt was wenn du sagst das die haarfülle bei dir schon mal zurück kam! ausserdem hilft es dir nichts wenn du dir darüber jetzt nen kopf machst! anders rum gesehen. wenn man die nicht fühlt dann is da flaum(neues haar) den man eben noch nicht fühlt verstehste was ich meine ?

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Wed, 09 Dec 2009 00:05:02 GMT

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

@ medea

fällt dein haar denn diffus aus? falls ja glaube nicht zwingend diese diagnose. soll jetzt nicht heissen das es das nicht ist aber aga ist eigentlich nicht diffus. hab ich aus dem expertenrat und von vielen vielen anderen schon gehört.

was ist mit mängeln? eisen.zink usw.... hast du das testen lassen?

du hast hashi? viele die hashi haben leiden unter HA . schau mal unter www.ht-mb.de

haben hier schon einige darauf verwiesen. war auch mal letztens da. ist ganz hilfreich.

du kannst durch die unterfunktion auch mangel entwickelt haben.

hormonwerte sind auch wichtig. manche haben auch einen androgen überschuss neben der SD

.

kannst ja mal werte hier reinstellen wenn du welche hast.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [vanilles](#) on Wed, 09 Dec 2009 07:03:26 GMT

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

und zu der areata.. ich war schon immer ein kleiner hyperhonder ...ich gehe komischerweise immer vom schlimmsten aus und mache mich dadurch selbst verrückt. weiss nicht woran das liegt. ich höre oder lese was im net und denke oh gott das muss es sein. alles was da steht passt zu meinem problem. ich glaube dann auch immer fest daran.bis ein engel in weiss kommt und mir glaubwürdig das Gegenteil beweist. ist wohl ne psychische geschichte.

das könnte ich geschrieben haben. ich bin ganz genauso... aber bei mir hat das wirklich mit der psychie zu tun, mit meiner depression - es ist schrecklich. ich bin nur im moment "froh", dass mich mein HA so beschäftigt, dass ich andere wehwehchen etc. total übersehe...

achwo mach dich jetzt net verrückt! kann doch trotzdem sein das du die fühlst! ne freundin von mir sagt das auch.sie hat zwar keine HA aber is ja egal. selbst wenns nicht möglich sein sollte es wächst bestimmt was wenn du sagst das die haarfülle bei dir schon mal zurück kam! ausserdem hilft es dir nichts wenn du dir darüber jetzt nen kopf machst! anders rum gesehen. wenn man die nicht fühlt dann is da flaum(neues haar) den man eben noch nicht fühlt verstehste was ich meine ?

sie kam nicht schon mal zurück, sie kam jedes mal zurück! aber dieses jahr dauert mir das ganze wirklich zu lange. die letzten jahre hatte ich immer vor dezember und der weihnachtszeit komplett ruhe...

ach, ich weiß auch nicht mehr weiter... ich habe gestern wieder einen heulkampf bekommen, weil ich den HA einfach nicht mehr aushalte und ich angst vor der zukunft bekomme.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Wed, 09 Dec 2009 19:06:36 GMT

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

vielleicht hast du ja dazu diesen sessionellen HA . dann ist der abhängig von der jahreszeit mal stärker. kleiner tipp für die psyché: gerade jetzt wo es dir wieder so schlecht ging. bald is ja weihnachten...schnapp dir ein paar freunde und versuche nur für ein paar stunden an etwas anderes zu denken. ich weiss leicht gesagt und eigentlich hasse ich selbst solche tipps aber glühwein hat echt noch nie geschadet:)

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [vanilles](#) on Thu, 10 Dec 2009 07:03:13 GMT

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

vielleicht hast du ja dazu diesen sessionellen HA. dann ist der abhängig von der jahreszeit mal stärker.

mal stärker... 3-4 wochen vielleicht, aber nicht 3-4 monate.

kleiner tipp für die psyché: gerade jetzt wo es dir wieder so schlecht ging. bald is ja weihnachten...schnapp dir ein paar freunde und versuche nur für ein paar stunden an etwas anderes zu denken.

würde ich gerne, aber so richtige freunde habe ich nicht mehr... nur noch eine beste freundin und die ist sehr mit schule beschäftigt (wegen abi). alles doof.

ich habe jetzt schon aus verzweiflung so eine "stimmungsaufhellende" tablette genommen (mit konzentriertem johanniskraut), weil meine mutter die seit paar tagen auch nimmt und nur noch am lachen ist. vielleicht bringt die ja bei mir auch was.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Skdlfnmylms](#) on Thu, 10 Dec 2009 09:28:48 GMT

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

hey vanilles. zum abi ein kleiner tipp von mir: wenn man es erstmal hat fragt man sich irgendwie immer warum man sich so gestresst hat. jetzt - so mitten im studium- find ichs witzig wie ich damals drauf war. aber selbstverständlich nimmt dir das den stress nicht. ich will dir damit nur sagen. es wird besser. abi ist nur ein steinchen auf deinem weg. und das kriegste hin.

weißt du mit so stimmungsaufhellern muss man aber auch aufpassen. ich will das nicht grundsätzlich schlecht reden, aber wichtig ist sich nicht nur darauf zu verlassen. auch wenn man eines klar sagen muss: wer wirkliche depressionen hat den darf man nicht verurteilen dass er das aht und das er was nimmt dagegen. das ist eine krankheit, wie wenn jemand an nem herzleiden erkrankt ist und herztabletten nimmt. da schaut auch niemand doof. aber ich denke davon sprichst du gar nicht ne?!

jedenfalls keine angst vor deinem Abi ich bin mir sicher du packst das und wenn du erstmal studierst, dann lachst du drüber und auf die zeit kannst du dich jetzt zumindest schonmal freuen.

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [vanilles](#) on Thu, 10 Dec 2009 11:10:13 GMT

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

hey vanilles. zum abi ein kleiner tipp von mir: wenn man es erstmal hat fragt man sich irgendwie immer warum man sich so gestresst hat. jetzt - so mitten im studium- find ichs witzig wie ich damals drauf war. aber selbstverständlich nimmt dir das den stress nicht. ich will dir damit nur sagen. es wird besser. abi ist nur ein steinchen auf deinem weg. und das kriegste hin.
nee, ich schreibe doch kein abi, sondern meine freundin. ich habe doch schule abgebrochen, wegen meinem psychischen zustand...

weißt du mit so stimmungsaufhellern muss man aber auch aufpassen. ich will das nicht grundsätzlich schlecht reden, aber wichtig ist sich nicht nur darauf zu verlassen. auch wenn man eines klar sagen muss: wer wirkliche depressionen hat den darf man nicht verurteilen dass er das aht und das er was nimmt dagegen. das ist eine krankheit, wie wenn jemand an nem herzleiden erkrankt ist und herztabletten nimmt. da schaut auch niemand doof. aber ich denke davon sprichst du gar nicht ne?!

ehm, nee... ich bin seit über drei jahren schwer depressiv und MUSS eigentlich antidepressiva nehmen. aber ich habe angst davor, deswegen habe ich diese pflanzlichen dinger von meiner mum probiert, aber so wirklich schlägt das bei mir irgendwie nicht an...

naja, heute habe ich wieder meine therapie. mal gucken, wie's weitergeht. vorher muss ich noch haare waschen... *angst*

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Skdlfnmylms](#) on Thu, 10 Dec 2009 12:16:43 GMT

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

keine angst...die therapie soll helfen nicht angst machen. okay ich weiß war aufs waschen bezogen.

und jep sorry der eine satz war so drangequetscht dass ich das übersehen habe dass es deine beste freundin ist. also weißt du dann kannst du ihr einfach nen schönen gruß ausrichten: wird alles werden

hast du mal darüber nachgedacht was jetzt kommt? sei nicht böse falls du das schonmal erzählt hast ich weiß ja ned wo. also hast du was geplant beruflich, schulisch in der nahen zukunft?

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [vanilles](#) on Thu, 10 Dec 2009 13:31:08 GMT

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

ich mache wahrscheinlich im september 2010 eine ausbildung zur medienkauffrau für digital und print. habe dazu im januar auch ein praktikum in einer zeitung und ich bemühe mich im moment auch um einen 400 €-job (obwohl mir das mit meinem haarzustand zur zeit echt schwer fällt).

eigentlich wollte ich schon immer was mit journalismus machen und deswegen hoffe ich, dass ich nach der ausbildung dann noch studieren kann, um eben in den journalisten-bereich zu kommen.

ich habe ja eigentlich noch so viel vor... aber mit dem HA, belastet mich einfach die vorstellung vor der zukunft.

gestern war eine frau im fernsehen, die ganz offensichtlich eine perücke trug und meine mutter so: "OMG, schau' mal, die trägt 'ne perücke!" und ich so: "ja toll, mum! vllt brauche ich auch bald eine?" da hat sie mich ganz entgeistert angeguckt. ich habe so eigentlich keine probleme mit perücken, aber ich habe eben vor solchen reaktionen angst - das es den anderen ganz offensichtlich auffällt.

ich meine, diese sylvie van der vaart trägt ja wegen ihrer chemo jetzt auch im moment noch eine perücke und man sieht das gar nicht, dass das eine ist, wenn man es nicht weiß. aber so ein modell ist sicher schweineteuer und sie hat ja auch stylisten...

als "0815-mensch" ist das ganze einfach total schwierig...

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [lilli86](#) on Fri, 11 Dec 2009 22:11:35 GMT

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

echt die van der vart trägt ne perücke??? oh man hab ich nicht gemerkt! und das als gelernte friseurin. hab auch noch viel mit zweithaar gearbeitet früher aber zeigt ja auch wie gut sowas aussehen kann ! krass.

ich hab dir eine pm geschickt!

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [Latisha](#) on Sun, 13 Dec 2009 17:50:14 GMT

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

Das finde ich, macht doch auch wirklich mal mut.

also bei ihr schaut die perücke ja super echt aus, richtig gut.

schau auch immer ganz genau hin, wenn sie im tv kommt, weil ichs echt unglaublich finde.

ich hab mir jetzt mal wieder mein DermMatch und meine microhairs rausgesucht. hatte ich vor ewiger zeit mal bestellt und dachte mir, jetzt können sie mal wieder vorne in den schrank hin. schon allein für die psyche ist es gut.

hab auch wieder ein paar seiten zwecks haarteilen gefunden, wos auch schon welche (zum bsp. son anclipsperdeschwanz für 20-25€ gibt. klar, ist kein echthaar, aber vll bestell ich mir so eins. trägt man ja e nicht jeden tag und wenns nach 2-3 monaten blöd aussieht, für den preis kann man sich ja dann auch wieder eins kaufen...

liebe grüße

Subject: Re: hoffnungslos

Posted by [kala](#). on Mon, 14 Dec 2009 12:15:20 GMT

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

Hallo Vanilles!

Du solltest dringend über ein Antidepressivum nachdenken. Johanniskraut kann in hohen Konzentrationen (1000-1200mg am Tag) nach 14 Tagen erste Ergebnisse bringen und wirkt dabei allerdings nur wie ein leichtes Antidepressivum. Ich habe von meiner relativ geringt dosierten AD damals umgestellt, weil ich es nicht so opzimal vertragen habe und es hat mir sehr geholfen. Die Frage ist nur, ob es dir auch hilft, wenn du seit 3 Jahren schwer depressiv bist. Dann solltest du wirklich eher darüber nachdenken, dich medikamentös einstellen zu lassen. Das ist eine gute Ergänzung zur Therapie und kann dir wirklich helfen. Wovor hast du genau Angst? Ich weiss, so Packungsbeilagen sind immer lang und lesen sich echt blöd, aber ich habe recht gute Erfahrungen gemacht. In den ersten paar Tagen war mir übel, weil ich es nicht gut vertragen habe, aber das ist es mir in akuten "Schüben" der Depression sowieso immer. Ansonsten hatte ich wenig NWs und es hat mir die Möglichkeit gegeben ein paar Dinge besser anzugehen. Wenn die Depressionen so schlimm sind, dass du deswegen die Schule abgebrochen hast, dann musst du was machen! Lass nicht zu dass dir jetzt Chancen durchgehen, die du später nicht nachholen kannst!

Liebe Grüsse!
