
Subject: Mal was Positives!

Posted by [Christiane38](#) on Sun, 07 Mar 2010 21:12:01 GMT

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

Hallo Ihr,

ich war länger nicht mehr hier. Aus gutem Grund.

Naturgemäß treiben sich hier natürlich vor allem die Frauen rum, die unter HA leiden (und leiden meine ich im wahrsten Sinne des Wortes), nicht die, denen es gut/besser geht.

Ich dachte mir also, ich stelle hier mal was Positives rein...

Meine Haarausfallgeschichte ist sehr alt und langwierig. Erste Schübe während der Pubertät, dann noch mal mit 23 rum. Hat sich immer wieder gelegt, dann mit Ende 20 ging es wieder los. Und hörte nicht wieder auf - 10 Jahre lang.

Bin von Pontius zu Pilatus damit - wie so viele hier.

Völlige Verzweiflung. Dann ging es mal wieder vier Wochen, dann wieder Verzweiflung beim Blick in den Spiegel, bei den Haaren ÜBERALL (Pullover, Handtuch, Kopfkissen, im Essen, auf dem Sofa - egal wo: HAARE). Dieses Gefühl der totalen Ohnmacht einem quälenden Phänomen gegenüber.

Immer Angst vor Sonnenlicht und künstlichem Licht von oben, vor Fahrstühlen und Umkleidekabinen (grauenhaftes Licht von oben), immer sofort schon beim Reinkommen den dunkelsten Platz im Restaurant gespottet (ohne dieses *****-Halogenscheinwerfer von oben) und da hingesezt. Konnte es nicht ertragen, wenn ich saß und jemand hinter/neben mir stand, so dass er mir auf den Kopf gucken konnte.

Die ganze Nummer von A-Z, da erzähle ich hier wohl kaum etwas Neues.

Ganz schlimm waren für mich auch die ständigen Kopfhautschmerzen, die mich jahrelang manchmal 24 Stunden am Tag geplagt haben. Ich dachte, ich werde verrückt.

Wie gesagt: Ich bin von Pontius zu Pilatus gelaufen. Immer Blutwerte alle okay bzw. 'in der Norm' (mein Hass-Ausdruck!).

Schilddrüse immer mal grenzwertig, Cortisol immer mal grenzwertig, dies mal grenzwertig, das mal grenzwertig. Aber nie behandlungsbedürftig - "nehmen Sie mal Regaine. Achso .. haben Sie Stress? Kann auch davon kommen, ansonsten ist es erblich bedingt..."

Das dürfte hier so gut wie jeder bekannt vorkommen...

Vor zwei Jahren habe ich in zeitlich großer Nähe gleich vier Sachen geändert, von daher kann ich bis heute nicht 100%ig sagen, woran es nun lag:

Erstens bin ich noch mal zu einem anderen Arzt, der mir (endlich?) mal Schilddrüsenhormone aufgeschrieben hat gegen meine 'grenzwertige' Unterfunktion.

Zweitens habe ich was gegen meinen damals wahrhaft unterirdischen Ferritin-Wert getan (der Eisenspiegel war bei der gleichen Blutabnahme übrigens sogar erhöht! Soviel zur Aussagekraft des Eisenwertes... lasst Euren Ferritinwert überprüfen!!!).

Drittens habe ich das Shampoo gewechselt zu Vivagen. Das erste Shampoo, das ich dauerhaft (seit nunmehr 2 Jahren) vertrage. Von allen anderen bekam ich irgendwann Schuppen, juckende Kopfhaut oder fettige Haare.

Viertens habe ich noch mal einen Blick auf die psychische Seite des HA's geworfen. Ich weiß nicht, ob sich hier jemand mit Familienaufstellungen auskennt, aber ich habe sowas mitgemacht und mal meinen Haarausfall 'zu Wort kommen lassen'.

Wie gesagt - das waren alles Sachen innerhalb von drei Monaten. Von daher kann ich bis jetzt nicht genau sagen, was den Ausschlag gegeben hat oder ob es alles zusammen war.

Jedenfalls hörte mein Haarausfall auf - bis auf minimale Ausrutscher, aber die waren absolut zu verkraften.

Nach einem Jahr war es nach wie vor unverändert: Haarausfall inzwischen ernsthaft gestoppt, allerdings: Die Haare wurden trotzdem nicht dichter. Immer noch und immer wieder Verzweiflung beim Blick in den Spiegel.

Nun nach zwei Jahren der Stand: Der Haarausfall ist nach wie vor WEG (nach 10 Jahren echt furchtbarer Zeiten!).

Ich habe seit mindestens 12 Monaten weder vermehrt Haare verloren (es sind jetzt dauerhaft - wie bei 'Normalen' nur MAL einzelne Haare in der Bürste oder zwischen den Fingern). Noch habe ich jemals wieder unter diesen grauenhaften Kopfhautschmerzen gelitten!

UND: Meine Haare sind nun - nach zwei Jahren - wieder dichter! Und zwar ganz ohne jeglichen Zweifel! Das haben mir auch schon andere Leute gesagt (die mich seit langem kennen und auch mein Haar-Drama kennen).

Ich benutze nach wie vor dieses 'Streuhaar', um den Scheitel dichter aussehen zu lassen.

Aber ich sag Euch was: An manchen Tagen (wenn die Haare besonders gut liegen), weiß ich gar nicht genau, wo ich es 'hinstreuen' soll. Weil die Haare schon so dicht genug aussehen und ich absolut auch ohne auf die Straße gehen kann. Sogar unter Neon-Licht sitze ich wieder ohne Schweißausbrüche!!!

So, das wollte ich hier mal schreiben. Weil ich selber so lange verzweifelt war und hier sehr viel Zuspruch und vor allem: Verständnis für meine innerliche Tortur!!! bekommen habe.

Vielleicht macht das der einen oder anderen Mut. Ich weiß nämlich noch GANZ genau, wie abgrundtief man verzweifelt über diesem Thema, und was man alles unternimmt. Was einem für ein grandioser ***** erzählt wird von Ärzten. Wie wenig man da ernstgenommen wird manchmal.

Also: Ja, man kann es stoppen.

Und ja: Die Haare können wieder dichter werden!!!

Liebe Grüße an Euch
Christiane

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [LittleTweety](#) on Mon, 08 Mar 2010 07:38:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Christiane,

schön dass du berichtest.

Hihi, deine Geschichte könnte meine sein. Fast zumindest.

Mein Ferritin war nach der Schwangerschaft schon fast nicht mehr vorhanden. Ausserdem habe ich letztes Jahr endlich einen Arzt gefunden, der meine grenzwertigen Schilddrüsenwerte behandelt. Mittlerweile habe ich aber dennoch von zwei weiteren "Spezialisten" gesagt bekommen, dass ich einfach nur plemplem bin und meine SD nicht behandlungsbedürftig sei.

Ich hab im Oktober mit dem LT angefangen. Bis Dezember war es ein Auf und Ab. Mal hin und wieder einen Haarausfall-Flash. Nun hoffe ich, dass der Haarausfall weiterhin gestoppt bleibt. Und ich meine (toi, toi, toi), dass die Haare wieder dichter geworden sind. Ausserdem seh ich aus wie ein zerplatztes Sofakissen, so viele Locken kringeln sich wieder. Und dabei trage ich seit zwei Jahren meine Haare kurz. Seh aus wie ein Schaf....

Meine Mutter hatte ihr Haarproblem nach meiner Geburt bekommen und hat eine Odyssee von Ärzten hinter sich. Keiner fand was. Alles erblich.... Ihr ging während der Schwangerschaft und auch danach genauso bescheiden wie mir. Es war genau das gleiche Bild.

Nun bekam sie durch mich und einen gescheiterten Arzt endlich die Diagnose Hashimoto. Ich hoffe nicht zu spät, denn sie hat kaum noch Haare.

Es soll ja Fälle geben, in denen auch nach jahrelangem Haarverlust nach erfolgreicher SD-Einstellung wieder Haare wuchsen.

Und ich hoffe, dass es bei mir wieder bergauf geht.

Mein Herzrasen ist zumindest schon mal fast weg. Und Migräne (die ich seit dem 16 LJ hatte und vorher schon als Kind Kopfschmerzen) habe ich auch seltener.

In diesem Sinne,

bleibt am Ball und versucht die Ursache herauszufinden. Ich bin immer noch der Meinung, dass es in jungen Jahren keinen erblich bedingten Haarausfall gibt.

Gruß

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [Christiane38](#) on Mon, 08 Mar 2010 09:45:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Tweety,

interessant!!!! Immer, immer, immer wieder das Thema Schilddrüse!

Das Hashimoto-Forum - und die dort beschriebenen mannigfachen Symptome (neben dem HA), die ich auch seit Jaaaaaaaaaaaaahren kannte und von denen immer alle Ärzte behauptet haben, dass sie nichts mit der SD zu tun haben "können" - hat mich auch veranlasst, noch mal auf die SD zu drängen und mir einen Arzt zu suchen, der sich das noch mal anguckt und mir Hormone aufschreibt.

Wohlgemerkt nach 10 Jahren, zig Ärzten, Endokrinologen, Hausärzten und Internisten! Die alle durch die Bank meinten, meine SD wäre zwar zwar zu groß, aber von den Werten her i.O. (oder eben mal grenzwertig).

Da drängte sich bei mir auch die Frage auf: Wenn meine SD sogar schon sichtbar nach außen zu groß ist, wie kann sie dann in Ordnung sein? SD wachsen ja nicht einfach so, oder ist das von daer Natur so vorgesehen?

In dem Forum, auch nach dem was mir mehrere Ärzte gesagt haben und was man so langsam auch vermehrt in der Presse liest - sind SD-Störungen schwerstens auf dem Vormarsch. Habe irgendwo gelesen, dass man davon ausgeht, dass 50% der deutschen Bevölkerung an einer SD-Störung leiden - viele davon unerkannt und dementsprechend unbehandelt.

Diese Zwangsjodierung in Deutschland kann jawohl auch gar nicht sein und ist für Hashis zudem absolut kontraproduktiv.

Wenn ich höre 'Deutschland ist Jodmangelgebiet, das muss geändert werden', dann kann ich nur mit dem Kopf schütteln. So blöd ist die Evolution und der menschliche Körper nicht, die haben das seit unserer Entstehung verdammt gut ohne Zwangsjodierung hinbekommen! Im Umkehrschluss hieße das nämlich doch: Wir hatten hier in Deutschland seit Jahrtausenden und Jahrtausenden Jodmangel und nun im 21. Jahrhundert wird der auf einmal entdeckt und ganz dringend behandelt??? Was ist DAS denn für ein Blödsinn?

Ich habe eine ganz andere Theorie zu dem Fakt, dass man egal wo man hinsieht auf einmal nur noch Schilddrüse sieht, liest und hört: Man rechne mal 24 Jahre zurück. Ich war bei Tschernobyl mitten in der Pubertät. Damals hieß es, man solle mindestens (!) 30 Jahre lang keine Pilze aus dem Wald essen, über Jahre vorsichtig sein mit Salat etc. pp.

Ganz im Ernst: Hat sich da nach 3 Jahren noch IRGENDWER dran gehalten? Geschweige denn, dass sich HEUTE noch jemand dran hält (wir haben nicht mal die fünfundzwanzig Jahre voll.).

Für mich liegt auf der Hand, dass sehr viele Menschen auch im 'fernen Deutschland' damals einen 'wegbekommen' haben. Und dass das die Folgen sind. Das perfide ist ja, dass man's nicht riecht, schmeckt und sieht. Aber abbekommen haben wir alle was davon und tun's zum Teil auch heute noch (siehe: Lecker selbstgesammelte Pilze).

Es liegt vielleicht nicht bei allen an der SD, dass sie unter HA leiden. Aber bei sehr vielen mit Sicherheit.

Denn auch da: Das Problem Haarausfall ist doch schon seit Jahren massiv auf dem Vormarsch.

Das kann man immer sehr schön an simplen Dingen ablesen: Es gibt kaum eine (z.B. Frauen-)Zeitschrift, in der nicht großflächige Anzeigen für Pantovigar, Regaine oder sonstige Mittelchen gegen Haarausfall bei Frauen geschaltet sind. Wenn es nur einen winzigen Teil der Bevölkerung betreffen würde, würden sich diese Anzeigen nicht lohnen. Das heißt auch wieder 1+1 zusammengerechnet, dass sehr viele Frauen mit dem Problem zu tun haben. Und auch hier: So blöd ist die Natur nicht. Normal kann das nicht sein und ist es nicht, dass Frauen die Haare verlieren.

Man sehe sich alte Bilder an von vor 100 Jahren - wieviele Frauen darauf haben dünnes Haar???

Man gehe heute einmal durch die Stadt: Wieviele Frauen sieht man DA mit (für mich, weil ich den Blick dafür habe) Haarproblemen...

LG
Christiane

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [nilufar](#) on Mon, 08 Mar 2010 12:39:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Christiane,

schön mal was positives zu lesen. Freut mich sehr.
Mich interessiert wie du's psychisch "geregelt" hast? Wie hast du dich verhalten??

Lg

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [Binne](#) on Mon, 08 Mar 2010 13:09:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Christiane,

deine Geschichte könnte auch meine sein ,
bis auf das ich zu den SD Hormonen und dem Eisen noch zusätzlich meine Pille abgesetzt habe...

Nach 17 jährigem HA (wie bei dir, immer wieder Schübe) hatte ich letzten Oktober endlich dann mal Ruhe(ich dachte, eins der drei oben genannten Sachen greift endlich!), leider hat mich der HA nun wieder, diesmal tippe ich auf den HA, der nach Pille absetzenoft eintritt und ich hoffe, dass wenn der dann mal weg ist, er NIE WIEDER kommt

Mich interessiert auch, wie du deinen HA psychisch entgegen getreten bist????!!!!

Klar, man sagt ja immer, man soll sich nicht so verrückt machen, aber haha, das ist echt schwer in einem HA Schub.

Oder aber man soll ihn akzeptieren und ihn nicht mehr so wichtig nehmen, manchmal klappt das bei mir auch ganz gut, denn es GIBT wirklich wichtigere Dinge und wenn man sich sein Leben nur wegem dem blöden HA versaut, verpasst man es am Ende noch

Erzähl man, wie du damit umgegangen bist!

Und wegen deiner SD: wenn deine SD zu groß ist, hast du doch eher eine ÜF als eine UF, oder??? UF ist doch wenn man eine zu kleine SD hat, oder irre mich da?

Ich nehme auch seit Jahren SD Hormone, aber nahm immer viel zu wenig und achtete nie auf meine freien Werte. Nun stelle ich gerade um, aber es gibt wie bei dir Spezialisten, die meinen, ich hätte ja gar keine UF... momentan bin ich so drauf, dass ich sage, ich nehme sie trotzdem weiter, da ich Angst habe was passieren könnte, wenn ich sie absetze und sie dann dochj gebraucht hätte... (HA, Zunehmen, etc)

Liebe Grüße und danke dir für deine "Erfolgsstory"

Subject: Aw: Mal was Positives!

Posted by [LittleTweety](#) on Mon, 08 Mar 2010 14:17:54 GMT

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

Hallo Christiane,

ja an Tschernobyl dachte ich auch schon. War damals allerdings noch sehr, sehr klein, genau vier Jahre alt....

Aber man kanns ja nicht beweisen.

Ich dachte erst, wer weiß, warum die die zwangsjodierung eingeführt haben.... aber das war ja schon vor Tschernobyl.

Jedenfalls fingen bei mir mit 9 Jahren diese perversen Kopfschmerzen an, die niemand in meiner Familie hatte... man macht sich ja so seine Gedanken.

Und ich stimme mit dir überein, dass es früher wesentlich weniger Frauen mit HA gab. Ich gebe aber auch einen Teil der Schuld der Pille, die das ganze Hormonsystem ja aus dem Gleichgewicht bringt. Sie gaukelt dem Körper ja praktisch eine Schwangerschaft vor. Und das Jahrelang. Das kann nicht gut sein...

Ich denke der psychische Aspekt liegt auch klar in diesem SD-Hormon-Dilemma. Jetzt, wo ich mit dem LT angefangen habe, bin ich lang nicht mehr so depressiv wie vor der Einnahme. Aber ich gerate noch leicht in Panik, wenn ich ein paar Haare von mir in der Hand habe....

@Binne,

es gibt auch eine vergrößerte (hypertrophe?) Form von Hashimoto.
Im Grunde gilt: Bei Hashi ist alles möglich.

LG

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [Ataba](#) on Mon, 08 Mar 2010 16:04:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

an erster Stelle mal VIELEN DANK, dass Du Deinen Bericht hier reingestellt hast.

Wie Du schon selber schreibst: Normal schreibt man hier nur, wenn man leidet.

Ich find es ganz toll und freu mich total für Dich. Jeder kann Deinen Kampf nachvollziehen und freut sich bestimmt ohne jeglichen Neid mit Dir.

Und auch freu ich mich nicht nur für Dich sondern auch für UNS. Wieder mal ein Beispiel, dass es evtl. doch noch Wege gibt.

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [Ataba](#) on Mon, 08 Mar 2010 16:06:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

LittleTweety schrieb am Mon, 08 March 2010 15:17. Aber ich gerate noch leicht in Panik, wenn ich ein paar Haare von mir in der Hand habe....

ich glaube, DAHINGEHEND werden wir nie wieder "normal" werden. Selbst wenn sich der HA legen sollte, so werden wir jedes ausgefallene Haar anders bewerten als andere.

Ist es denn bei Dir auch besser geworden???

LG

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [LittleTweety](#) on Mon, 08 Mar 2010 16:26:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ataba,

ich hatte ja schon geschrieben, dass es wesentlich besser geworden ist. Die letzten zwei Monate kaum noch Haare in der Bürste. Aber ich will es auch nicht beschreiben.

Ich hatte im Oktober schon den Eindruck, dass der Haarausfall mit der Einnahme der ersten Thyroxin schlagartig besser geworden ist.

Ich nehme an NEM's jetzt noch Eisentabletten, Zink, B-Vitamine, Nachtkerzenöl und Bierhefetabletten.

Gruß

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [Christiane38](#) on Mon, 08 Mar 2010 17:09:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ihr,

(und danke ataba, freut mich sehr, wenn es hier jemandem Mut macht - ich weiß, wie dringend man den braucht manchmal).

Wie gesagt: Ich kenne nur zu gut das katastrophale Gefühl der Hilflosigkeit und Verzweiflung und dass man an nichts anderes mehr denkt.

Wie denn auch, wenn man ständig und überall dran erinnert wird durch Haare, Haare, Haare...und bei mir auch noch diese ständigen Kopfschmerzen, bei jedem Blick in den Spiegel, bei jedem Haarewaschen, immer die begleitende panische Suche nach 'ungünstigen Lichtquellen' etc.

Aus dem Haus muss man ja schließlich, und wenn die Sonne scheint, vergeht einem ja schon alles und man stellt sich in den Schatten, während sich alle anderen über das Licht freuen.

Ich hatte irgendwann keine Lust mehr, überhaupt noch rauszugehen, weil ich mich so unattraktiv gefühlt habe und das Gefühl hatte, mir glotzt jeder gleich auf den Scheitel. Vom Gefühl des Verlustes der Weiblichkeit ganz zu schweigen.

Diese Sprüche von wegen 'entspann Dich einfach' 'denk nicht ständig dran', 'ach, das wird schon wieder von selber gehen' und - mein Favorit - 'wenn Du Dir damit Stress machst, wird es nur noch schlimmer, denn Stress ist nicht gut für die Haare' können nur von Menschen kommen, die das Problem und die damit einhergehende unvorstellbar eingeschränkte

Lebensqualität nicht kennen und nie kennengelernt haben.

Nicht umsonst war und ist in vielen Ländern das Kahlscheren des Kopfes eine äußerst empfindliche Strafe, die mit einem enormen Gefühl der Demütigung und des Verlustes von Kraft, Attraktivität und der IDENTITÄT verbunden ist.

Zu den Fragen der Psyche: Es ging nicht darum, mit dem HA psychisch umgehen zu lernen (nebenbei gesagt und wenn Ihr mich fragt: 'Damit entspannt umgehen lernen' hört sich echt total supertoll und grandios souverän an. Aber ich persönlich: hätte und könnte es NIE lernen!). Da ging es eher darum, wo er herkommt vom 'Kopf' her. Ich habe immer gedacht: Das ist ja etwas, was mein Körper da macht. Was ist das, was soll das? Wie kann das aufhören? Ich habe dazu eine Aufstellung gemacht (müsst Ihr mal googeln im Internet 'Familienaufstellungen' oder 'Systemaufstellung'). Dabei kann man nicht nur 'echte Menschen' aufstellen, sondern eben auch abstrakte Dinge - wie z.B. Haarausfall. Den habe ich mal 'zu Wort kommen lassen' und geguckt, was er will und wo er herkommt. War äußerst interessant (und hing dann eben doch eng mit der Familie zusammen).

Bevor sich jetzt aber jede hektisch zu einer Aufstellung anmeldet (ich weiß ja nun weiß Gott, dass man JEDEN Strohalm ergreift, von dem man hört oder liest): Ich weiß nicht, ob gerade das die Änderung herbeigeführt hat!! Das passierte wie gesagt alles in einem engen zeitlichen Rahmen (SD-Hormone, Eisen, Psyche, neues Shampoo). Und falls sich jemand zu so etwas entschließt: Bei diesen Familienaufstellungen sollte man UNBEDINGT darauf achten, dass das jemand macht, der sich damit auskennt und wo man sehr gut behütet ist (ich kannte die Frau schon sehr lange, weil ich schon jahrelang 'therapeutisch' etwas gemacht und mich mit meiner Psyche auseinandergesetzt habe).

Da können nämlich Sachen hochkommen, die erstmal sehr schwer zu schlucken sind. Das nur so als Nebenwarnung, weil ich hier wirklich ungerne Sachen empfehle, denen zig Frauen in ihrer Verzweiflung folgen und die ihnen dann nicht gut tun!!!

Ein stärkeres Augenmerk wie gesagt noch mal auf den Punkt Schilddrüse, da mir diese inzwischen überall und ständig begegnet. Wenn mir jemand sagt oder ich lese, dass jemand eine 'grenzwertigen' Wert bei der SD hat, dann überrascht mich null, wenn und dass garantiert einen Satz später von Haarausfall zu lesen ist (der natürlich nach Aussage der Ärzte in KEINERLEI Zusammenhang steht!).

Und ja, Tweety - bei mir sind auch diverse Symptome und Symptömchen nahezu 'magisch' verschwunden nach Einnahme von Thyroxin (auch wenn diese über 10 Jahre hinweg selbstredend NICHTS mit der SD zu tun hatten und haben konnten - denn die Werte waren ja vorher alle 'in der Norm'), wie z.B. Müdigkeit, Konzentrationsschwächen, Abgeschlagenheit, depressive Phasen, Wortfindungsschwierigkeiten, das Gefühl 'nicht in der Realität' zu sein und mich wie von außen in einem Film zu beobachten, Druck hinter einem Auge, Schwindelgefühle, nächtliches Hochschrecken, nächtliches (Durch)Schwitzen, schlechteres Hören etc. pp. Die Liste ist so dermaßen lang...

Ich hatte vor 10 Jahren eine grenzwertige ÜF, irgendwann eine grenzwertige UF (alles 'nicht behandlungsbedürftig' - aber alleine der drastische Schwenk vom einen zum anderen Ende der Skala hätte ja vielleicht einen Arzt mal aufhorchen lassen können? In der Zeit wurde der Hals sichtbar von außen immer dicker).

Dass dieser Anstieg von SD-Problemen was mit Tschernobyl zu tun hat, davon bin ich wie gesagt völlig überzeugt.

Ebenso wie auch die sonstigen stetig wachsende Zahl der Frauen mit sonstigen Hormonstörungen garantiert auch etwas mit der Pille und der allgemeinen Hormon- und Umweltbelastung zu tun hat.

Ums mal so zu sagen: Ich denke, 95% unserer Gesundheitsprobleme heutzutage sind haus- bzw. wohl eher 'industrie'-gemacht: Atomindustrie, Pharmaindustrie, Nahrungsmittelindustrie, Plastikindustrie (wie viel Zeug wir essen/trinken, das in hormonähnlich wirkenden Plastikverpackungen steckt - da darf man auch nicht näher hinsehen, sonst packt einen die kalte Wut). Auf einen Punkt gebracht: Kommerz. Auf ganzer Linie.

Um mal was Positives zu sagen: Ich denke, dieser Gedanke wird sich irgendwann immer mehr durchsetzen. Irgendwann wird es sich nicht mehr ignorieren lassen, dass immer mehr Menschen Probleme mit der Schilddrüse, immer mehr Frauen Probleme mit den Hormonen haben. Und wo das wohl herkommt? *pfeif*

Jedenfalls würde ich jeder dringend empfehlen, noch mal einen konzentrierten Blick auf die SD zu werfen (und sich nicht mit 'in der Norm' - Aussagen abspesen zu lassen) und beim Arzt nicht den standardmäßigen Eisenwert, sondern auch den Ferritinwert bestimmen zu lassen (die beiden lagen bei mir wie gesagt in krassem Gegensatz zueinander. Normalerweise wird aber eben nur der Eisenwert abgenommen. Nur dem nach zu urteilen hätte mir jeder Arzt geschworen, dass ich mit Eisen MEHR als gut versorgt bin!).

Ich würde mir heute auch IMMER vom Arzt alle meine Werte geben und mal von Leuten drüber gucken lassen, die sich traurigerweise besser damit auskennen, als so mancher Hausarzt, der nur auf die 'Normwerte' guckt und ob sie passen oder nicht. Es gibt da gute Foren zu - hier kennen sich ja auch einige inzwischen extrem gut aus mit den Werten. Bei der SD würde ich ins Hashi-Forum gehen, auch dort erkennen viele, ob die Werte erfahrungsgemäß Probleme machen könnten, selbst wenn von der 'Norm' her erstmal alles i.O. ist.

LG
Christiane

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [LittleTweety](#) on Mon, 08 Mar 2010 18:16:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Christiane,

du sprichst mir aus der Seele.

Übrigens, wir haben noch eine Gemeinsamkeit:

Ich habe vor zwei Jahren auch eine Familienaufstellung mitgemacht. War ganz interessant. Hab da auch meine "Haare" aufgestellt. Ist aber nichts für Leute, die sich nur an wissenschaftlich erwiesenen Dingen festhalten. Ich fands jedenfalls gut.

Schön, dass du dich gemeldet hast, das muss ich hier noch mal sagen. Das macht Mut und auch ich denke immer mehr, dass es jetzt sicher immer besser werden wird.

LG

Subject: Familienaufstellungen/stellungen, Systemstellungen

Posted by [Ataba](#) on Tue, 09 Mar 2010 13:48:38 GMT

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

hast Du Dir da evtl. ein Buch gekauft welches Du empfehlen könntest?

Subject: Aw: Familienaufstellungen/stellungen, Systemstellungen

Posted by [Christiane38](#) on Tue, 09 Mar 2010 14:44:59 GMT

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

Hallo tweety,

ja - ist nicht für jede(n) was, denke ich auch.

@ataba Nein, da habe ich mir kein Buch zu gekauft. Eigentlich findet man im Internet genügend Informationen, dann muss man nur noch einen guten Therapeuten finden (das ist das wirklich Schwierige an der Sache, wie ich meine).

Liebe Grüße
Christiane

Subject: Aw: Mal was Positives!

Posted by [Minu](#) on Tue, 09 Mar 2010 19:27:59 GMT

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

Hallo Christiane,

vielen lieben Dank für Deinen tollen Bericht, der wieder etwas Hoffnung gibt! Die können wir alle hier ganz gut gebrauchen!

Schön, dass Du nach DER langen Zeit endlich Erfolg hattest, und Du Dich dann hier noch meldest.

Vor allen Dingen das Problem mit den Kopfschmerzen kenne ich nur zu gut...

Dein Bericht gibt mir zumindest wieder etwas Kraft, nochmal alle nötigen Wege zu gehen, um ein Ursache zu finden!

Liebe Grüße

Minu

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [Binne](#) on Sun, 08 Dec 2013 21:17:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe eben diesen alten Beitrag gefunden und dachte mir, ich hole ihn einfach mal wieder hoch..
als Lichtblick und Hoffnungsschimmer für alle Gefrustete..

LG!

Subject: Aw: Mal was Positives!
Posted by [inschwarz3](#) on Wed, 11 Dec 2013 08:56:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Christiane,

jaa das ist wirklich schön etwas Positives zu lesen. Das freut mich sehr, besonders jetzt wenn ich verzweifelt bin.

Die erste eigene Internetseite.
