
Subject: Neu hier und frisch vom Arzt

Posted by [LanaDo](#) on Thu, 03 Mar 2011 12:16:03 GMT

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

Liebe Leidensgenossinnen,

ich bin neu hier und wende mich gleich an euch.

ich komme gerade vom Arzt, vielleicht zuerst meine Geschichte.

Mit vollem Haar war ich nie gesegnet, aber ich hatte immer feines vieles Haar. Vor zwei Jahren fing mein Haarausfall an (ich bin jetzt gerade 32 geworden), ich spreche hier von definitiv kahlen stellen fast am gesamten Oberkopf die sich schon lange nicht mehr verbergen lassen (unten wachsen sie normal). Ich war damals noch blond, habe als Model gearbeitet, war ständig auf diät. (hatte da auch schon wenig haare, dachte das käme von den diäten, dem blondieren etc.) Nach einer Curretage im Frühling 2009 ging es mir psychisch sehr schlecht, ich habe mit dem Modelln aufgehört, 10kg zugenommen (mich gesund und reichlich ernährt) und mir meine blond gefärbten Haare dunkel (naturhaarfarbe) getönt.

Man sollte meinen das würde meinen haaren alles guttun...

Leider war das Gegenteil der Fall, mein haarausfall hat sich innerhalb von wenigen monaten so stark verschlimmert, dass ich meine kahlen stellen nicht mehr verbergen konnte.

Ich habe mir ein Haarteil gekauft an einem haarreifen dran und habe meine haare darunter 9 monate komplett in ruhe gelassen, kein färben, föhnen, glätten, keine chemie nur noch naturshampoo (lavaerde), in der Hoffnung so wird alles besser. Hab eine halb jahres kur gemacht mit Vital F ein Aufbau ERnährungspräperat für Frauen. Ohne ergebnis...

Ich war beim Hautarzt, Blutbild, kein Ergebnis. Hautärztin meinte, geben sie dem Zeit das wird wieder besser.

Halbes Jahr später, wieder ein neuer Hautarzt, blutbild - kein Ergebnis - Curatin 2,5mg empfohlen bekommen.

Jetzt nach einem dreiviertel jahr und ohne irgendeine besserung festzustellen, wieder ein neuer Hautarzt...

Wieder ein Blutbild (heute blut abgenommen). Diese Hautärztin lässt nun endlich auch meine Hormone (zusätzlich) untersuchen.

Nun zu meiner Verwirrung, ohne das sie meine Kopfhaut angesehen hat hat sie mir gleich minoxil 3% verschrieben. Im Internet habe ich jetzt einiges darüber gelesen und weiß nicht was ich davon halten soll...

Wenn noch nicht mal klar ist ob mein Haarausfall erblich ist (keiner in meiner Familie auch die Großeltern nicht, hatten haaraufall) wieso soll ich dann ein Präperat nehmen, das für erblich bedingten Haarausfall ist?

Ich bin wirklich am verzweifeln, ich geh kaum mehr auf die Strasse außer zur arbeit, ich habe mich komplett zurück gezogen und die Vorstellung jemals wieder einen mann an mich ran zu lassen macht mich fertig. Das Haarteil hab ich aufgegeben und nun verdeckte ich all die kahlen stellen (am schlimmsten am hinterkopf) mit Schütthaar und um mehr fülle in meinen Bob zu bekommen trage ich clip in extensions...

Nur zur täglichen Arbeit ist mir das zu teuer und aufwändig und ständig waschen tut ja auch nicht gut.

ich frage mich wie das noch weitergehen soll...

Lieben Gruß

Lana

Subject: Aw: Neu hier und frisch vom Arzt

Posted by [Cora](#) **on** Thu, 03 Mar 2011 14:02:31 GMT

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

Hallo & willkommen, nur ganz schnell eine Frage (ich hab grad leider gar keine Zeit): Nimmst du die Pille?

Subject: Aw: Neu hier und frisch vom Arzt

Posted by [LanaDo](#) **on** Fri, 04 Mar 2011 07:01:06 GMT

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

Hallo Cora,

nein ich nehme die Pille nicht! Ich wasche auch meine haare nur 1x die woche, ich benutze keine Glätteisen, föhns uws. ich nehme ernährungsergänzung (Spirualina und Curatin 5mg und bitterstoffe gegen übersäuerung) ich achte auf möglichst gesunde ernährung.

Trotzdem löst sich mein deckhaar immer mehr in nichts auf... :-(

Lieben Gruß und schönes WE,

Lana

Subject: Aw: Neu hier und frisch vom Arzt

Posted by [Cora](#) **on** Fri, 04 Mar 2011 11:14:49 GMT

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

Huhu Lana, also an der Pflege liegts in den allermeisten Fällen sowieso nicht. Es sei denn, man blondiert ekstatisch oder ist auf irgendwas allergisch; die eine oder andere Kopfhaut reagiert schon auch mal auf unterschiedliche Tenside mit Haarausfall. Aber wie gesagt, meistens hats damit nichts zu tun.

Nährstoffe kommen schon eher in Frage. Wichtig bei allen Blutwerten, die du machen lässt: Lass sie dir schriftlich geben und stell sie mal hier rein. Ärzte sagen gerne bei einem Ferritinwert von 22 "SUPER!", weil er in der Norm liegt ... aber wenn die Norm von 20 - 150 geht, ist das ganz und gar nicht super.

Nährstoffwerte, die für Haarausfall relevant sein können:

Eisen / Ferritin
Zink
Biotin
B-Vitamine + Folsäure
Vitamin D

Meiner Erfahrung nach (= mein eigener Fall + zig gelesene Geschichten) ist Haarausfall noch weit häufiger auf hormonelle Schwankungen, Mangel oder Überschuss zurückzuführen.

Stichwort Schilddrüse, Progesteronmangel, Östrogenmangel, PCO, Östrogendominanz ...

kannst ja mal schaun, was die Forensuche dazu so hergibt. Auch da gilt: Werte schriftlich geben lassen! Außerdem isses wichtig, welche Werte an welchem Zyklustag gemacht werden ...

Progesteron z.B. immer um den 21. ZT herum, Östro etc. weiß ich grad nicht ... vielleicht meldet sich gretchen oder jemand anderes Beschlagenes noch dazu

Also zuerst mal: Hoffnung nicht aufgeben! Bei vielen wird tatsächlich erst nach Jahren (die psychisch echt beschissen sein können) die Ursache gefunden und erfolgreich behandelt.

Subject: Aw: Neu hier und frisch vom Arzt
Posted by [gretchen](#) on Fri, 04 Mar 2011 13:25:43 GMT

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

hallo lanado,

@ cora: dem hab ich nicht viel hinzuzufügen.

das muss erstmal alles ausgetestet und eingestellt werden.

hormone zum richtigen zeitpunkt (östrogen weiß ich selbst nicht genau, ich würde es im serum zum höchsten stand - kurz vor eisprung- testen lassen und im speichel parallel mit progesteron (wegen dem verhältnis) um den 21.-23. zyklustag.

ebenso wichtig ist, dass die nebenniere gut arbeitet, was man im speichel viel eher sieht als im serum. (hierzu DHEA und cortisol bestimmen lassen)

und natürlich soleln die mikronährstoffe alle GUT sein, nicht nur so lala. diesen punkt hab ich selbst lange vernachlässigt. ist aber essentiell, denn voher sollen die vielen keratinzellen denn kommen....wir sidn tatsächlcih das, was wir essen. .

für das alles bitte einen arzt suchen, der dich ernst nimmt und v.a. sich mit bioidentischen hormoenn auskennt.

jetzt hast du sicher erstmal viel zu tun. viel erfolg!
