

Hallo an alle da draußen, die genauso verzweifelt nachgrübeln wie ich!

Zuerstmal will ich euch als Forenmitglieder loben, da man hier wirklich geballte Kompetenz und Erfahrung gepaart mit 100%igem Verständnis findet...unglaublich!

Meine Ausführungen werden sich auf ca. 5 Beiträge erstrecken. Erklärtes Ziel meiner Beiträge wird sein, euch über sämtliche UNVERFÄLSCHTE (weil ich keinerlei Hormongaben, keine alternativen Mittel, Regaine/ andere Haarwässerchen etc. nahm, nicht mal die ach so "harmlosen" Nahrungsergänzungsmittel - alles pure Chemikalien und synthetische Stoffe, die den Körper zusätzlich schwächen können) Blutwerte und Bluttests so gut es geht zu informieren. Vielleicht kann sich der ein- oder andere in dem äußeren Erscheinungsbild zusammen mit den Blutwerten selber finden. Bevor ich irgendetwas an Medikamenten & Co. unbedacht in mich reinwerfe, möchte ich eine vollkommen richtige Diagnose, die ich nun mit eurer Hilfe feststellen möchte, da mir ca. 40 bescheidene Ärzte sowie etwa 30 Blutentnahmen nicht mal ansatzweise weiterhelfen konnten und schon unzählige fachliche Diskussionen mit Ärzten hatte, wobei sehr oft ziemliche Fetzen flogen.

Kurz zu meiner Person: Bin weiblich, 25 und leide seit Oktober 2009 an Haarausfall in massiver Art. Hatte von Natur aus eine mittellange, dicke, gewaltige Haarmähne (von meiner Mutter geerbt) und ärgerte mich sehr oft, dass ich meine Haare kaum zu einem Pferdeschwanz frisieren konnte, sodass ich mir oft aus Jähzorn einfach eine Glatze wünschte - ein fatal ausgesprochener Wunsch im Nachhinein.

Mein Haarstatus nach 1,5 Jahren Haarausfall

Insgesamt habe ich ca. nur noch ein Drittel meines ursprünglichen Haarvolumens. Mein Mittelscheitel ist etwa um 2mm breiter, am oberen Hinterkopf hat es sich etwas gelichtet, meine Geheimratsecken sind zwar ausgeprägt, aber NOCH mit meinen immer dünner werdenden Ponysträhnen kaschierbar und an den seitlichen Bereichen über den Ohren bzw. am Schläfenbereich sind die Haare am meisten ausgefallen. In diesem Bereich und in den Geheimratsecken wachsen mir seit ca. Dezember 2010 blasse, farblose, kurze Haare nach, die sich sehr leicht rausziehen lassen.

Übrigens habe auch ich an sehr vielen ausgefallenen Haaren diese weißen, harten "Körnchen".

Relevanter Lebensstil (ca. 6 Monate bevor der Haarausfall einsetzte)

- Ernährung: ich aß und esse fast jeden Tag 4 Einheiten Obst oder Gemüse, regelmäßig Vollkornprodukte und Fleisch/ Fisch. Ich würde sagen, ziemlich vollwertig, aber leider jeden Tag auch etwa 3 Schokoriegel.
- Gesundheit: Nehme und nahm keine regelmäßigen Medikamente, wenn mich nicht gerade eine Erkältung plagte (letztes Antibiotikum: November 2007 gegen Erkältung)
- Antibabypille: Habe ich noch nie genommen, selbst als der grauenhafte Haarausfall begann, weil diese die typische, scheinbare Allzweckmittel der Ärzte ist, womit sich die Pharmaindustrie eine goldene Nase verdient (siehe noch später)

- Sport: Ich merkte etwa 8 Monate, bevor der Haarausfall begann, dass ich trotz gleichgebliebener Jogging-Geschwindigkeit und -strecke mich während und danach immer total müde und ausgepowert fühlte. Oft war mir ein bisschen schwarz vor Augen. Deshalb brach ich meine wöchentlich zwei Joggingeinheiten a 60 Minuten 5 Monate vor Beginn des HA ab, da sie mir sinnlos erschienen.
- Psyche: Ich hatte weder positiven, noch negativen Stress. Außer morgens, da ich so gut wie immer auf den letzten Drücker bin, bevor ich das Haus verlasse.
- Schlaf: Ich gehe meistens um ca. 23h zu Bett und stehe um ca. 7.30h auf. Die letzten 9 Monate vor Beginn des HA bin ich immer einmal wöchentlich erst um 3Uhr zu Bett und um 9 Uhr schon aufgestanden.

Fortsetzung folgt sogleich...

---