
Subject: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [hoffnungslos84](#) on Mon, 30 Jan 2012 11:57:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr lieben,

ich habe seit fast 2 jahren diffusen haarausfall und mein haar wird immer dünner und dünner...

und komischerweise fallen mir auch die kurzen haare aus, was mich echt fertig macht

Ich hatte heute vormittag einen heulkampf, als ich haare gewaschen habe.. Ich weiß wirklich nicht mehr was ich noch machen soll.. ich habe ALLES ausprobiert, Regaine (seit mai 2011 abgesetzt), pille seit januar 2011 abgesetzt, diverse NEMs genommen, heute nur noch Biotin, versucht bewusst auf stress zu verzichten, mich entspannt, nicht zu sehr mich mit dem thema haare beschäftigt und und und...

Doch jetzt fängt es wieder an und ich bin seelisch am ende meiner kräfte!! ich bin gerade mal 28 jahre alt und kann nicht mal meine schönsten und aufregendsten jahre genießen...

Mein Exfreund hat sich nach fast 5 jahren von mir getrennt weil er es wegen der haare nicht mehr aushielt (eine ganz schlimme geschichte, die ich hier vllt mal poste, weil ich denke das er auch mit ein großer faktor ist)...

Ich kann mich als frischer single nicht hübsch machen, ich hasse mein aussehen, mich selber und sehe mich nicht mehr als frau... ich bin nicht mehr sexy und attraktiv... kein mann spricht mich mehr an und ich gehe auch auf niemanden mehr zu...

Mädels!! Lasst uns bitte mal über unsere seelischen qualen reden... ich hoffe ihr seid ein bisschen weiter als ich und könnt mir sagen, das man daran nicht zerbricht und das leben auch andere schöne dinge für einen bereit hält!!

Ich sehe absolut keinen sinn mehr im leben und das macht mir eine enorme angst

Lg eure hoffnungslos

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [michalka 74](#) on Mon, 30 Jan 2012 12:26:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Hoffnungslos! Ich kann dich leider auch nicht gerade aufbauen, da ich wieder genauso tief drin stecke.... Ich gehe mein HA weg bereits 10 jahre, erfolglos. Z.z. nehme ich minox, Diane 35, androkur, es ist winter und es rieselt. Bin auch am ende, mir macht absolut nicht spaß. Früher bin ich shopen gegangen. habe mich gerne geschminkt, jetzt will ich nur schnell nachhause. Am schlimmsten ist es am morgen, beim haarekämmen, ich kann es echt nicht mehr anschauen. Und ich zähle auch noch, es ist wie zwang. Ich könnte eigentlich in meinem leben glücklich sein, wäre der HA nicht... Es ist so schwer "normal" zu leben. Ich fühle mit dir und

hoffe für uns,dass wir ein weg finden.lg Michi

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Mon, 30 Jan 2012 13:05:01 GMT

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

Hallo Michi,

schon seit über 10 jahren? oh gott, meine haare sind nach fast 2 jahren schon katastrophal, es muss doch bald aufhören?

Wie geht dein partner mit dir um? Mein größtes problem ist es ja, das ich denke, das ich nie wieder einen partner haben werde... da draussen laufen sooo gut aussehende frauen mit wunderschönen haaren rum... also warum sollte Mann mich angucken?!

wie hältst du es aus ohne verrückt zu werden?

Ich bin jeden tag wieder am weinen und sehe das leben nur noch schwarz

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Anne63](#) on Mon, 30 Jan 2012 13:22:18 GMT

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

Hallo Ihr beiden.....mein Name ist Anne, ich bin 48 Jahre alt und komme aus Köln.

Ich kann Euch sehr sehr gut verstehen und weiss wie sehr Euch das fertig macht.Stecke grad mal wieder mitten in ner Ausfallphase und das nun schon zum dritten Mal Alle guten Ratschläge, von wegen man soll doch Ruhe bewahren und nicht den ganzen Tag an *Haare* denken, ist ja gut gemeint aber bringen tuts nicht wirklich was. Ob ich Euch etwas aufmuntern kann, weiss ich nicht aber meine *Laufbahn* was den Haarausfall betrifft, kann ich Euch gern erzählen!

Vielleicht können wir uns ja ein wenig Mut zu sprechen wenn das Grauen mal wieder im waschbecken oder in der Bürste zugeschlagen hat

Das erste Mal hats mich erwischt, da war ich 33.Damals war meine Oma verstorben, zu der ich ein mehr mütterliches Verhältnis hatte.Es war eine schlimme Zeit und ich bin von Arzt zu Arzt gerannt, weil ich nicht wusste, woher der HA kam.Der eine meinte, ich hätte erblich bedingten HA, bei einer zweiten Meinung kam dann raus das es doch nicht so ist, alles sei normal.

Normal?....Wenn einem 200 und mehr Haare entgegenrieseln? Na ich weiss nicht. Bekam dann Eli Cranell und Zinktabletten. Heute weiss ich, das es damals wohl seelische Ursachen hatte.Nach ein paar Monaten hörte es von allein auf.....war ich froh. Wirklich voll wurden meine Haare nicht mehr, jedenfalls nicht so wie vor dem ersten HA.

Die Jahre vergingen, ich hatte schon vergessen, das es sowas wie HA in meinem Leben gab. Bis zum September 2009. Ich hatte gerade eine neue Arbeitsstelle und war schon etwas gestresst, es musste unter zeitlichem Druck gearbeitet werden, schob daher erstmal alles darauf. Als es allerdings nicht besser wurde, bin ich wieder zum Hautarzt.Diesmal einer der auf Haare spezialisiert ist. Sie schaute sich meinen Kopf an und machte Bluttests. Heraus kam, das ich

einen super niedrigen Ferritinwert von nur noch 7 hatte. Also alle Speicher leer
Von ihm bekam ich dann Eisentabletten und ein Estriolhaarwasser. Bekanntlich dauert es ja bis die Speicher aufgefüllt sind....was es dann auch tat.Nach ca. 6 Monaten besserte sich der HA und ich konnte aufatmen. Die Haardichte die ich davor hatte habe ich auch wieder nicht mehr erreicht, also noch dünner als vorm ersten mal. Nunja, ich war froh das es sich gelegt hatte, wer denkt da unbedingt drüber nach, das sie vielleicht etwas fisseliger sind? Zugleich wurde bei mir aber auch eine SD-Unterfunktion festgestellt und ich musste L-Thyroxin nehmen.
So....und nun zum dritten HA.Der begann letztes Jahr im August/September. Wieder strähnenweise Haare verloren. Ich verstand die Welt nicht mehr.Warum immer ich? Habe geduldig gewartet und vorsorglich schon wieder mal Eisen erhöht und als es nicht besser wurde, bin ich jetzt Anfang Januar wieder zum Hautarzt.Wieder Blutkontrolle aber Ferritinwert liegt bei 76
Letzten Montag wieder zur SD-Kontrolle, Ergebnis erst am Mittwoch! Ich hab langsam echt die Nase voll von dem ewigen Theater mit den Haaren. Die ersten beiden Male hat mich das sehr mitgenommen, ja, ich habe echt gelitten! Dieses Mal hab ich mir geschworen, mich nicht wieder so fertig zu machen. Hallo? Es sind *nur Haare*
Was ich Euch damit sagen will? Es ist schlimm, ich weiss und vor allem wenn man noch so jung ist! Aber auch ich lege sehr viel Wert auf gepflegtes Äusseres aber was soll ich machen wenn ich sie nicht halten kann? Die Jahre ins Land ziehen lassen und mit mein Leben versauen lassen? Nee, bestimmt nicht.Ich lebe jetzt, hier und ich will es geniessen!!! Ich hab viele schlimme Dinge im Leben erleben müssen, ich denke das reicht. Heutzutage gibt es so tollen Haarersatz, der ist von den eigenen nicht mehr zu unterscheiden.Das tröstet mich etwas. Ich rede ausführlich und offen mit meinem Partner darüber und er nimmt Anteil an meinem *Schicksal* Es tut ihm auch weh wenn er sieht, was sich da im Becken ansammelt. Denkt jetzt bloß nicht, die Anne ist bestimmt mit dem Alter ein richtiges *Trutschen*.....nee, bin fit, sportlich und man hält mich meist für jünger. Wenns nicht aufzuhalten ist, nehm ich es so wie es ist. Hab Glück, meinem Schatz gehen die Haare auch aus.....wie bei vielen Männern Wir leiden dann gemeinsam. Ich sag mir immer, ich bin immer die gleiche, habe den gleichen Charakter und das gleiche Wesen, ob mit Haaren oder ohne.

Vielleicht ein kleiner Rat, das Zählen der Haare kann einen ganz kirre machen.War auch schon mal richtig abhängig davon, eben wie ein Zwang. Wenn es seelisch zuviel wird für Euch, dann fragt doch mal die Schwester(wenn ihr eine habt) oder Mutter, ob sie Euch die Haare nach dem waschen durchkämmt aber so das ihr nicht seht was da runter kommt. Das hab ich eine Zeit lang auch mal so mit meinem Schatz gemacht. Das nimmt den Druck etwas. Vielleicht habt ihr ja auch ne gute Freundin, die gern bereit ist, ein bischen Zeit zu opfern.

Achja.....wer mich ohne Haare nicht mag, der mag mich mit auch nicht!

LG aus Köln
Anne

Würde mich freuen, wenn ich Euch wieder lese.....auch nach meinem Monstertext!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Ponyfranse](#) on Mon, 30 Jan 2012 14:53:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Hoffnungslos,
Hallo an alle Anderen

Hoffnungslos, wie wäre es mit einer Psychotherapie?

Mein Haarausfall nimmt mich auch mit & ich fühle mich nicht wirklich hübsch mit meinen "Flusen" und meiner durch-schimmernden Kopfhaut...- aber bei Dir habe ich den Eindruck, das es Dich so sehr mitnimmt, dass Du vielleicht professionelle Hilfe in Anspruch nehmen solltest...?!

Ich denk mir immer, wenn ich traurig bin: es hätte viel schlimmer sein können; Krebs oder sowas... DAS ist ein wirklich schlimmes Schicksal!

Ich bin auch erst 28! Und schlag mich mit dem Mist schon seit 8 Jahren rum!

Kopf hoch!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Anne63](#) on Mon, 30 Jan 2012 15:54:00 GMT

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

Hallo Ponyfranse,

genau das habe ich damit gemeint. Es gibt eine Menge schlimme Krankheiten, dagegen ist HA naja.....???

Ich möchte wirklich niemandem hier unterstellen, er/sie würden übertreiben.....um Himmels Willen! Weiss ja selber wie bescheiden das ist und wie es einen runter ziehen kann

Ich z.B. schaue nicht mehr gern Fotos aus früheren Jahren an. Ich hatte schönes, sehr langes dickes Haar und jetzt? Ein drittel meiner ehemaligen Mähne ist noch da....mehr nicht.

Ich habe drei erwachsene Töchter, die alle dieses dicke Haar von mir haben. Wenn die wüssten wie sehr ich sie dafür beneide. Hoffe wenigstens meine Kinder bleiben davon verschont.

Eine Therapie kann in dem Fall wirklich hilfreich sein. Hab auch mal eine gemacht, allerdings aus anderen Gründen. Sie hat mich gut aufgebaut und ich bin selbstsicherer geworden. Die Kassen zahlen diese ja. Ein Versuch wärs wert!!!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Mon, 30 Jan 2012 16:02:01 GMT

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

Hallo ihr beiden,

eine therapie habe ich auch begonnen und bin noch mittendrin... leider musste ich meine stadt verlassen und bin jetzt aktuell auf der suche nach einem neuen therapeuten das kostet halt auch noch mal echt viel kraft, jedem erzählen zu müssen was man denn hat...

wisst ihr Mädels, ich bin ja echt ne starke... ich habe eine enorme Vergangenheit hinter mir, die mich psychisch echt fertig gemacht hat... aber trotzdem habe ich es immer und immer geschafft...

aber dieser Haarausfall!! ER hat mir all meine Kraft genommen... meine ganze Lebensfreude, meine strahlenden Augen, meine innere Sonne!!

Ich erkenne die Frau im Spiegel nicht mehr und mag gar nicht mehr rausgehen... dazu kommt halt auch, dass ich immer sehr schnell einen Grauanstrich bekomme und ich alle 4-5 Wochen Haare färben muss, weil es sonst unmöglich aussieht

Was macht ihr denn so, wenn ihr wieder in so einem Tief seid, wie ich es die letzten Tage bin...

LG eure Alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Anne63](#) on Mon, 30 Jan 2012 16:23:49 GMT

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

Tja.....Hoffnungslos (Hoffnungsvoll würd ich viel lieber lesen) , das mit dem Haare färben ist schon ein leidiges Thema. Färbe seit etwa 20 Jahren, mal mit größeren Pausen drin aber immer wieder gern

Von Natur aus Straßenkötterblond (mitlerweile mehr grau als blond) seit etwa 5 Jahren schwarz. Durch das Biotin wachsen die verbliebenen Haare wie verrückt. Müsste auch alle 4 Wochen den Anstrich färben, habs aber jetzt auf alle 6 Wochen gestreckt. Mein Hautarzt sagt zwar das die Haare nicht durchs Färben fallen aber ich habe festgestellt, wenn ich färbe und danach auswasche.....ohje ohje Davor grauts mit momentan am meisten. Hab zwar bis dahin noch 2 Wochen aber die sind im Nu um.

Darf ich fragen, wenn ihr schon zählt, wievie Haare ihr so im Schnitt täglich verliert? Und nimmst Du @Hoffnungslos Medis ein? Bin ja neu hier und hab noch nicht alles durch gelesen.

An Tagen wo ich mich *hässlich* fühle wegen der Haare, bin ich froh wenn es so kalt draußen ist wie jetzt. Da ist ne kuschelige Mütze angesagt und dann kann ich raus gehen, ohne das ich Angst haben muss, es sieht jemand was.
Schon doof sowas.....

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Mon, 30 Jan 2012 16:34:32 GMT

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

Ich verliere seit 2 Jahren bei jeder Haarwäsche um die 400 Haare (Auslöser Pillenabsetzen); ja ich zähle sie zwischendurch auch mal immer wieder.. Bei der Wäsche an sich, sind es gar nicht so viele, aber da ich auch Strähnen habe, muss ich eine Spülung hinterher nehmen und obwohl sie ohne Silikone ist, rieselt es ohne Ende. Danach dann noch das leidige Kämmen. Ich kann mir die Haarsträhnen nur so rausziehen. Es ist, als lägen die Haare nur auf dem Kopf .

An Nichtwaschtagen hält sich mein HA in Grenzen, da sind es dann höchstens 50. Kommt drauf an, wieviele Tage zwischen den Wäschen liegen. Mir wachsen zwar auch neue Haare, aber weitaus weniger als ausfallen.

Außer Pantostin verwende ich zur Zeit nichts, nachdem ich schon Pantovigar, Zink, Eisen, Priorin, Selen, Biotin usw. usf. in mich hineingestopft habe. Ach ja, nicht zu vergessen, ich habe sogar eine Mesohair-Therapie und Akupunktur hinter mir. Alles leider ziemlich erfolglos. Das einzige, was ich bislang nicht probiert habe, ist Minox. Habe ich aber auch nicht vor, da ich viel zu viel Schiss vor dem Shedding habe.

Ich bin manchmal auch extrem fertig deswegen und dann gibts wieder Zeiten, wo ich einigermaßen damit umgehen kann.

Viele Grüße an alle Leidensgenossinnen
wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mia*](#) on Mon, 30 Jan 2012 16:37:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

mir liegt das Thema auch sehr auf der Seele und ich bin an einem Austausch interessiert. Um welche Art des Haarausfalls handelt es sich bei euch? AGA, diffuser HA..? Ich bin Mitte 20 und mir wurde androgenetischer Haarausfall diagnostiziert. Seitdem bin ich sehr verunsichert, weil ich mir einfach Sorgen mache, dass mein Haar nie wieder nachwächst. Mein Oberkopf wird zunehmend lichter, bisher wächst nichts nach und das nimmt mich psychisch ziemlich mit.

@Hoffnungslos, deine Gedanken kann ich so gut verstehen. Mich beeinflusst der HA privat auch sehr. Es fällt vorallem schwer weiterhin selbstbewusst auf Männer zuzugehen, wo man sich selbst nicht gefällt und am liebsten zuhause verkriechen würde. Aber ich denke auch (so krass es klingen mag), wer uns nur mit vollem Haar schätzt hat uns nicht verdient.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [wuschel63](#) on Mon, 30 Jan 2012 16:50:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir war man sich diagnosemäßig nicht sicher. Ein Arzt meinte, es sei AGA, eine andere Ärztin meinte, es wäre entweder ein chronisch telogenes Effluvium oder es sei hormonell bedingt. Beide waren übrigens auf Haare spezialisiert.

Was mich wundert, dass es hier viele jungen Frauen mit einer AGA gibt.

Angeblich soll die AGA ja auch in Schüben verlaufen und nicht mit ständigem vermehrten HA

Ich habe aber unverändert starken HA seit Januar 2010

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Anne63](#) on Mon, 30 Jan 2012 16:59:19 GMT

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

@mia.....Deinen letzten Satz finde ich sehr schön und trifft es auf den Punkt!!!

Schliesslich haben wir auch noch andere Vorzüge und Seiten

Mein Mann schätzt an mir, das man IMMER auf mich zählen kann und das ich eine ehrliche Haut bin! Ich sage was ich denke auch wenn das nicht bei allen gut ankommt. Aber was soll ich schön reden, was nicht schön ist? Damit meine ich jetzt nicht das Erscheinungsbild eines Menschen!

Wir haben eben andere *Schönheiten* und auf die sollten wir uns konzentrieren. Ich für meinen Teil, mache mich gern hübsch zurecht mit Schminken ect. Natürlich alles in Maßen. Dabei versuche ich meine großen blauen Augen besonders hervor zu heben. Die strahlen dann richtig und ich habe eine schöne Lippenform. Mit ein wenig Farbe (ebenfalls dezent) kommt das gleich anders rüber und es lenkt von anderen Dingen ab. Wir müssen nur ein bisschen umlenken.

@wuschel, 400 Haare sind nicht ganz ohne, bei mir sind es jeden zweiten Tag beim waschen samt fönen so um die 200, manchmal auch 250. An den anderen Tagen, sind es so zwischen 70-100 Haare. Ich habe aber bemerkt, das meine Haare sich im Laufe der letzten 2 Jahre verändert haben. Sie sind feiner und seidiger geworden, auch glatter. Woran das nun liegt weiß der Geier?

Für das Gefussel auf meinem Kopf nehme ich Zink, Biotin, Eisen, VitaminD und Magnesium. Ich denke es reicht!

An Regaine habe ich mich bisher nicht ran getraut und werde es auch nicht tun. Die Sheddingphase würde mir dann doch den letzten Nerv rauben. Noch mehr Stress brauche ich wirklich nicht! Außerdem muss man dieses ganze Zeug ja auch selber zahlen, vom Zink bis hin zum Eisen.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Leni82](#) on Mon, 30 Jan 2012 17:00:34 GMT

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

Hallo Leute,

nur ganz kurz. Mir ging es eine Zeit lang auch psychisch so schlecht, dass ich nicht mehr wusste wies weitergehen soll.

Habe nichts mehr auf die Reihe bekommen, konnte mich nicht mal mehr richtig um meinen kleinen Sohn kümmern.

Ich hab's hier schon ein paar Mal erwähnt, mir haben Bachblüten so toll geholfen. Mir geht's jetzt psychisch so viel besser. Wollte ich euch nur kurz sagen, probiert es aus!

LG

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Mon, 30 Jan 2012 17:09:40 GMT

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

Hallo Mädels nochmal,

schön, dass wir uns hier so unterstützen und schön, dass sich hier so schnell so viele Leute zusammen gefunden haben

ich möchte euch erstmal allen herzlich danken!!

Ich habe in den 2 Jahren Haarausfall auch schon diverse Sachen unternommen und ja ich war sogar in dem blöden Studio Svenson, was mir überhaupt nichts gebracht hat, außer dass ich 1500 Euro los war...

Heute nehme ich nur noch Biotin... Alles andere habe ich ausgeschlichen und Priorin leider wegen zu hoher Kosten auch, aber das möchte ich bald wieder nehmen...

Wisst ihr was mir persönlich Angst macht? Ich habe so das Gefühl, wenn man einmal erwischt wurde, bekommt man es nie wieder weg... Ich lese hier jedenfalls so gut wie keine Erfolgsgeschichten

@anne63: auch bei mir sind es beim Waschen um die 400 (ich zähle auch nicht mehr, weiß aber inzwischen so pi mal Daumen wieviele das sind) und an Nicht-Waschtagen um die 150

ich habe in den 2 Jahren 2/3 meiner Haare verloren!!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mia*](#) on Mon, 30 Jan 2012 17:11:52 GMT

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

Die Ärzte wissen häufig auch gar nicht, woher der Haarausfall kommt und können nur vermuten. Und je mehr Untersuchungen man über sich ergehen lässt, desto schlimmer wird es, weil sich irgendwann alles nur noch um den Haarausfall dreht.. und dann ist die Ursache meistens immer noch da.

Was ich damit sagen möchte ist nicht, dass man resigniert aufgeben sollte, aber irgendwann ist es gut wieder ein bisschen innere Ruhe zu finden! Mir fällt das auch schwer, aber ich versuche es immer wieder, weil es sonst gar nichts Positives mehr gibt.

Dann probiere ich mich auf die Dinge zu konzentrieren, die ich an mir mag (so wie Anne das

schön beschrieben hat). Im Moment möchte ich gern ein paar Kilo verlieren, aber aufgrund einer Stressphase muss das noch ein bisschen warten.

Wichtig ist wir sind nicht allein und es gibt viele Betroffene mit einem ähnlichen Problem.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Mon, 30 Jan 2012 21:44:51 GMT

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

Der heutige Tag geht zu Ende...

ich habe wirklich sehr sehr viel geweint heute und habe so viel schmerz und traurigkeit in mir gehabt.. ja vielleicht sind es nicht "nur" die haare bei mir, sondern im moment die allgemeine situation, die mich einfach nur traurig macht...

aber hätte ich dieses haarproblem nicht, würde ich alles andere schaffen, jaaa ich hätte die kraft dazu!!

Aber dieser Haarausfall nimmt mir all meine Kraft und all meine hoffnungen auf eine schöne zukunft... eine schöne zukunft mit einem partner, eine familie, kinder...

entschuldigt bitte meine laune von heute... aber ich habe einfach das bedürfnis hier zu schreiben

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Hüyee](#) on Mon, 30 Jan 2012 22:21:27 GMT

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

Hallo ich wollte auch mal was hier schreiben. Ich habe seit 6-7 Jahren Haarausfall, aber seit Sommer letzten Jahres hat sich so ziemlich alles geändert und ich habe inzwischen wahrscheinlich nur noch einviertel meiner eigentlichen Haare, die immer unheimlich dick und voll waren. Dadurch, dass meine Haare recht dick sind und ich Naturwellen habe, fällt es anderen noch nicht so stark auf, was auf meinem Kopf los ist. Nur wenn man genau schaut, sieht man wie licht es doch geworden ist und ich trage meine Haare nicht offen, weil man es dann sehr stark sieht, aber zusammengebinden kann man das "nur" von vorn sehen. Es gibt so gut wie keine Minute, wo ich nicht an meine Haare denke, oft schaue ich in den Spiegel und hoffe, dass mir endlich wieder neue Haare wachsen. Ich schaue draußen Frauen mit vollen Haaren immer nach und bin ganz neidig und wenn ich ein junges Mädchen sehe, dass auch Haarprobleme zu haben scheint werde ich traurig und hoffe, dass es nicht schlimmer wird. Übrigens, ich bin 21. Es gibt Tage da kann ich gut damit umgehen und Tage, an denen ich die ganze Zeit nur weine und mit Angst in die Zukunft schaue, Zurzeit gibt es bei mir eine erhebliche Besserung, ich verliere nach dem Duschen "nur" noch um die 100 Haare und an nicht-Duschtagen noch weniger Haare, aber mein Haarstatus ist so akut, dass das noch zu viel ist. Die kürzeren Haare gehen mir auch noch

aus (kräftige als auch dünne, wellige), aber nicht mehr so viel wie vor 2 Monaten. Wenn ich eine erhebliche Besserung sehe und wohlmöglich neue Haare wachsen, werde ich hier mal schreiben, was ich zurzeit so für meine Haare, aber noch ist es zu früh, möglicherweise nur eine Ruhezeit, was ich nicht hoffe. Ich wünsche uns allen sehr viel Kraft und viele viele schöne Haare an den richtigen Stellen und das SOFORT!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 31 Jan 2012 08:58:08 GMT

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

Guten morgen mädels,

hab irgendwie komisch geschlafen, hab gemerkt das ich in der nacht geschwitzt habe, weil ich einfach diese enorme angst in mir habe.. wahrscheinlich verarbeitet mein körper dies in der nacht...

tjaaa der blick heute morgen in den spiegel war auch nicht berauschend... und auch beim haare kämmen könnte ich echt weinen... jedem einzelnen haar traure ich nach...

heute ist mein lerntag... ich habe in vier wochen meine letzte prüfung und dann habe ich endlich das studium hinter mir... ich kann euch nicht sagen wie schwer die letzten 5 jahre für mich waren mit diesem studium... ich glaube ich habe mir zu viel zugemutet damit.. naja aber ich habe es trotzdem geschafft und habe bald meine letzte prüfung... nur das lernen fällt mir unglaublich schwer

hey mädels eigentlich sollten wir uns doch echt nicht so viel gedanken machen oder? ich meine es gibt inzwischen echt gute haarteile, jaa extrem teuer aber was sollen wir tun?

Hat jemand gute erfahrungen mit so einem teil?

Ig eure traurige alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [michalka 74](#) on Tue, 31 Jan 2012 09:54:02 GMT

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

Hallo Alena! Wenn ich deine worte lese, fühle ich genauso den schmerz, angst und ohnmacht. Mein tag ist vorprogramiert, je danach wieviele haare früh beim kämmen rausfallen. Während meine HA kariere waren das zwischen 10 und 300 haare am nichtwacshagen, manche tage habe ich nicht gezählt, das hätte ich nicht psychisch ausgehalten. Mein partner geht mit mir sehr geduldig um, sagt es macht ihm nichts aus wenn ich glatze habe, aber ich kann es ihm nicht glauben, mein selbstwertgefühl gleicht 0. Ich hatte immer sehr lange haare, naturlocken, jetzt habe ich schulterlange dünne strehne, mein HA ist difus. Ich habe fast alles ausprobiert, es nimmt mir kraft, dass es immer wieder komm und ich glaube auch nicht, dass ich mal "gesund" werde. Ich arbeite täglich mit kranken leuten, asozialen familien, sehe

täglich sehr viel leid und schmerz. Ich habe aber immer alles gut verkraftet, jetzt raubt mir der HA auch die letzte kräfte. Entschuldige bitte die viele gramatische fehler, deutsch ist nicht meine muttersprache, aber wie mann sieht HA und seine folgen sind internazional. Ich drücke dich ganz fest und wünsche uns beiden, dass wir wieder lachen können. glg Michi

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Suse](#) on Tue, 31 Jan 2012 10:53:53 GMT

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

Liebe Alena,

nun melde ich mich mal zu Wort.

Ich habe es bisher nicht getan, weil ich soviel älter bin als du (habe Söhne in deinem Alter) und ich nicht wie eine Schulmeisterin auf dich einreden wollte.

Ich werde dich auch nicht lange mit meiner Haarbiographie langweilen, nur möchte ich dir versichern, dass ich all deine Ängste, all deine Traurig- und Hoffnungslosigkeit sehr gut nachvollziehen kann, weil ich selber seit meinem 20igsten Lebensjahr mit androgenem Haarausfall zu kämpfen habe.

Auch in meinem Leben hat es Zeiten gegeben, wo ich überzeugt davon war, dass die Dinge für mich einfacher, schöner, problemloser verlaufen würden, hätte ich diesen verfluchten Haarausfall, hätte ich diese dünnen, fisseligen Haare nicht!

Letztes Jahr nun wurde der Haarausfall so schlimm (seelischer Stress und auch Klimakterium), dass meine an sich schon sehr sehr dünnen Haare so sehr ausdünnten, dass kahle Stellen auf dem Oberkopf, seitlich und auch Richtung Tonsur nicht mehr zu kaschieren waren.

Und so entschloss ich mich zu einem Haarersatz, den ich nun seit Dezember trage und der vom ersten Augenblick an wieder für ein gesundes Selbstwertgefühl, für Sicherheit in der Öffentlichkeit und für eine bessere positivere Grundstimmung gesorgt hat. Ich möchte das Haarteil (Oberkopfhaarverdichtung mit Clipsen) nicht mehr missen und ich würde das Haus nicht mehr "ohne" verlassen.

Nun trage ich es ja erst seit einem Monat und kann noch nicht wirklich von Erfahrung sprechen. Ich möchte dir aber nahelegen, dich doch wenigstens mal mit dem Thema "Haarersatz" näher zu beschäftigen, im Internet nach einem guten Zweithaarstudio bei dir vor Ort zu suchen und dich dort kostenlos und unverbindlich beraten zu lassen. Schon die Beschäftigung mit diesem Thema wird deine Gedanken von dem verflixten Haarausfall ablenken, und du kommst mal raus aus deinem Gedankenkarussell. Jedenfalls wünsche ich dir das!

Und ich wünsche dir viel Glück fürs Studium und viel Erfolg bei deinen Prüfungen.
Du kannst stolz auf dich sein

Alles Gute

Suse

(und wenn konkrete Fragen sind, kannst du mich ruhig anschreiben)

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 31 Jan 2012 10:55:26 GMT

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

Hallo Michalka,

das ist doch nicht schlimm wegen der grammatikfehler, deutsch ist übrigens auch nicht meine muttersprache

Immerhin hast du einen partner der dich unterstützt, dir sagt das er dich liebt und dir kraft geben kann... natürlich kann ich dich verstehen wenn du sagst, das du angst hast, das er dich verlässt wenn es so weiter geht

leider ist genau das mir passiert.. mein partner hat mich nach 5 jahren verlassen, weil er damit nicht mehr klarkam.. er war der mann mit dem ich eine familie gründen wollte... mein haarausfall hat mein Leben zerstört.. stattdessen sitze ich jetzt hier und bin ganz auf mich alleine gestellt (

ich habe angst das ich nie wieder einen partner haben werde

und weißt du wovor ich noch eine riesen angst habe, das dieser beschissene haarausfall nie mehr aufhören wird!!

Denn ich habe wirklich schon vieles ausprobiert dagegen anzukämpfen und ich habe einfach keine kraft mehr zu ärzten zu gehen und mich einfach abstempeln zu lassen...

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 31 Jan 2012 11:00:35 GMT

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

Hallo liebe suse,

mensch da habe ich aber gerade tränen in den augen gehabt als ich deinen beitrag gelesen habe tausend dank!!

schön zu hören, das du trotz allem eine familie gegründet und wundervolle kinder hast das ist momentan so eine wunschvorstellung von mir, weil ich mir das überhaupt nicht vorstellen kann, das ich jemals wieder geliebt werde...

Und jaaaa ich nehme deine angebot sehr gerne an... ich schreib dir die tage über PN heute habe ich bischen kraft um endlich zum lernen anzufangen.. das muss ich jetzt nutzen

Vielen vielen dank nochmal und hoffe bis bald

Alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 31 Jan 2012 21:00:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr lieben,

ich hoffe ihr seid mir nicht böse, wenn ich hier jedesmal meinen gemütszustand poste... aber es tut mir unheimlich gut wenn es menschen da draussen gibt die mich durch ihre netten worte unterstützen...

wie geht es mir heute? zum glück konnte ich heute gut lernen und hab versucht so gut wie garnicht in den spiegel zu schauen..

morgen muss ich leider arbeiten, und das heißt morgens wieder eine krise bekommen!!

heute hat eine gute freundin mir erzählt, das sie im september heiraten wird und das sie mich so gerne bei den vorbereitungen dabei haben möchte... oh gott leute mein erster gedanke war, oh gott september! habe ich bis dahin noch meine haare, wie werde ich aussehen, werde ich es noch irgendwie verstecken können...

leute ich habe soooo eine angst vor dem sommer, vor den nächsten monaten!! Ich möchte mich auch endlich wieder hübsch sehen, mit offenen haaren und endlich wieder strahlen.. ich möchte auch endlich wieder von den süßen männern angelächelt werden und angeschaut werden..warum darf ich sowas nicht erleben?? waaaaruuum nur...

Ich habe sooo eine unendliche traurigkeit in mir... keiner hilft mir da raus zu kommen!!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mia*](#) on Tue, 31 Jan 2012 21:44:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guten Abend,

ist doch toll, dass es bei dir heute gut geklappt hat mit dem Lernen! Ich studiere auch und habe zur Zeit Prüfungen und kann mich häufig gar nicht aufraffen oder lerne erst auf den letzten Drücker. Ich arbeite noch an meiner Motivation

Übrigens verstehe ich total gut wenn du sagst du denkst ständig an die Haare, auch wie der Zustand in ein paar Monaten sein wird usw. Ich ertappe mich auch dabei wie ich in Grübelei ver falle, wenn es z.B. um bestimmte Anlässe geht (Geburtstag, Hochzeit..). Oder wenn ich einfach nur mal 6-12 Monate weiter denke. Weil einfach ungewiss ist wie der Haarausfall weiter verläuft, ob man dann vielleicht noch mehr sieht und es nicht mehr verstecken kann. Manchmal wünsche ich mir am liebsten ganz bald einen neuen Freund, weil das Kennenlernen ja auch nicht einfacher wird wenn man mit sich selbst so unzufrieden ist und sich daher auch ungern unter Leute begibt. Aber daran arbeite ich auch gerade, dass ich mir das nicht so zu Herzen nehme.

Aber: irgendwie muss man auch versuchen mal aus dieser Gedankenspirale rauszukommen! Das ist denke ich das wichtigste.

Klar stelle ich mir auch so oft die Frage warum musste das mir passieren.., aber das bringt mich in dem Moment nicht weiter.

Wir sollten versuchen uns das Leben so angenehm wie möglich zu machen, uns z.B. mit Leuten zu treffen die uns guttun, Dinge unternehmen die Spaß machen oder auch mal was ganz neues ausprobieren.

Ich habe sooo eine unendliche traurigkeit in mir... keiner hilft mir da raus zu kommen!!

Das kann auch niemand, aber es gibt liebe Menschen die einem Kraft geben. Und man kann auch viel für sich selbst tun und für die eigene Zufriedenheit. Wir dürfen unser Glück nicht nur von Haaren abhängig machen.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Wed, 01 Feb 2012 13:05:42 GMT

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

Hallo liebe Mia,

es ist schön zu lesen, wenn du so positiv bist ich hoffe das ich mich irgendwann auch so motivieren kann...

ja die frage, warum musste es gerade mir passieren und warum so schnell?? ich konnte nicht mal meine jugend (mitte 20) genießen... andere in meinem alter wurden immer schöner und reifer und ich werde immer hässlicher..

Ich bin jetzt 28 jahre alt und sollte eigentlich das leben und das single dasein genießen.. aber du hast recht, was bringt mir diese fragestellung? es ändert ja eh nichts an der situation...

Was studierst du und wie weit bist du? Süße, das mit den haaren hin oder her... Das lernen MUSS einfach klappen bei uns wir dürfen niemals uns deswegen die klausuren versauen... das war immer meine erste priorität..Lernen!! mit den haaren kann man sich auch nachher wieder beschäftigen deswegen muss ich jetzt auch endlich mal anfangen.. war bis eben noch arbeiten

Hoffe bis bald

Alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Wed, 01 Feb 2012 13:29:43 GMT

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

Hallo Mädels,

bevor ihr euch wegen Haarausfall kaputt machen lässt, ...

unternehmt was !

wenn AGA (Norwood, Ludwig .. Muster erkennbar)... ist das Behandlungs-Schema gleich wie bei Männern .. sogar besser .. Frauen haben mehr möglichkeiten !

Zell-DHT runter .. bei Frauen oft gut wenn zus. E2 in Zelle nach oben....

Nehmt euch 1 Woche Zeit für eure Haare und ihr habt das ganze Jahr ruhe!

LG
Mike

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Ira*](#) on Wed, 01 Feb 2012 15:40:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mike,

also ich habe bestimmt nicht deswegen ein Problem mit meinen Haaren, weil ich nichts dagegen unternehmen würde. Und ich gehe jede Wette ein, dass es so gut wie allen Frauen hier genauso geht.

.. und ob das nun bei Frauen besser oder schlechter zu behandeln wäre als bei Männern - so pauschal - kann ich zwar nicht beurteilen; jedoch hilft eine solche Pauschalaussage - selbst wenn sie stimmen würde - auch nicht einer einzelnen Frau, die bereits alles ausprobiert hat.

Insofern: Immer Vorsicht mit den jungen Pferden.. oder wie man so sagt.

Ira

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Ponyfranse](#) on Wed, 01 Feb 2012 15:41:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 01 February 2012 14:29
Zell-DHT runter .. bei Frauen oft gut wenn zus. E2 in Zelle nach oben....

Nehmt euch 1 Woche Zeit für eure Haare und ihr habt das ganze Jahr ruhe!

Hallo lieber Mike,

was meinst Du "genau" damit?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Leni82](#) on Wed, 01 Feb 2012 16:54:10 GMT

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

Hallo Mike,

würde mich auch interessieren, wie du das genau meinst.

Finde es aber toll, dass du hier "unterwegs" bist und uns sozusagen unterstützt!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 01 Feb 2012 17:44:23 GMT

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

Hallo Mike

Zitat:Zell-DHT runter .. bei Frauen oft gut wenn zus. E2 in Zelle nach oben....

Nehmt euch 1 Woche Zeit für eure Haare und ihr habt das ganze Jahr ruhe!

das würde mich auch interessieren.

lg

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Wed, 01 Feb 2012 17:46:14 GMT

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

Hallo Ira,

was heisst ..

Zitat:... einzelnen Frau, die bereits alles ausprobiert hat...

was alles ..?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [hoffnungslos84](#) on Sat, 04 Feb 2012 09:24:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ach Mädels,

das Leben könnte soooo schön sein!!

Ich lag heute morgen fast zwei Stunden wach im Bett und habe über meine Haare nachgedacht, wie das Leben sein könnte wenn ich noch meine frühere Haarpracht gehabt hätte... dann habe ich plötzlich so eine Angst bekommen, weil ich daran denken müsste, dass mein Haarausfall niemals aufhören wird und es von Tag zu Tag weniger wird

Ach Mädels es ist sooo grauenvoll, diese ständige Angst, was wird noch kommen, wird es schlimmer, hört es nie wieder auf? wie werde ich bald aussehen??

Ich bin einfach nur noch innerlich tottraurig...

Oh Gott und heute ist auch noch mein "Waschtag" (

ich will so einfach nicht mehr leben!!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mike](#) on Sat, 04 Feb 2012 14:01:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Hoffnungslos,

Zitat: ich will so einfach nicht mehr leben!!

Das kenne ich ... seit 2010 ist alles anders hatte ups and downs .. die downs waren schlimm... Jetzt fahre ich (nachdem alle Werte iO sind..) mit maximaler (Gewebs-beeinflussender) Medikation+NEMs und für meine Follikel muss es theoretisch das Beste sein .. ich werde es sehen im Mai/Juni ... Quantitativ habe ich fast alles zurück ... nur dünn sind sie (noch)...

Vielleicht kann ich Dich ein wenig aufbauen

Kopf hoch

Du bist noch jung und die AGA (wenn es überhaupt AGA ist .. dass werden wir rausfinden) könnte man in den Griff bekommen ... Denk positiv .. gehen wir ein paar Dinge durch ..

- Wurde Deine SD untersucht (fT3, fT4, TSH, TRAK, MAK/TPO und Tg-AK)? Wann?
- Vitamin D, B, Eisen, Ferritin, Transferrin? Wann?

diese sind für Haarwuchs wichtig und lösen uU ein diffuses Effluvium (mit AGA .. wenn AGA vorhanden) aus...

Deine Hormonwerte:

LH
FSH

Estradiol
Progesteron

SHBG

Testosteron
DHT

bitte korrigiert mich, falls ich was vergessen habe.

Wenn Deine Serumswerte alle iO sind und Deine SD lt. Ultraschall auch OK ist

Spielt sich alles im Gewebe ab ...
und hier gäbe es ein paar Lösungen ... zuerst musst Du die oben genannten Punkte mit
Deinem Hautarzt und/oder Gynäkologen abklären .. SD von einem Spezialisten mit Ultraschall
...

LG
Mike

PS: Kopf hoch .. Du bist 1000x attraktiver wenn Du gut drauf bist .. Haare vorerst zweitrangig ..
ein Mann sieht viel lieber in ein hübsches fröhliches Gesicht .. das mit den Haaren kriegen wir
auch noch hin

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [hoffnungslos84](#) on Sat, 04 Feb 2012 14:40:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo mike,

vielen lieben dank für deinen post... habe hier erstmal wirklich weinen müssen, als ich es
gelesen habe

Ja ich habe so gut wie alles durchchecken lassen und das auch noch doppelt und dreifach von

verschiedenen ärzten...

ich werd im laufe der tage mal meine werte hier reinstellen und mal schauen was ihr dazu sagt..

Du sagtest es könnte auch am gewebe liegen? Was meinst du damit? Wie kann ich sowas kontrollieren lassen?

Ach mike, danke für den letzten Satz

LG hoffnungslos

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Sat, 04 Feb 2012 15:11:29 GMT

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

Hallo Hoffnungslos,

Zitat:

Du sagtest es könnte auch am gewebe liegen? Was meinst du damit? Wie kann ich sowas kontrollieren lassen?

Kopfhautbiopsie ... lass die bitte .. ist keine schöne Sache und bestätigt nur das was wir schon wissen ...

Stell Deine Werte rein, dann können wir uns ein Bild machen, was man bei Bedarf optimieren kann ...

Wenn wirklich alles iO ist, werden wir sehen, was wir an Androgenen im endokrinen System und vor allem in den Zellen bewegen dürfen/können (dann mit Deinem Arzt versteht sich)

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Ärzte nicht immer die "aufmerksamsten/hellsten" sind wenn es um Haarausfall geht ... aber die meisten hören sich Vorschläge von informierten Patienten an und schlagen bei Bedarf nach und recherchieren selber und raus kommt manchmal eine gute Sache .. so ist es mir zb. mit Aromatasehemmern und ein paar NEMs (Vit B12+D3) gegangen .. die mich auch jünger/sportlicher aussehen lassen ..

LG

Mike

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 04 Feb 2012 15:47:29 GMT

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

Hallo Mike,

Zitat:Nehmt euch 1 Woche Zeit für eure Haare und ihr habt das ganze Jahr Ruhe!

Du bist uns noch eine Antwort schuldig.
lg

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mike](#). on Sat, 04 Feb 2012 17:16:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Biggi01 schrieb am Sat, 04 February 2012 16:47Hallo Mike,

Zitat:Nehmt euch 1 Woche Zeit für eure Haare und ihr habt das ganze Jahr Ruhe!

Du bist uns noch eine Antwort schuldig.
lg

sorry - passte hier nicht rein ...

> Blutbild .. wenn alles in Norm..(auch VitB, D usw...)

dann bleibt idR nur noch "richtige" AGA...

und dann orale und/oder topische DHT Hemmer (bei Frauen meist effektiver wie bei Männern da Estradiol idR hier keine Regulations-funktion der AndrogenR und Enzym-exprimierung hat .. theoretisch . sondern DHT Gehalt niedrig halten und für weitere ER-exprimierung sorgen)

- 2,5 mg Fin (lt. Prof. Trüeb erprobt .. 1mg hat er nie getestet .. ich spekuliere dass es gehen könnte .. jedoch .. Spekulation)
- Androcur + Estradiol (da Androcur E durch fehlende Aromatase senkt) ---> Leberwerte .. regelmäßige Blutkontrolle .. DHEAs, ASD, DHT, T, E2, P4, Thrombozyten! .. --> hier könnte man dafür Sorge tragen .. dass AR mit T-derivat besetzt werden zT und ER neu exprimieren ..
- Spironolactone (AR-Blocker)
- Flutamid (AR-Blocker)

hier wäre Fin + eine der weiteren Androgenunterdrückungen eine gute und gesundheitsverträgliche Möglichkeit ...

wenn Chemie iO .. ca. 6 Monate +/- .. dann kann man ergänzend .. falls Wiederwuchs ausbleibt .. mit Minox als topische Ergänzung arbeiten

Pantostin usw. halte ich eher für kontraproduktiv, da es den ER nur unnötig besetzt und 17-beta-Estradiol verdrängt
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7408775>

mit ARZT

Ich bin kein Arzt .. jedoch mM nach kann man den Arzt Dinge vorschlagen und eine sinnvolle Therapie ausarbeiten...

gerade auf Fin setzt ich ... da es bei einigen Männern auch sehr gut anschlägt .. vorallem in Kombi mit Minox dann ... und eine Frau sich der T-unterdrückung ohne Probleme stellen kann .. ein Mann ist von T und aromatase abhängig .. sonst würde ihm Estradiol fehlen und zb Osteoporose drohen ... ein Mann hat hier keinen Spielraum ... oder nicht den Spielraum wie eine Frau...

gerade bei HF ist die leider unkontrollierbare ER-exprimierung von Vorteil man muss es austesten und nach 1 Jahr ein Urteil fällen

das wäre an und für sich so gut wie alles was hier im endorkinen System und Enzym/Rezept.-bindung möglich ist ...

LG
Mike

PS:

Hier Bilder von Prof. Trüeb .. Studie Fin Frauen..

<http://www.alopezie.de/cgi-bin/anyboard.cgi/diskussion/frauen?cmd=iYz&aK=41702&iZz=41702&gV=0&kQz=&aO=1&iWz=0>

Studie Prof. Trüeb

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15459533>

Statement Prof. Wolff zu Prof. Trüeb's Fin Studie..

<http://www.haarerkrankungen.de/expertenrat/faq.php?ParentRubrikID=9&Zaehler=11&MaxZaehler=32#11>

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 04 Feb 2012 17:29:51 GMT

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

@Tino,

Hallo Tino,

ich war mir lange Zeit nicht sicher.
lg

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mike](#) on Sat, 04 Feb 2012 17:38:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nix tino ...

mike

hab aber auch von ihm viel gelesen, seine ansichten, studien, auch von prof. trüeb, seinen studien, von prof. wolff, viele andere user, gretchen, pilos, strike, tristan, kkoo, haufen Studien usw...

Tino war ein verfechter der aromatase für Männer .. das war sein "Manko" finde ich, das war das einzige wo er falsch lag .. weil ich es getestet habe und der schuss ganz schön nach hinten los ging

und IGF-1 im Serum bei Männern ..war er voll dafür.. habe ich auch oral getestet und mir eine saftige SE eingehandelt ... und kurzzeitig entz. vergrößerten Wirbel
IGF-1 in Zelle wäre traumhaft .. aber im serum .. wenn es mglw. den 5ar Komplex anheizt .. weiss nicht

aber schade dass tino nicht mehr erreichbar ist ... ich hätte ihn gerne kennen gelernt (auch persönlich)...

er hatte ein ziemliches hintergrundwissen (da wo ich kaum das wasser reichen kann)

LG
Mike

und ich bin wirklich Mike
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/20537/>

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 04 Feb 2012 17:47:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mike,

Ihr seid Euch so was von ähnlich!

Auch er fiel durch fundiertes Wissen, teilweise schon fast wissenschaftliche Kenntnisse auf, bis er plötzlich verschwand.

Schön Dich hier zu haben, zuerst habe ich gedacht: was will ein Mann im Frauenforum?

Mittlerweile weiß ich Deine Beiträge zu schätzen.

Ig

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Binne](#) on Sat, 04 Feb 2012 17:52:22 GMT

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

@Mike,

was meinst du mit

"IGF 1 " in Serum und Zellen??

Ich weiß, dass das ein Wachstumshormon ist und mein IGF 1 an der unteren Kante schrabt.. nur wie bekomme ich das höher und ist es wirklich ausschlaggebend für das Haarwachstum??

LG!

Subject: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [Ira*](#) on Sat, 04 Feb 2012 17:53:49 GMT

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

hallo Mike,

.. na, das meine ich mit Spekulativus.

Timo lag falsch mit der Aromatase, weil es bei Dir nicht funktioniert hat. Vielleicht lag er ja doch prinzipiell richtig, aber irgendwas, was Du zeitgleich zu Dir genommen hast oder irgendeine andere Beschaffenheit in deinem Körper hat dazwischengeschossen und dazu geführt, dass es bei Dir nicht geklappt hat? Oder aber es gab einen Faktor, der bei dir den HA verschlimmert hätte, und die Sache mit der Aromatase hat das schlimmste verhindert?

In der Forschung heißt das dann Mediator- oder Moderatorvariable.

Deswegen werden in der Forschung auch Experimentalgruppen und Kontrollgruppen gebildet, um solche Variablen aufgrund einer hohen Personenzahl in den jeweiligen Gruppen in den Griff zu

bekommen.

Selbstversuche, die dann nicht klappen, weisen nicht zwingend darauf hin, dass eine Theorie kompletter Quatsch ist. Bei anderen, deren Ausgangsbedingungen andere sind, könnte es vielleicht klappen? Auch die Studien auf die du dich positiv beziehst, sind immer auch Studien, bei denen zig Leute von dem insgesamt positiven Effekt nicht profitiert haben - also in dem Fall wärest Du dann einer von ihnen.

Oder aber Du hast Recht und Timo lag falsch. Aber das werden wir hier ohne viel Geld, viele Probanden und viel Zeit nicht herausfinden können.

es grüßt
Ira

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Sat, 04 Feb 2012 17:55:57 GMT

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

Biggi01 schrieb am Sat, 04 February 2012 18:47Hallo Mike,

Ihr seid Euch so was von ähnlich!

Auch er fiel durch fundiertes Wissen, teilweise schon fast wissenschaftliche Kenntnisse auf, bis er plötzlich verschwand.

Schön Dich hier zu haben, zuerst habe ich gedacht: was will ein Mann im Frauenforum?

Mittlerweile weiß ich Deine Beiträge zu schätzen.

Ig

Vielen lieben Dank

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 04 Feb 2012 18:02:23 GMT

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

Liebe Ira*

Behalte Deine Fähigkeit die Dinge kritisch zu betrachten und zu hinterfragen, mich bringen sie weiter und machmal bringen sie mich dazu einfach mal darüber nachzudenken.

Linsensuppe ist lecker und Studentenfutter auch.

Bleib so wie Du bist.

Ig

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [mike](#). on Sat, 04 Feb 2012 18:14:19 GMT

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

Ira* schrieb am Sat, 04 February 2012 18:53hallo Mike,

.. na, das meine ich mit Spekulativus.

Timo lag falsch mit der Aromatase, weil es bei Dir nicht funktioniert hat. Vielleicht lag er ja doch prinzipiell richtig, aber irgendwas, was Du zeitgleich zu Dir genommen hast oder irgendeine andere Beschaffenheit in deinem Körper hat dazwischengeschossen und dazu geführt, dass es bei Dir nicht geklappt hat? Oder aber es gab einen Faktor, der bei dir den HA verschlimmert hätte, und die Sache mit der Aromatase hat das schlimmste verhindert?

In der Forschung heißt das dann Mediator- oder Moderatorvariable.

Deswegen werden in der Forschung auch Experimentalgruppen und Kontrollgruppen gebildet, um solche Variablen aufgrund einer hohen Personenzahl in den jeweiligen Gruppen in den Griff zu bekommen.

Selbstversuche, die dann nicht klappen, weisen nicht zwingend darauf hin, dass eine Theorie kompletter Quatsch ist. Bei anderen, deren Ausgangsbedingungen andere sind, könnte es vielleicht klappen? Auch die Studien auf die du dich positiv beziehst, sind immer auch Studien, bei denen zig Leute von dem insgesamt positiven Effekt nicht profitiert haben - also in dem Fall wärest Du dann einer von ihnen.

Oder aber Du hast Recht und Timo lag falsch. Aber das werden wir hier ohne viel Geld, viele Probanden und viel Zeit nicht herausfinden können.

es grüßt
Ira

Hallo Ira,

vorweg:
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/20005/>

Aromatase und Gut is .. steht nirgends ... lt. Beobachtung (heufen dut-User und Estradiol-Injektionen beim Mann(mein Link oben)) sorgen beim Mann die Estrogene für eine upregulation der Androgene..also der AR und Enzyme.. je mehr Estradiol .. gerade bei älteren Männern ist DHT aggressiver .. und E2/DHT hoch sorgen für Prostatakrebs! Genauso bei Frau Brustkrebs!

sonst wäre Dutasterid das Wundermittel .. das Gegenteil ist der Fall .. es induziert aromatasen und/oder 3- β -HSD und 17- β -HSD (auch das ist spekulativ)! -> aber Beobachtungen geben uns recht. Das Ergebnis ist meist eine kaputte Front oder darüber..

Meine Beobachtung:

DHT+E2 in Zellen = Körperhaar

DHT+wenigE2(ich und viele andere) = beruhigt sich die Sache .. Kopfhaar erholt sich und Körperhaar bildet sich subjektiv betrachtet langsamer aus

usw....

DHT+E2 = starke SE, Fettkinn, Akne usw.....

Man sieht es bei Frauen, wenig Androgene genügen oft um Akne auszulösen

auch das ist spekulativ .. wer will das wie beweisen ? und warum ? weiche monetären Zweck soll das haben ? Genauso wie NEMs .. keine Studien weil nichts patentierbar ... es bleiben nur "wir" hier im Forum zum selber testen und Meinungsaustausch...

Ira,

lies meinen Thread und ergänze ihn oder setze Dein Statement dazu damit er vollständig wird.

Außerdem sagt einer unserer Top-User:

"Die AGA Behandlung ist eine Sache des Trial and Error"

Dieser Mann ist einer meiner der größten finde ich .. auch als Mensch .. von seiner Art.

Und was in Zellen vorgeht ist leider Spekulation (schreibe ich oft auch dazu) -> Kopfhautbiopsien existieren .. jedoch jeder ist anders und man kann nur hoffen, dass die jeweilige Expression so verläuft wie man will...

sonst wäre ja ein Mittel das Wundermittel .. sowas gibt es leider nicht.

LG

Mike

@Binne

IGF-1 ..Serum

das erklärt warum meine AGA im Herbst/Winter am aggressivsten ist ... (Melatonin wird ua vermehrt ausgeschüttet aus Zirbeldrüse und in Leber zu IGF-1 umgewandelt...usw)

"Hypophyseninsuffizienz wird verbessert

von GH, ist der Effekt von denen vor allem durch IGF-1 vermittelt. In

Erwachsene mit Hypogonadismus, eine Kombination von GH und Gonadotropin Behandlung verbessert Testosteron-Sekretion und reproduktive Funktion."

Vertex Glatzenbildung, Plasma-Insulin-like growth factor 1 und Insulin-like Wachstumsfaktor bindenden Proteins 3
Elizabeth A. Platz, ScD, Michael N. Pollak, MD, Walter C. Willett, MD, DrPH, Edward Giovannucci, MD, ScD
Boston, Massachusetts, und Montreal, Kanada
Journal of the American Academy of Dermatology
Juni 2000 • 42. Jahrgang • Nr. 6
Copyright © 2000 von der American Academy of Dermatology, Inc.

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen
Posted by [mike](#) on Sat, 04 Feb 2012 18:21:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Biggi01 schrieb am Sat, 04 February 2012 19:02Liebe Ira*

Behalte Deine Fähigkeit die Dinge kritisch zu betrachten und zu hinterfragen, mich bringen sie weiter und machmal bringen sie mich dazu einfach mal darüber nachzudenken.

Linsensuppe ist lecker und Studentenfutter auch.

Bleib so wie Du bist.

Ig

Das ist es an bisherigen Erfahrungen und "Wissen" weitermachen und hinterfragen ..recherchieren.. Studien suchen und intepretieren und diskutieren .. Dinge selber testen (wie ich .. Estradiol)... NEMs usw..

AGA ist so eine hinterlistige "Krankheit" (kosmetisch betrachtet)

das soll man nicht hinnehmen...

Wir haben zum Glück drüben im Männerforum ein paar ältere User, die können einem Dinge erzählen .. WOW ..

und auch hier sind viele Damen sehr engagiert ...

eine fiel mir besonders aufGretchen hatte vieles auch eingebracht (Finasterid zb.)

Ich habe vor solchen Leuten sehr viel Respekt.

und will deren Erfahrungen und Wissen nicht verkümmern lassen sondern weiterentwickeln, verbessern (Tino -> Aromatase zb...) .. so finden wir nach und nach individuelle Lösungen.

LG
Mike

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [Ira*](#) on Sat, 04 Feb 2012 18:33:07 GMT

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

hallo Mike,

.. ich habe mich lediglich auf die Äußerungen aus deinem vorhergehenden Beitrag bezogen. Und diese lauteten "Tino hatte Unrecht. Bei mir hat es nichts gebracht" (frei zitiert). Und diese "Argumentation" habe ich in Zweifel gezogen.

Ob nun theoretische und/oder empirische Gründe aus gut kontrollierten Studien, die ähnliches (nicht das Gleiche!) untersuchten, für oder gegen deine bzw. Tinos Theorie sprechen, vermag ich nicht zu beurteilen (darauf läuft ja in etwa der von dir verlinkte Thread hinaus, wenn ich das richtig sehe). Letztlich entscheidet die groß angelegte Empirie darüber, wer richtig liegt. Und diese gibts zu dem Thema eventuell nicht?

So funktioniert auch - so grauenvoll das klingt - die Überprüfung aller Medikamente auf allen Gebieten. Man macht sich Gedanken, testet an Tieren und dann an geringen Gruppen von Menschen und dann an größeren. Und erst dann weiß man, ob man für die Allgemeinheit richtig lag (bzw. ob krasse Nebenwirkungen, die nicht zu verantworten sind, auftraten). Das Zusammentragen von Gedanken mag ein Gefühl der Selbstwirksamkeit erzeugen und Spaß machen (gegen beides ist gar nichts einzuwenden), aber letztlich entschieden wird hier nichts. Und eben auch nicht im Selbstversuch. Deswegen: Spekulativus.

Ich hoffe, Du verstehst, warum ich auf dein Angebot, in deinem Thread was zu schreiben, nicht eingehe. Mir macht es gerade einfach mehr Spaß, über andere Dinge nachzudenken (... oder hier im Forum zu posten, brr, ich müßte mich mal an die Arbeit setzen....).

Es grüßt
(unverbesserlich)
Ira

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [mike](#). on Sat, 04 Feb 2012 18:45:23 GMT

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

Hallo Ira,

Du diskutierst gerne

Zitat:Letztlich entscheidet die groß angelegte Empirie darüber, wer richtig liegt. Und diese gibts zu dem Thema eventuell nicht?

in Foren wird entschieden, was geht und was nicht ...
ein paar User habe ich angeführt .. die Erfolg hatten..

mitunter .. wie man in meinem pers. Thread erkennen kann .. wirke ich im Gesicht jünger ... und nicht mehr so "aufgebläht" sportlicheres Gesicht ..

Über all diese Themen gibt es kaum Forschung in dem Sinne ... es sind Forumsuser die hier Dinge ansprechen... spekulieren .. Studien einbringen (Tierstudien muss man kritisch betrachten .. gerade direkt im Bezug auf Haare .. Tiere habe KEINE AGA) und testen .. und Erfahrungen posten ..

nur so geht was weiter .. anders wird das leider nichts .. und warten bis irgendwer irgendwann irgendwas herausbringt (Haarmultiplikation usw.) ... ist mir zu passiv!

Da unsere Werkzeuge .. hier nicht patentierbar sind ..

und DNS-Entschlüsselung .. Das wäre der Durchbruch ..dkinge nicht mehr exprimieren lassen.. jedoch ist man hier ganz am Anfang.

So .. ich muss los

Schönen Abend.

LG Mike

Der sich gerne was besseren belehren lässt

und über jede Weiterforschung - Idee - Entdeckung - Erfahrung - auch Spekulation - froh ist.

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [Ira*](#) on Sat, 04 Feb 2012 18:52:42 GMT

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

Dann haben wir uns ja geeignet:

Es ist Spekulation und basiert - bestensfalls - auf wenigen, somit nicht aussagekräftigen Selbstversuchen.

Und es unterscheidet uns:

Dir ist das lieber als nichts. Mir ist das zu doof (ev. weil ich gesehen habe, wie die schönsten Gedanken von der Empirie aufgestochen werden. Aber das ist ein anderes Thema).

schönen Abend Dir und den anderen Mitlesenden!

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [mike.](#) on Sat, 04 Feb 2012 19:03:12 GMT

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

Ira* schrieb am Sat, 04 February 2012 19:52

Dann haben wir uns ja geeignet:

Es ist Spekulation und basiert - bestensfalls - auf wenigen, somit nicht aussagekräftigen Selbstversuchen.

Und es unterscheidet uns:

Dir ist das lieber als nichts. Mir ist das zu doof (ev. weil ich gesehen habe, wie die schönsten Gedanken von der Empirie aufgestochen werden. Aber das ist ein anderes Thema).

schönen Abend Dir und den anderen Mitlesenden!

soso

das unterscheidet uns voneinander ..

ich habe fast wieder volles Haar .. Du womgl. nicht .. und nimmst Dir Deine Chancen im vorfeld weg..

Ich taste mich an Dinge ran und höre auf meinem Körper!

und erfreue mich bester Gesundheit durch regelmäßigen Arzt-Kontrollen

Schönen Abend

LG
Mike

PS.

Bitte nicht Hoffnungslos' Thread missbrauchen

..mir tut es leid, dass ich vor ein paar Tagen hier "reingeplatzt" bin..

und ich würde alles daran setzten, ihr zu helfen!

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [Binne](#) on Sun, 05 Feb 2012 09:54:37 GMT

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

@Mike,

wie muss ich das verstehen?

Melatonin sorgt für mehr IGF1 in der Leber und IGF1 sorgt (bei dir zb im Herbst und Winter) für MEHR Haarverlust??

Ich dachte, IGF 1 als "WACHSTUMShormon" sorgt für mehr Haare???

Ich habe demächst vor , Melatonin 0,3mg abends zu nehmen, damit ich besser schlafen kann.. ist das jetzt keine so gute Idee?

LG!

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen
Posted by [mike.](#) on Sun, 05 Feb 2012 13:27:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Binne,

Das ist bei jeden verschieden..

ich bin der Herbst-HA-Typ

im Herbst/Winter habe ich starke ekzeme und darauffolgend starken HA und nur schwachen Wuchs in der Zeit

Im FJ/Sommer gehts mir besser

Wenn Du im Herbst/Winter eher ruhe hast von HA -> Teste es

Es ist hier leider wie Pilos sagt

"Eine Sache des Trial and Error"

Entweder schlecht ... oder neutral .. oder gut.

Wenn Du SE usw. schon erlebt hast oder es eine begleiterscheinung Deiner AGA ist wirst Du in 2-3 Wochen sehen wie Deine Kopfhaut sich anfühlt .. dementsprechend können die Haare sich entwickeln..

Noch zu @ Ira:

Wissenschaft hin oder her ..

Die AGA ist bei jedem verschieden .. und man muss ein paar Dinge an einem selber austesten und die Tendenz verstehen .. nur so kommt man ans Ziel ...

Dass Aromatase den meisten Männern schadet... sieht man schon alleine bei den

Prostatakrebspatienten
und nur deswegen wäre ich schon vorsichtig !

Genauso wie zu viel androgene Frauen schadet .. Brustkrebs usw..

Mit Deiner bisherigen Einstellung ..und da es dir zu "doof" ist das "Trial and Error" zu testen .. und Du lieber auf Ärzte usw. vertraust ..und kostbare Zeit verschenkst usw.... ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass Du mal in einem Perückenladen landen wirst ..

Ich sehe mich selber als fast nichtwissenden .. die AGA ist zu sagen wir mal 1% erforscht .. NUR eines weiß ich auch -----> ich lasse mich nicht von Ärzten/dzt. erfolglosen Aussichten oder unwissenden Dingen/handeln meine Haare kaputtgehen lassen ... dafür sind mir meine Haare zu wichtig !

LG
Mike

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen
Posted by [Ira*](#) on Sun, 05 Feb 2012 14:46:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo lieber Mike,

.. da dachte ich vorhin schon, ich überlass dir einfach mal das letzte Wort, und dann sprichst du mich doch nochmal direkt an. Also, gut:

1. Dass mir etwas zu doof ist, heißt nicht, dass ich von anderen erwarte, dieses zu unterlassen. Kann jede handhaben, wie sie will (sich informieren, nach Lösungen suchen etc.). Insofern: Nimm dieses "doof" bitte nicht persönlich! Dass ich mich überhaupt eingeschmischt habe, lag an einer falschen Aussage deinerseits (siehe Punkt 2).

2. Ich habe lediglich behauptet, dass eine Aussage von Dir in der allgemeinen Formulierung ("Tino hatte unrecht! Da es bei mir nicht angeschlagen hat" frei zitiert) spekulativ ist. Und bei dieser Aussage bleibe ich auch. So funktioniert logisches Nachdenken nicht. Das ist auch keine persönliche Einstellungssache, sondern ein falsches Statement.

3. Ich bin tatsächlich der Meinung, dass Nachdenken und Ausprobieren nicht zum gewünschten Erfolg führen muss. Es gibt leider genügend Beispiele von Leuten, die sich jede Menge angelesen haben und daraus ihre Schlüsse gezogen haben, bei denen diese Vorgehensweise nicht zum gewünschten Erfolg geführt hat. Es gibt auch genügend Beispiele von Leuten, die das gemacht haben, was ihnen Ärzte geraten haben, und nun wieder volles Haar haben.

4. Der Haarausfall scheint ein Hexenzeug zu sein. So viele Einflüsse, so viele Wechselwirkungen. Man dreht an einer Schraube (z.B. Progesteron), irgendwas anderes entgleist, der Haarausfall wird schlimmer... oder war doch das Progesteron zu hoch? Man weiss

es nicht. Deswegen ist trail and error auch ganz schön nervenaufreibend und unter Umständen überhaupt nicht zielführend (auch hierfür gibt es Beispiele: Leute mit guten Ideen, die dann nach hinten losgegangen sind).

5. Ich habe für mich die Entscheidung getroffen, nicht die nächsten zwei Jahre mit Recherchen zu verbringen, um dann doch mit meinen Ideen auf die Nase zu fallen (oder auch nicht). Wenn das Naheliegende nicht klappt, gehe ich eben in einen Perückenladen (ich würde, glaube ich, eher Glatze tragen). Ist mir lieber, als mir Hoffnungen zu machen, an mir rumzudoktern, doch enttäuscht zu werden und nicht zu wissen, woran es lag. Es ist in gewisser Hinsicht eine Kosten-Nutzen-Abwägung: Ich glaube nicht, dass an sich rumdoktern hoch aussichtsreich ist (Nutzen) und befürchte viel eher, dass es nervenaufreibend ist (Kosten). Das ist eine höchst persönliche Entscheidung, die ich für mich selbst treffe. Wie gesagt, andere mögen das anders für sich einschätzen, ihnen mag z.B. das Gefühl sehr wichtig sein, dagegen anzugehen (die irgendwo erwähnte Selbstwirksamkeit). Darin mische ich mich nicht ein. Ich habe nur logisch falsche Aussagen kritisiert.

6. Ich persönlich finds auch nicht so knorcke, anderen Leuten Hoffnungen zu machen und zu behaupten, dass die Lösung doch so einfach sei. Und sie müssten sich nur genügend anstrengend. Das ist doch Mumpitz! (siehe oben: Gegenbeispiele von höchst engagierten Personen).

Es grüßt
Ira

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen
Posted by [mike](#). on Sun, 05 Feb 2012 15:01:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ira,

..es ist nicht fair von Dir, Frauen die Hoffnung gleich am anfang zu nehmen bevor sie das richtige versucht haben

genau wie Ärzte

mein Hautarzt sagt .. Fin und minox wenn kein Stopp .. pech gehabt ich kam dann mit Aromatasehemmer daher und jetzt wächst die Front nach .. Aha...

Ich habe mich nicht von der schlechten Laune oder miusserfolgen des Arztes unterkriegen lassen sondern weitergesucht ... und womgl. gefunden ! (ich hoffe .. das es gut weitergeht)

Jedenfalls..

Ein HA-Stopp ist für viele Männer unter Fin eingetroffen .. bei manchen fast 2 Jahrzehnte

Bei der Frau wirkt Fin noch besser

Ein Stopp ist bei Frauen mit "wirklicher" AGA .. sprich DHT Problem wahrscheinlich !

Wiederwuchs ist Glückssache

Und zu Tino und Aromatase äussere ich mich nicht mehr .. das ist blödsinn und ..
Prostatakrebs wg. Haare.. nein Danke!

Ich habe aber auch zu viel Respekt vor Tino (er wusste sehr viel .. und war einer der ersten .. der sagte Fin und Frauen) um hier über ihn zu urteilen.. das steht mir nicht zu .. und kann ihn nicht das wasser reichen!

so genug geschrieben

die Finger werden bunt

Ich möchte mich hier nicht mehr solchen Diskussionen einlassen, da sie KEINEN weiterbringen und mich und anderen nur nach unten zieht ...

Bei uns in der Firma heisst es auch immer ! Keiner zieht den anderen runter .!!! Das ist unser erstes Gebot !

LG
Mike

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [Ira*](#) on Sun, 05 Feb 2012 15:35:59 GMT

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

Alter Schwede...

Wenn Du nicht hören kannst, dass auch die größte Anstrengung kein Garant dafür ist, dass die Haare wieder wachsen, und den Leuten, die so etwas "Infames" behaupten, implizit Gemeinschaftszersetzung vorwirft, ja,... dann bin ich etwas verdattert. Du tust ja gerade so, als würde ich hier mit voller Absicht alle Leute herunterziehen wollen. Das wird mir nicht gerecht, würde ich meinen. Ich habe nur erwähnt, dass bei einigen die größte Anstrengung (noch?) keine Früchte getragen hat. Das ist einfach die Wahrheit. Und aus dieser Wahrheit ziehe ich meine persönlichen Schlüsse (nämlich nehme ich mir vor, "Auf Wiedersehen" zu den Haaren zu sagen, sobald die Schulmedizin mir nicht geholfen hat).

Unschön finde ich auch, eine Diskussion mit den Worten zu beenden, dass sie keinem was bringt. Woher willst Du das wissen?

Ich persönlich halte die persönliche Abwägung, wie viel Anstrengung und Nervenaufreibung man in die Haare investieren will und wann man sich unter Umständen von den Anstrengungen verabschieden will, nicht für absoluten Quatsch. Auch andere Frauen nicht. So habe ich Beiträge von Frauen gelesen, die meinten, jetzt sei es genug, jetzt würden sie die Haare "einfach gehen lassen". Du kannst mir und ihnen doch nicht vorwerfen, dass wir andere runterziehen? Brr! Persönliche Wege, persönliche Entscheidungen. So einfach ist das. Ich würde meinen, dass in einem solchen Forum auch Raum für derartige Äußerungen sein müsste.

Ich habe versucht sachlich zu bleiben (ob mir das gelungen ist, müssen andere beurteilen). Und deine Unterstellungen, ich würde alle - am besten noch absichtlich - herunterziehen und uninteressanten Quatsch schreiben (nochmal: Woher willst du das denn wissen?), gefallen mir gar nicht.

Und zu der Firmenregel (ich bin gerade ziemlich sauer): Mir würde eine Regel "Wir bleiben respektvoll zu einander und trauen uns, gegenteilige Meinungen zu äußern und zu respektieren, und sind ganz gut darin, sachliche Kritik aufzunehmen" wesentlich besser gefallen als "Niemand zieht den anderen runter!". "Niemand zieht den anderen runter" klingt so nach Gemeinschaftssinn um jeden Preis. Und das wiederum klingt ziemlich gruselig in meinen Ohren.

Subject: Aw: wissenschaftstheoretische Ausführungen

Posted by [mike](#). on Sun, 05 Feb 2012 18:42:33 GMT

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

Hallo Ira,

Du schreibst soo viel

ich hasse einfach pessimismus .. was bringt Dir das wenn Du im vorfeld schon sagst ... "wird nichts" ..

da hast Du verloren bevor Du anfängst.

UND AGA ist leichter und schonender hzu behandeln wie Krebs ... wir sollen froh sein .. gesund zu sein .. falls es scheitert mit AGA ... lebt man weiter

Zitat:Und zu der Firmenregel (ich bin gerade ziemlich sauer): Mir würde eine Regel "Wir bleiben respektvoll zu einander und trauen uns, gegenteilige Meinungen zu äußern und zu respektieren, und sind ganz gut darin, sachliche Kritik aufzunehmen" wesentlich besser gefallen als "Niemand zieht den anderen runter!". "Niemand zieht den anderen runter" klingt so nach Gemeinschaftssinn um jeden Preis. Und das wiederum klingt ziemlich gruselig in meinen Ohren.

sollte ich so formulieren .. stimmt..

wir bauen den anderen auf und unterstützen ihn.

und wir haben wirklich viel Respekt voreinander...

Bei mir wars so ..

als ich 2010 starken HA hatte mit GHE Bildung und schmerzhafter trichodynie und starker SE mit schuppen .. bin ich zum Arzt -> weiterschicken Hautarzt -> Hautarzt sagte "Genetisch verurteilt .. Glatze hinnehmen" ... so ich bin aus der Praxis raus .. genauso wie tausende Mädels hier ... fast geweint .. und war Wochenlang deprimiert und hatte Angst....

bin vor dem Spiegel gestanden und bin durch meine langen Haare (das was noch da war) drübergefahren und dachte .. "ich werde euch jetzt verlieren" .. hatte den Rasierer in der Hand ...

sagte NEIN

wochenlang recherchiert .. auch hier im Forum habe ich viel optimistisches gesehen .. viele Erfolge .. war gut gelaunt ...
usw..... siehe meinen Thread

jetzt hätte ich vllt. schon eine Platte (lt. Stammbaum väterl.seits sehr wahrscheinlich .. alle blonden Männer vtls. hbekamen mit 25 ..GHE + Stirnglatze mit ca. 27 .. mit anf. 30 NW7 Vollplatte) .. stattdessen trage ich einen Pferdeschwanz (hoffe, dass es so bleibt)

Edit, Bild wurde auf Wunsch des Users entfernt

man siehtws noch .. Mittelscheitel licht .. ich werde sehen was "kommt"

So .. nun genug diskutiert übers diskutieren .. das ist mir zu "doof"
habe einiges an Zeit verloren .. die ich besser hätte investieren können ... zb. in Fachbücher lesen...habe noch genug in Evidenz..

und lass gut sein

und baue lieber Leute auf ..

LG
Mike

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Binne](#) on Sun, 05 Feb 2012 20:05:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Binne

IGF-1 ..Serum

das erklärt warum meine AGA im Herbst/Winter am aggressivsten ist ... (Melatonin wird ua vermehrt ausgeschüttet aus Zirbeldrüse und in Leber zu IGF-1 umgewandelt...usw)

"Hypophyseninsuffizienz wird verbessert
von GH, ist der Effekt von denen vor allem durch IGF-1 vermittelt. In
Erwachsene mit Hypogonadismus, eine Kombination von GH und Gonadotropin
Behandlung verbessert Testosteron-Sekretion und reproduktive Funktion."

Vertex Glatzenbildung, Plasma-Insulin-like growth factor 1 und Insulin-like
Wachstumsfaktor bindenden Proteins 3

Lieber Mike,

du musst mir ein wenig auf die Sprünge helfen.
Du hattest mir zwar schon geantwortet, bist aber nicht weiter auf den Zusammenhang Melatonin-
IGF1-mehr HA oder nicht darauf eingegangen.

Könntest du mir das bitte bitte noch einmal erläutern?

Danke und LG!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mia*](#) on Mon, 06 Feb 2012 14:46:27 GMT

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

Hallo Leute!

Heute muss ich hier mal Dampf ablassen, denn in Sachen Haare ist mir in den letzten Tagen zum
Heulen zumute. Da bringt mich mein Optimismus leider auch nicht weiter.

Zwischenzeitlich war ich nochmal bei einer anderen Hautärztin um mir eine Meinung bzgl. der
AGA und Minoxbehandlung einzuholen und ich kanns kaum fassen, aber Ärzte sind immer
wieder sowas von unsensibel, als wäre dieses ganze Theater mit den Haaren nicht schlimm
genug! .

Zwei Beispiele: Als ich ihr beim Termin sagte worum es geht, ich also auf meinen Haarausfall
hindeutete meinte die Ärztin sogleich "ah ja, man sieht's", in einem Tonfall als müsste ich
wirklich fürchterlich damit aussehen! Wahrscheinlich tue ich das auch (gefalle mir selbst nicht,
das ist ja gerade der wunde Punkt), aber die wenigsten Menschen sagen mir das so direkt.
Dann ist sie nochmal mit ihrer Hand durch meine Haare gefahren, was keine 2 Sekunden dauerte
und meinte dann "ihre Haare sind ja extrem dünn" und fragte derweil, ob ich schon Vitamine
einnehmen würde.

Boah, ich war richtig perplex und fast wütend in dem Moment. Nicht nur wegen der Ärztin, es hat mir mal wieder bestätigt, dass das Ausmaß des ganzen schon erheblich sichtbar ist und das in jungen Jahren . Sie hat ja recht, aber das ganze kann man doch auch etwas schonender verpacken, oder?

Mir ist immer daran gelegen wenn Ärzte ehrlich sind, aber etwas mehr Einfühlungsvermögen wünsche ich mir in solchen Momenten trotzdem!

Ich weiß gar nicht, was ich dazu von euch hören möchte, ich wollte es nur mal aufschreiben weil mich das gerade wieder so beschäftigt.

In Momenten wo ich so deprimiert bin versuche ich immer wieder daran zu denken, dass es sich um keine schlimme Krankheit handelt und ich bin froh darüber, aber es hilft natürlich nur bedingt darüber hinweg.

Heute früh beim Haarewaschen wieder weit über 200 Haare.. Und bald kommt wieder der Frühling und dann möchte ich mich bitte nicht unter Mützen verstecken müssen..

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Mon, 06 Feb 2012 16:58:48 GMT

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

Hi Mia,

viele Ärzte sind emotionale Trampel.

Ich kenne solche Sprüche: "Seien Sie doch froh dass Sie überhaupt noch Haare haben" oder: "schauen Sie sich doch mal auf der Strasse um, die haben alle kaum noch Haare in Ihrem Alter..."

Klar alle über 50 haben eine Glatze...Kopfschütteln

Wenn Sie Dir keinen vernünftigen Therapievorschlagn machen konnte, hake Sie ab.

liebe grüsse

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Mon, 06 Feb 2012 18:31:18 GMT

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

Liebe Binne,

Bei Männern würde ich sagen .. nein... wegen verb. T-sekretion...Mann hat mehr Testo damit..

Frauen funktionieren hier anders ...mglw. mehr E2, P4 usw..... und bei Frauen gibts tatsächlich Erfolge.

<http://www.medizin.de/ratgeber/haarausfall-melatonin-stimuli-ert-haarwachstum.html>

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/106735/??SQ=7cd0a87ea208893a1afa83bbf8ad1850&S=06059371c6cc07797abddce662f25dd9>

es hatte sich Tino mal intensiv damit befasst .. bei Frauen (Tino war ein Frauen-Spezialist .. hatte auch recht was Aromatase angeht)

<http://haarausfallhilfe.forumieren.de/t25-melatonin-und-haar-ausfall-bei-der-frau-tino-und-alle-anderen>

Ich werde im Frühling wieder einen Versuch wagen .. wenn ich mir sicher bin, dass auch meine Chemie stimmt und mein T im unteren Ref.-Bereich ist.

Hast Du eher im Herbst/Winter HA oder Fj/Sommer ?

ansonsten würde ich sagen, teste es.
Wenn die HF was davon abbekommen ist das ideal.

LG
Mike

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 07 Feb 2012 19:07:33 GMT

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

Hallo liebe Mia,

oh man wie gut ich dich verstehen kann ich habe es mit den ärzten aufgegeben, weil sie ja eh nichts ändern können und diese kommentare, na sie haben ja "noch" haare... boa da könnte ich kotzen...

jaa es sind "nur" die haare, aber es ist das was eine Frau ausmacht (finde ich)...

Schade, das es hier so gut wie keine geschichten von frauen gibt, die eine Haarintegration oder ähnliches gemacht haben und damit zufrieden sind ich habe irgendwie das gefühl, das diese "lösungen" auch nicht so das wahre sind...

und das zieht mich echt runter...

ich hoffe es geht dir heute etwas besser, lass dich davon nicht fertig machen

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 08 Feb 2012 07:26:07 GMT

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

Hallo hoffnungslos,

ich selber habe zwar auch "noch" keine Erfahrung mit einer Haarintegration, aber eine ehemalige Kollegin hat eine und sie ist super glücklich damit. Sie hatte immer schütteres Haar und irgendwann Toppik verwendet. Dann hat sie im Fernsehen einen Beitrag über Hairweaving gesehen und hat dies nun selber seit fast 3 Jahren. Entgegen dem, was die Zweithaarspezialisten sagen, dass man das Haarteil spätestens nach ca. 1 - 2 Jahren austauschen müsste, trägt sie immer noch ihr erstes und dies permanent und es sieht immer noch sehr gut aus.

Sie sagt heute, dass es ihr leid tut, dass sie nicht schon früher auf die Idee mit dem Haarteil gekommen ist. Sie hat seither ein anderes Lebensgefühl.

Lass dich doch einfach mal beraten, damit du weißt, was es für Möglichkeiten gibt, falls du je darauf zurückgreifen musst.

LG wuschel

PS: Evtl. findest du im Jenny Latz Forum, Beiträge zu Haarintegrationen

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Wed, 08 Feb 2012 10:14:11 GMT

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

Hallo wuschel63,

endlich mal ein beitrag der mich hoffen lässt und mich nicht runterzieht...

genau solche Beispiele brauchen wir hier im Forum, Beispiele von Frauen die mit einer Lösung so zufrieden sind, dass sie, wie du so schön sagst, ein neues Lebensgefühl haben

Tausend dank liebe wuschel, you made my day!!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Wed, 22 Feb 2012 12:24:32 GMT

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

Hey Leute,

meine haare werden von tag zu tag weniger und ich werde von tag zu tag trauriger, depressiver und das Leben hat einfach manchmal keinen Sinn in so einer situation

ach ihr lieben, warum kann das nicht aufhören.. ich habe einfach keine kraft mehr...

ich kann mich nicht mehr schön machen und meine haare mal stylen!! Ich bin soooo unattraktiv geworden

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Wed, 22 Feb 2012 13:13:55 GMT

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

Hallo liebe hoffnungslos,

mir geht es ganz genau so. Das Schlimme ist, dass wir in einer Zeit leben, in der ganz extrem Wert auf Äußerlichkeiten gelegt wird. Es ist ziemlich grausam zu sehen, wie fast alle anderen tolle Haare haben und perfekt gestylt sind, während man selber wie eine asoziale Pennerin rumläuft. Sag' mal, wie trägst Du Deine Haare (lang oder kurz, glatt oder gewellt etc.)?

Liebe Grüße,
flame

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Mavie](#) on Wed, 22 Feb 2012 15:05:03 GMT

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

Liebe hoffnungslos,

ich weiß nicht, ob es hilft, aber ich drück Dich virtuell mal ganz fest. Es ist ein fieses Schicksal, das uns da trifft, aber Deinen Lebensmut darüber zu verlieren - das ist es nicht wert.

Hast Du jemanden, an den Du Dich in den traurigsten Augenblicken anlehnen kannst? Hast Du therapeutische Unterstützung? Sorry, falls Du das schon mal geschrieben haben solltest - ich tippe hier gerade hektisch zwischendurch im Büro, komme leider nicht so sehr zum Nachlesen.

Auch bei mir zieht sich der Haarausfall seit fast 2 Jahren dahin, der Schopf lichtet sich immer mehr. Aber ich habe in dieser Zeit auch meinen Freund kennengelernt. Und das in einer Phase, in der ich mich unglaublich unattraktiv gefühlt habe und dachte, ich könnte mich für Romantik gar nicht öffnen. Ein Mann war eigentlich das letzte, was ich wollte. Aber es ist trotzdem passiert, und das in meinem fortgeschrittenen Alter von 37.

Vielleicht gibt Dir das etwas Hoffnung. Wir fühlen uns teilweise ganz ganz schrecklich, aber von außen wird das nicht so gesehen/bewertet.

Und es gibt für den Notfall kosmetische Lösungen, das müssen wir uns vor Augen halten. Kommen Haarteile für Dich nicht in Frage? Ich habe früher, lang lang vor der Haarausdünnung, des öfteren nur des Effektes wegen Haarteile beim Ausgehen getragen und sie geliebt (Perücken und Teile zum Clipsen) - daher habe ich hier eine geringe Hemmschwelle.

Darauf mehr oder weniger angewiesen zu sein, ist zwar kein schöner Gedanke, aber wenn es nicht anders geht, gewöhn ich mich auch DARAN. Man kann es sich im Leben leider nicht aussuchen und Verzweifeln ändert ja leider nix.

Für mich relativierte sich das alles in den letzten Monaten, vor sechs Tagen ist meine Freundin im Alter von 35 Jahren an Krebs gestorben. Wenn man vollkommen hilflos über Wochen der Mutter eines 3 Jahre alten Mädchens beim Sterben zusehen muss, dann erkennt man das Leben an sich als Geschenk. Auch wenn es vollkommen unperfekt ist.

Ich kann noch mit meiner Familie zusammensein, die Natur genießen, in Ausstellungen oder ins Kino gehen, mit Freunden lachen, verreisen... ob mit Kopftuch, Perücke oder einfach ohne Haare. Drauf geschissen!

Ich kann das alles noch erLEBEN! Hin und wieder wird mich mein Haarausfall "beißen", aber was ich aus meinem Leben mache und ob ich es genieße - das möchte ich davon nicht beeinflussen lassen.

In diesem Sinne wünsch ich Dir alles alles Liebe und dass Dich die Kraft wieder findet! Vielleicht wandelt sich Dein Username irgendwann doch noch in "hoffnungsvoll".

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Wed, 22 Feb 2012 16:23:55 GMT

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

@Mavie

Das ist ein wunderschöner Beitrag!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Mavie](#) on Wed, 22 Feb 2012 16:34:19 GMT

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

Danke Dir, liebe flame!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Wed, 22 Feb 2012 17:41:44 GMT

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

Hallo liebe Flame, liebe Mavie,

schön, das es euch hier gibt schön das ihr den anderen jungen Frauen aufmuntert und ihnen auch mal die schönen seiten des lebens aufzeigt!

@Flame: also ich trage sie schulterlang und gewellt (naja wenn man das mal so nennen darf, sie waren früher lockig und heute sehen sie nur noch strohig und trocken und wellig aus).

@ Mavie: An dich ein ganz besonderes Dankeschön!! Ich habe es wirklich so sehr genossen deinen beitrag zu lesen und musste ihn sogar ein paar mal lesen, weil es mir echt gut getan hat... Erstmal natürlich mein herzliches beileid für deine freundin sowas ist wirklich sehr schlimm, wenn da auch noch kinder im spiel sind...

wenn ich sowas lese, dann kommt mir mein Problem wie ein "problemchen" vor und ich schäme mich auch hier rumzuheulen wegen der Haare!! Aber nun gut, das ist etwas was mich sehr sehr stark belastet und mir all meinen lebensmut raubt...

aber DU hast recht!! Niemals sollte man sich deswegen kaputt machen.. und jaaa natürlich bin ich für alles offen, ob Perücke, haarintegration oder Haarverdichtung!! Denn es gibt Lösungen und die sollte man nutzen!!

Es ist halt einfach ein wirklich schlimmer weg bis man SICH mit dieser situation akzeptiert!!

Es ist übrigens schön zu lesen, das du deinen Mann in so einer schweren Zeit kennengelernt hast. Ich kann mir das überhaupt nicht vorstellen, das mich jemals wieder jemand lieben wird Obwohl ich noch so jung bin...

Das macht mich wirklich fertig, weil ich mich überhaupt nicht gegenüber männer öffnen kann!!

Wie gesagt, liebe Mavie, tausend Dank für deinen Beitrag.. und schön, wenn sich hier Frauen melden, sie auch mal positives berichten können

LG Alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [angorakatze](#) on Wed, 22 Feb 2012 19:56:18 GMT

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

@Mavie

Ich möchte auch Danke sagen. Recht hast Du und ich sehe es genau so, aber manchmal vergisst man das leider.

Zitat von flame: Das Schlimme ist, dass wir in einer Zeit leben, in der ganz extrem Wert auf Äußerlichkeiten gelegt wird. Es ist ziemlich grausam zu sehen, wie fast alle anderen tolle Haare haben und perfekt gestylt sind, während man selber wie eine asoziale Pennerin rumläuft.

@flame und alle anderen die sich manchmal schämen, ich fühle mich genauso aber ich denke auch, ich habe niemanden versprochen perfekt zu sein, ich bin kein model, ich schulde es niemandem hübsch zu sein und wer nicht total dumm ist, der weiß das ich nicht freiwillig so rumlauf,

mann mann mann auf die blicke immer müsste man eigentlich mal ein grinsendes: waas geeht, erwiedern, aber ich guck glaube ich meist genauso irriert zurück, sowie. ja, mensch, ich weiß auch nicht

Ig und schönen abend
angorakatze

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [flame](#) on Wed, 22 Feb 2012 20:05:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke angorakatze, Deine Sichtweise tut sehr gut!

Muss aber sagen, dass ich auch rein "für mich" schön sein möchte. Ich wünsche mir eine Stimmigkeit zwischen meinem Innenleben und meinem Äußeren. "Eigentlich" bin ich eine lebensfrohe, leidenschaftliche, intensive Frau. Der Haarausfall hat mich zu einer ängstlichen grauen Maus gemacht, die sich selber unattraktiv findet und die kein Mann auch nur mit dem Ar... anschaut.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [angorakatze](#) on Wed, 22 Feb 2012 20:28:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@flame

ich weiß was du meinst, aber wer hat denn definiert, das lebensfroh, leidenschaftlich und intensiv gleich volle, tolle haare bedeuten?

die werbung, die rolle der frau als verführerin, als objekt, das ist ein großes thema, aber ich denke genau das muss man überkommen, stärker werden, sich nicht zu einem unnatürlichem kunstobjekt erziehen lassen, mensch, ich frag mich auch wie sollen frauen eigentlich heutzutage in ruhe altern, ach da könnte ich soviel zu schreiben. fakt ist man muss sich selber erfinden und sich nicht vorgeben lassen, wie man sein soll, geht eh nicht weil mit photoshop bearbeitet

alles leicht gesagt nicht war? ich für meinen teil bin im moment auf dem punkt, dass wenn mich keiner will, dann pech gehabt, also quasi erstmal bockig und dann weiter schauen

grüße
angorakatze

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Wed, 22 Feb 2012 21:00:06 GMT

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

Das Problem ist, dass wir alle gewissen biologischen Programmen unterworfen sind. Viele Männer werden eine Frau mit kaum Haaren nicht als sexuell anziehend empfinden und können da gar nichts dafür. Bei Freundschaften spielt das alles überhaupt keine Rolle, für eine (auch) auf Körperlichkeiten basierende Partnerschaft sehr wohl. Selber hat man ja auch so seine Grenzen. Ich z.B. könnte mir einfach keine sexuelle Beziehung mit einem Mann vorstellen, der 1,60 m groß ist und 150 kg wiegt, da wenn er als Mensch und Freund noch so sympathisch ist.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [angorakatze](#) on Wed, 22 Feb 2012 21:36:40 GMT

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

Geh ich mit, aber vielleicht können wir lernen unsere Weiblichkeit nicht zu sehr auf die Haare zu fixieren. Ich könnte mir schon vorstellen, dass Männer diese Frau hübsch finden. Kennst Du sie? Sie sitzt in der Jury eine Casting-Show, sehr mutig und stark diese Frau

http://www.posh24.de/neues_konzept_vorgestellt_unser_star_fu_r_baku

http://www.mycyberradio.com/de/news/musiknews/2012-01-19-fri-da_gold_alina_sueggeler_k.html

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Wed, 22 Feb 2012 21:53:38 GMT

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

Naja, es hat schon nochmal einen ganz anderen Touch, ob eine Promi-Frau vorübergehend mal eine raspelkurze Frisur trägt oder ob "unsereins" aus der Not heraus zu Kurzhaar übergeht (und dabei evtl. auch noch eine unglückliche Ausstrahlung hat).

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Mavie](#) on Wed, 22 Feb 2012 22:43:15 GMT

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

Danke Alena, Flame und Angorakatze - Eure Beiträge tun mir auch gut. Keine von uns sitzt alleine im Boot, wir teilen die Ängste und Hoffnungen, den Schmerz und die Wut, und gelegentlich sicher auch den selben Galgenhumor.

Vielleicht finden sich in diesem Forum ja auch immer wieder Mädels, die in der Nähe voneinander wohnen und sich zusammentun können. Manches fällt zu zweit oder gar im Rudel bestimmt leichter. Z.B. sich über Haarersatz zu informieren und beraten zu lassen, verschiedene Lösungen auszuprobieren und damit auch mal unter Leute zu gehen, Tücher, Caps oder ähnliches shoppen...

Was ich unbedingt sagen möchte: Ich wollte mit der Geschichte meiner Freundin (danke für Eure lieben Worte, ich habe ehrlich gesagt noch nicht realisiert, dass sie nun wirklich gegangen ist, es fühlt sich an wie ein schlechter Traum) nicht etwa unseren Haar-Kummer bagatellisieren. Ich hoffe, dass es nicht so angekommen ist.

Was wir erleben, trifft uns ja mitten in unserer Weiblichkeit - flame, Du hast das so gut beschrieben - und daran hat frau schon gehörig zu knuspern, das kann vor allem in jungen Jahren irrsinnig wehtun.

Alena, ich finde, Du hast etwas Wichtiges geschrieben: Es ist unheimlich schwer und schmerzhaft sich und diese Situation annehmen zu können, egal ob der Haarausfall nun permanent oder letztendlich doch nur vorübergehend ist.

Dieser Prozess dauert, tut weh, kostet Energie und bringt viele von uns an den Rand des psychisch Erträglichen - aber es kommt die Zeit, da findet jede hier ihre Lösung für sich und kann glücklich und befreit leben. Davon bin ich zutiefst überzeugt. Ich glaube, wichtig ist, dass wir uns selbst eine Chance geben an diesen Punkt zu kommen. Der Weg ist oft schwer, aber dankenswerterweise haben wir dieses Forum und können uns gegenseitig beistehen.

Alena & Flame: Stellt Euer Licht mal nicht unter den Scheffel! Rasseweib bleibt Rasseweib.

Was sich dabei wirklich am Kopf abspielt, tut nicht viel zur Sache. Rihanna und Beyoncé beispielsweise tragen immer Haarersatz. Egal, welchem Mann man das erzählt - keiner wird sie deswegen weniger heiß finden, das geb ich Euch gern notariell beglaubigt.

Renee Zellweger, Nicole Richie, Fergie von den Black Eyed Peas, Christina Hendricks... nur einige wenige Beispiele für sexy Stars mit dünnem Haar.

Es wird hier optisch getrickst an allen Ecken und Enden - das ist keine Schande und nimmt uns nichts von unserer Weiblichkeit! Im Gegenteil, unser Optikt zu "pimpen" ist zutiefst weiblich.

Hier einige Links, die Euch hoffentlich ein wenig aufbauen:

<http://www.hairlossshell.com/wig-loving-female-stars>

(Perücken und Tophair, getragen von Stars. Sieht nicht immer perfekt aus - und trotzdem schämen sich diese Damen garantiert nicht).

<http://www.youtube.com/watch?v=gf-93ftrAcQ>

(Sie hat natürlich tolles Eigenhaar. Ich bin dennoch immer wieder fasziniert, zu welcher Wallemähne sie das hintrickst.)

<http://www.youtube.com/watch?v=06GclYgQ4p8>

So, und damit wünsch ich nun endlich gute Nacht!
Mavie

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [nelli](#) on Thu, 23 Feb 2012 10:42:59 GMT

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

Hallo ihr!

Ich kann das was flame sagt, gut nachvollziehen. Bis ich ca. 30 war, fühlte ich mich auch attraktiv. Ich hatte nie ein perfektes Gesicht aber zusammen mit den Haaren stimmte es einfach und jetzt stimmt einfach gar nichts mehr. Und es ist einfach so: schöne Klamotten, eine schöne Figur etc, es bringt alles nichts ohne schöne Haare. Es ist ja nicht so, dass sie nicht nur nicht schön sind, sondern dass man regelrecht ungepflegt damit aussehen kann. Ich denke mich würde jedenfalls niemand einstellen, wenn ich in einem Laden arbeiten wollen würde, denn die Verkäuferinnen müssen einfach gepflegt aussehen. Nicht, dass das jetzt mein Berufswunsch wäre, aber ich denke mir das manchmal so.

Was ich andererseits eben auch sehe ist, dass wir uns so verrückt machen wegen den Haaren und eben Promis wie Beyonce (übrigens die meisten schwarzen Frauen tragen Haarersatz!), Tyra Banks etc. nur mit Perücke raus gehen. Ich für meinen Teil kann sicher sagen, dass mir noch so viele Psychotherapien mich nicht an den Punkt bringen werden, mich mit Fuselhaaren annehmen zu können, aber ich denke schon, dass ich mich mit Haarteil annehmen kann und auch gut fühlen kann, WENN es natürlich aussieht. Ich bin mir ganz ganz sicher, dass es viele Frauen gibt, die Perücke tragen und die selbst wir nicht als solche erkennen. Das Problem ist nur, dass diese natürlich auch sehr teuer sind. Ich selbst habe für mich ja auch noch nicht das richtige gefunden, aber es ist sicher, dass nun mal Haarersatz mein Weg sein wird. Wir können alle froh sein, dass wir nicht vor 30 Jahren gelebt haben, wo es weit nicht so tolle Sachen wie heute gab. Ich selbst musste vor 22 Jahren auch mal ein halbes Jahr Perücke tragen wegen einer OP und die sah wirklich nicht natürlich aus.

Ich denke wir müssen uns eingestehen, dass Haarausfall ein ganz ganz extremes Problem für Frauen ist. Deshalb sind wir ja keine oberflächlichen Menschen, die nur an Haare denken, aber es bleibt für die Psyche einfach gravierend. Gleichzeitig darf man eben nicht aus den Augen verlieren, dass es wirklich tausend mal schlimmere Dinge gibt und ich sehe es gerade regelrecht als meine Pflicht für mich selbst und für meine Familie an (die auch unter meinem Problem leidet) eine solche Lösung zu finden, dass es nicht mehr die Hauptrolle in meinem Leben spielt. Damit meine ich Haarersatz. Leider wird viel Geld dafür drauf gehen und wahrscheinlich wird es auch lange dauern, bis man die richtige Lösung für sich selbst hat,

aber wir dürfen einfach nicht unser Leben davon bestimmen lassen. Kürzlich habe ich eine Frau in der Stadt gesehen, die vitiligo hat, diese Weissfleckenkrankheit. Die Hälfte ihres Gesichts war fleckig weiss, die andere hatte noch dunklen Teint. Sowas kann man unmöglich verstecken. was soll diese arme Frau machen? Alle starrten sie an. Soll sie das ganze Gesicht weiss bleichen wie Michael Jackson? In solchen Momenten denke ich auch wieder, dass es im Vergleich zu ihr das Schicksal gut mit mir gemeint hat.

Aber klar, es bleibt nicht einfach, aber ich will damit nur sagen: jeder hat sein Päckchen zu tragen. Wie meine Hausärztin kürzlich meinte: Diese Kröte müssen Sie schlucken, machen Sie das Beste draus.

Ich glaube, etwas anderes bleibt uns nicht übrig.

Vor vielen Jahren habe ich in den USA gelebt und dort spielt das AUSsehen ja noch eine viel grössere Rolle. Dafür aber hat man dort auch keine Hemmungen davor zu Haarteilen zu greifen. Viele Frauen mit an sich schönen Haaren klipsen sich trotzdem diese Oberkopfteile rein um noch besser auszusehen. Ich muss da einfach auch noch meine Hemmungen abbauen. Als ich 2004 das erste mal Great Lenghts Strähnen reinmachte zur Verdichtung, dachte ich erst ich sterbe. Heute denke ich so ein Quatsch. Tressen sind für mich heute total normal. Der nächste Schritt für mich mit Haarteil am Oberkopf ist für mich auch wieder schwierig, aber da muss ich eben ran.

Flame, hattest du denn auch mal eine Zweithaarlösung, die du gut fandest? Ich habe gelesen, dass du mit deiner Perücke nicht so klar kommst, käme denn noch was anderes für dich in Frage?

Alles Liebe,
Nelli

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [flame](#) on Thu, 23 Feb 2012 10:59:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Nelli,

ich hatte erst ein Oberkopf-Haarteil aus Echthaar. War alles sehr aufwändig, ich konnte das Ganze nur als Hochsteckfrisur tragen und fühlte mich irgendwann immer unwohler damit.

Später dann eine Kunsthaarperücke, dazu habe ich drüben bei AA einen längeren Faden laufen gehabt. Hab's mir am Anfang schöngeredet, weil ich einfach endlich das Elend verstecken konnte. Fühlte mich aber zunehmend unwohl. Ich finde, man merkt, dass es eine Perücke ist. Insbesondere sehe ich, wenn das Teil auf dem Styroporkopf ist: wenn die Haare ungünstig liegen, schimmert das Netz der Montur durch. Ich hatte bewusst eine nicht zu üppige Perücke genommen, weil sie sonst erst recht auffällt.

Der nächste Schritt ist nun Kurzhaarfrisur - habe schon total Schiss, dass ich dann wie eine gebadete/gerupfte Maus aussehe und insbesondere die Kopfhaut deutlich durchschauen

könnte.

Aber ich will nix "Künstliches" mehr. Nix mehr, bei dem ich Angst vor jedem kleinen Windhauch haben muss.

Liebe Grüße,
flame

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [hoffnungslos84](#) on Thu, 23 Feb 2012 11:22:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mavie,

und wieder ein wunderschöner und aufbauender Beitrag von dir vielen dank

und ich habe mir ein video angeschaut und dachte mir, wow das sieht wirklich gut aus und das ist auch noch zum klipsen wahrscheinlich hast du recht und man findet IMMER eine lösung für sich... ja klar ist das nicht schön, wenn man haarausfall hat und die haare immer weniger werden..

aber das ist nunmal UNSER schicksal und wir müssen das beste draus machen dieses video hat mir gerade echt den Tag versüsst ich denke mir, andere frauen brauchen auch lange im bad, bis sie mal ihre Mähne zurecht gemacht haben, mit glätten oder föhnen... wenn es dann mal bei uns so sein sollte, das wir ein haarteil haben (zum klipsen beispielsweise) dann brauchen wir eben zeit im bad, das teil ranzumachen na und??

Meine größte sorge im moment ist es wirklich nur, wie ich mich einem Mann gegenüber so geben soll... abends grauenhaft ins bett und morgens mit einer tollen frisur aus dem bad kommend??

davor habe ich wirklich eine enorme angst...

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mia*](#) on Thu, 23 Feb 2012 20:08:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr lieben,

auch ich möchte wieder mal ein ein Update machen. Derzeit hat der Haarausfall etwas nachgelassen, aber das tröstet trotzdem nicht.

Die Haare, die bleiben werden einfach immer immer dünner und die wenigen Härchen die nachwachsen sind kaum sichtbar (fast durchsichtig kann man sagen).

Meine Frisur ist keine Frisur mehr, weil es immer mehr an Volumen fehlt. Ich traue mich auch kaum zum Frisör, weil mir das richtig unangenehm ist, aber ich möchte unbedingt etwas für

das Selbstbewusstsein tun.

Sagt mal, erwägt irgendjemand von euch wieder die Pille zu nehmen? Ich habe sie ja ganz bewusst nach 10 Jahren abgesetzt weil ich mich damit nur noch schlecht gefühlt habe, aber wenn nichts hilft gerät man wieder in Versuchung nach jedem Strohhalm zu greifen. Ich will es nicht, aber es fällt schon schwer wenn ich daran denke es könnte evtl. Besserung bringen und die Haare wieder wachsen lassen. Aber es ändert nichts, wenn ich dann wieder eine ganze Palette anderer Beschwerden habe. Und die Besserung der Haare ist ja auch nur vorübergehend und nach Absetzen nimmt alles wieder seinen Lauf. Derzeit drehe ich mich wieder im Kreis und was ich definitiv brauche ist Ablenkung.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Fri, 24 Feb 2012 09:51:14 GMT

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

Habt ihr alle nur dünne, feine Haare oder schimmert bei euch der Oberkopf durch ??? Ich finde, dass es da nämlich einen großen Unterschied gibt. Also mit feinen Haaren kann man doch auch ganz gut leben, schütteres Haar ist dagegen nicht mehr so prickelnd. Bei mir schimmert je nach Lichteinfall ganz blöd die Kopfhaut durch. Letztens war ein Film im Fernsehen "Die nackte Wahrheit", da hatte Katherine Heigl ein Cliphaarteil an und zog es nachher ab. Fand beides voll ok. Na ja, da hängt eben wieder der Vergleich, ob man nur feines Haar hat oder eben schütteres.

Wenn ich jünger wäre, würde ich evtl. auch überlegen, die Pille wieder zu nehmen, aber so..... Zudem ist das Problem ja dann wirklich nur aufgeschoben.

Ach ja.... und dass es viel schlimmere Dinge gibt, als HA, habe ich vor einigen Jahren mal im Urlaub gesehen, da hatte eine Frau, wahrscheinlich durch Gesichtskrebs, ihr ganzes Gesicht zerfressen. Sie hatte keine Nase mehr, sondern nur 2 Löcher und ihr Mund bestand nur noch aus einer Höhle..... da können wir Gott wirklich dankbar sein, dass er für uns "nur" den HA vorgesehen hat.

LG wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Mavie](#) on Fri, 24 Feb 2012 10:49:02 GMT

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

Hallo wuschel,

also bei mir schimmert die Kopfhaut in den Bereichen durch, in denen die Haare auseinanderfallen (z.B. gescheitelt), weswegen ich immer öfter Toppik verwende.

Ich habe so klaffende helle Stellen fast wie Debra Messing auf diesen Bildern (wobei sie insgesamt viiiel größeres Haarvolumen hat als ich!):

[http://images.teamsugar.com/files/upl0/0/3620/04_2008/debra% 20messing.jpg](http://images.teamsugar.com/files/upl0/0/3620/04_2008/debra%20messing.jpg)

<http://www.stylebistro.com/lookbook/Debra+Messing/Nc2bTvlpeO M>

Auch Bilder von Christina Hendricks erinnern mich immer wieder an meinen Haarstatus:

<http://www.hairlossshell.com/christina-hendricks-loves-hair-pieces>

Jaaaa, ich bin besessen vom Haar der Stars!

Mich tröstet es einfach zu sehen, dass schöne Frauen das selbe Problem haben und es ihrer Weiblichkeit keinen Abbruch tut.

Liebe hoffnungslos: Deine Ängste Dich einem Mann ganz "echt" zu zeigen, nachdem er Dich möglicherweise mit einem Clip-Haarteil kennengelernt hat, kann ich schon verstehen. Aber ich denke, wenn Du von Anfang an mit offenen Karten spielst und ihm sagst, dass Du mit Haarausfall zu kämpfen hast, dann wird das für ihn kein großer Schock sein.

Mach Dich deswegen jedenfalls jetzt nicht verrückt - wenn es mal soweit ist, könntest Du überrascht sein, wie schrecklich und dramatisch das abläuft.

Ich wünsch Euch allen ein schönes Wochenende,
Mavie

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Cora](#) on Fri, 24 Feb 2012 10:52:54 GMT

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

Nur mal ganz allgemein zur "Option Pille":

Selbst wenn man in anderer Hinsicht keine Bedenken hätte (Kinderwunsch, später wieder absetzen müssen, künstliche Hormone), ist es absolut nicht gesagt, dass damit der Haarausfall aufhören würde!

Es gibt zig Fälle, bei denen auch die (oder eine andere) Pille irgendwann nicht mehr gegen Haarausfall geholfen hat, auch wenn das zuvor der Fall war. Bei mir ging der Ausfall z.B. unter der Belara einfach fröhlich weiter, ein halbes Jahr lang - dann hab ich aufgegeben.

Also ne "sichere Bank" gegen Haarausfall ist die Pille ganz bestimmt nicht, jedenfalls nicht pauschal.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Fri, 24 Feb 2012 11:07:43 GMT

@wuschel

Ich habe nicht einfach nur dünne, feine Haare - der Haarausfall hat irgendwann ganz abrupt angefangen, d.h. ab da sind pro Tag massiv Haare ausgefallen. Inzwischen fallen auch minikurze Haare in rauen Mengen aus. Ich habe also nur noch wenige Haare, die noch dazu unfreiwillig relativ kurz. Bei diesem Licht sieht man selbstverständlich die Kopfhaut (wenn es das alleine wäre, ginge es ja noch, ließe sich mit Toppik bißchen wegkaschieren). So aber: überhaupt keine "Frisur", es schaut mehr als asozial aus (weshalb ich schweren Herzens nun eine Kurzhaarfrisur machen lasse).

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Fri, 24 Feb 2012 11:09:37 GMT

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

Hallo Mädels,

schön von euch zu lesen...

obwohl es mir heute leider nicht gut geht (hatte heute morgen wieder ca. 40 Haare beim kämmen verloren und der Tag hat gerade mal begonnen). Dementsprechend auch meine Laune

@Mavie: Ja da hast du wahrscheinlich recht. Ich muss dem Mann mit dem ich es irgendwann mal ernst meine, die Wahrheit von Anfang an sagen.. wenn er mich so akzeptiert und mich so nimmt wie ich bin, ist es eh der Richtige und ich kann mich beruhigt nach hinten lehnen... wenn nicht, ist er es gar nicht wert. So muss ich es eben sehen

Mädels, schön das wir uns gegenseitig hier so unterstützen!!

LG Alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Mavie](#) on Fri, 24 Feb 2012 11:11:22 GMT

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

Auch bei mir hat die Midiane nach nun fast 9 Monaten Einnahme nicht gegen den Haarausfall geholfen. Ich erwäge sie im April abzusetzen.

Ich muss dazu sagen, dass mir zwei Gynäkologen (1 Mann, 1 Frau) beide unabhängig voneinander von der Pilleinnahme abgeraten hatten. Zitat des einen: "Die Hormone des Eierstocks sind am besten für die Haare", Zitat der anderen: "Die Pille sollte Frau nur nehmen, wenn es gar nicht anders geht." Beide wollten mich mit Progesteron in der zweiten Zyklushälfte behandeln, obwohl ich laut Blutbefunden keinen Progesteronmangel und auch kaum entsprechende Symptome hatte.

Daher habe mich für den Vorschlag meines Endokrinologen pro Pille entschieden, zudem eine

leichte Hyperandrogenämie vorlag.

Ich denke, ich werde es ab Mai nun doch entweder mit Progesteron versuchen (aber ohne Druck - wenn es funktioniert, gut. Wenn nicht, eigentlich schon egal) oder - sofern DHEAS und Androstendion bei mir nach wie vor sehr hoch sein sollten - mit niedrig dosiertem Dexamethason.

Aber ehrlich gesagt habe ich innerlich fast schon meinen Frieden damit gemacht, dass es nix mehr wird mit den Haaren. Freu mich irgendwie auf mein Haarteil!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Fri, 24 Feb 2012 11:42:27 GMT

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

@ Mavie

wow, da hast du aber ein paar Bilder von Promis eingestellt ... wenn ich solche Haare hätte wow. Ich schaue auch immer gerne im Fernsehen und natürlich auch in der realen Welt allen Frauen auf den Kopf und oft erschreckt es mich bei anderen gar nicht, wenn sie schütterere Haare haben. Ich glaube, es spielt wirklich eine Rolle, dass man sonst gepflegt rüber kommt und auch keine fettigen Haare hat.

@ flame

freue dich einfach über einen neuen Haarschnitt. Vielleicht wirst du total begeistert davon sein. Ich habe mir vor ca. 1,5 Jahren auch meine langen Haare kurz schneiden lassen und war anfangs sehr begeistert davon. Allerdings habe ich sie mehr so hinbekommen, wie der Friseur... von daher trage ich sie jetzt wieder etwas länger. Übrigens alle Bekannten und auch mein Mann waren damals von den kurzen Haaren sehr begeistert .

Also laß dich überraschen

LG wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Fri, 24 Feb 2012 11:43:20 GMT

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

Auf so einen Gott pfeif ich, der das ganze Elend auf dieser Welt zulässt oder gar erschafft. Egal ob schlimmes Leid oder "weniger schlimmes" Leid.

Muss ein ganz schöner Sadist sein, dieser Gott, falls es ihn denn gibt.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mia*](#) on Fri, 24 Feb 2012 19:03:16 GMT

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

Das Thema kurze Haare möchte ich gern nochmal ansprechen.

Ich habe nämlich auch schon überlegt dem ganzen einen kurzen Prozess zu machen und mir eine richtige Kurzhaarfrisur schneiden lassen.. aber sieht man dann die lichten Stellen nicht viel mehr??

Das Wetter oder vielmehr der Wind tut dann noch sein übriges dazu wenn er einmal quer durch die Frisur pustet. Oder redet ihr von einem Bob (Kinnlänge sozusagen)?

Bei längerem Haar kann man ja noch eher durch unterschiedliche Scheitel kaschieren.

Was tragt ihr denn für Frisuren?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Fri, 24 Feb 2012 19:22:18 GMT

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

Hallo mia,

nachdem bei mir inzwischen so gut wie alle Haare in sehr kurzem Zustand ausfallen, läuft es zwangsläufig auf eine Kurzhaarfrisur raus. Nach langem Ringen habe ich mir nun in einer Woche einen Termin geben lassen... Kann dann ja berichten.

Ich finde halt, besser eine ordentliche Kurzhaarfrisur als eine schlampige Irgendwas-Frisur, die längst keine mehr ist und bei welcher der Wind noch viel krassere Peinlichkeiten produziert als bei kurzen Haaren. Noch dazu haben die Haare bei mir eine völlig undefinierte Struktur und stehen wild in der Gegend rum.

Sollte man die Kopfhaut arg durchsehen, werde ich eben zu Toppik greifen und ggf. mal den Concealer ausprobieren (bis jetzt nicht gemacht).

@alle

Weiß zufällig jemand, auf welche Problematik (Hormone, Mängel etc.) es hinweist, wenn die Haare alle sehr kurz ausfallen (dann aber wieder nachwachsen)? Irgendwie kommen sie mir total unterversorgt vor.

Liebe Grüße,
flame

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Cora](#) on Sat, 25 Feb 2012 00:12:30 GMT

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

flame schrieb am Fri, 24 February 2012 20:22
@alle

Weiß zufällig jemand, auf welche Problematik (Hormone, Mängel etc.) es hinweist, wenn die Haare alle sehr kurz ausfallen (dann aber wieder nachwachsen)? Irgendwie kommen sie mir total unterversorgt vor.

Die Frage taucht hier alle Nase lang auf - leider weiß das niemand *seufz* Als das bei mir zum ersten Mal auffällig wurde, hab ich alle (Forenmitglieder, Ärzte, andere Spezies) verrückt gemacht - was heißt das? AGA? Eisenmangel? anderer Mangel? Hormonchaos? ... und keiner konnte es mir beantworten

Momentan fallen mir kaum kurze Haare aus, was ich als äußerst beruhigend empfinde. Aber da bei mir seit 3 Jahren alles hin und her springt - Ausfallzahlen, Kopfhautprobs, mehr lange als kurze oder umgekehrt - geb ich da nicht viel drauf. Wird demnächst wieder anders sein

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [lala](#) on Sat, 25 Feb 2012 09:46:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cora schrieb am Sat, 25 February 2012 01:12flame schrieb am Fri, 24 February 2012 20:22
@alle

Weiß zufällig jemand, auf welche Problematik (Hormone, Mängel etc.) es hinweist, wenn die Haare alle sehr kurz ausfallen (dann aber wieder nachwachsen)? Irgendwie kommen sie mir total unterversorgt vor.

Die Frage taucht hier alle Nase lang auf - leider weiß das niemand *seufz* Als das bei mir zum ersten Mal auffällig wurde, hab ich alle (Forenmitglieder, Ärzte, andere Spezies) verrückt gemacht - was heißt das? AGA? Eisenmangel? anderer Mangel? Hormonchaos? ... und keiner konnte es mir beantworten

kann nur aus meiner erfahrung sprechen:
meine kritischsten stellen sind vorne in den GHE. dort wächst nach jeder HA-phase immer wieder gut was nach. aber dort fallen sie auch immer wieder als erstes aus, wenn sie erst 5-7 cm lang sind.
mit pantostin konnte ich jetzt erstmals welche davon halten.
20% vielleicht, aber immerhin.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [hoffnungslos84](#) on Sat, 25 Feb 2012 10:20:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mädels,

ach mensch, ich bin heute wieder soooo traurig... habe die ganze zeit tränen in den augen und muss diese auch noch vor meiner familie verstecken ich will nicht immer wieder mit dem thema nerven...

ich habe morgen meinen waschtag und habe jetzt schon so einen horror davor heute morgen waren wieder im kissen, beim kämmen zusammen ca. 50 haare

aaaaaaaahhh ich werde echt verrückt!! Was ist denn da nur los?? Niemand findet etwas...

seit 2 jahren geht dieser beschissene haarausfall!!

Sorry wenn ich mich hier auskotze, aber ich nehme das auch bischen als "Tagebuch" für mich, damit ich es loswerde...

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mike.](#) on Sat, 25 Feb 2012 10:34:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Hoffnungslos,

Du bist nicht allein .. ich verliere tgl. 300-400 seit Sept. 2011 hatte im Jänner kurz ruhe dann wieder....

mein Zopfumfang ist die letzten 6 Monate um die hälfte weniger geworden... seit 16 Monaten rafft die AGA meine Haare dahin und der nachwuchs ist fein und kurz....

ich hoffe meine Medikation schlägt an und ich ich habe im Mai/Juni guten Wuchs und weniger shedding..

@Hoffnungslos

was nimmst Du zurzeit .. bzw. hast Du aktuelle Werte inkl. Eisen usw..

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [hoffnungslos84](#) on Sat, 25 Feb 2012 10:50:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mike,

also ich war das letzte mal im november 2011 beim endo und da war alles in ordnung. Und mein

Ferittinwert lag bei 83! zur zeit nehme ich auch nur noch biotin und nichts anderes mehr.. ich hab einfach die schnauze voll!!

ach ich weiß doch auch nicht.. wisst ihr ich hatte letztes mal bei sterntv war das glaube ich, einen Mann gesehen, der mit 18 jahren beide Beine verloren hat. Aber er hat sich selber nie aufgegeben, hat immer gekämpft und war so voller lebensfreude!!

Da denke ich mir immer, mensch alena schau was es alles gibt.. meine güte es sind doch nur die haare und es gibt soooo viele tolle möglichkeiten

aber das sagt mein kopf, meine seele spricht eine ganz andere sprache!!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [angorakatze](#) on Sat, 25 Feb 2012 11:00:44 GMT

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

hallo hoffnungslos84!

mensch, lass doch das zählen sein, bringt doch eh nichts, was fällt das fällt, was wächst das wächst,hm. also ich hab das auch mal anfang gemacht, aber ich finde da steigert man sich ja nur noch mehr rein.

also mach das mal nicht, wenn es dir eh schon so schlecht geht.

die sonne scheint grad so schön in mein zimmer, ich habe mich gefreut, erst dann kam der gedanke das es für die sichtbarkeit meines Ha ja nicht so schön ist

wünsch euch alle trotzdem ein schönes wochenende
lg angorakatze

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [michalka 74](#) on Sat, 25 Feb 2012 11:29:12 GMT

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

Hallo Alena!

Also mir geht es Heute nicht besser.Ich hatte Heute mein Washtag und es sind schon 300 Haare in Müll.Hätte ich noch mehr gezogen,sind das möglichst noch mal so viele.Die letzte Jahre waren das oft 200-300 täglich,beim Waschen 800!Ich habe noch immer, kaum zu glauben,keine Glatze.Zählen macht wahnsinnig!Und dabei habe so starke Therapie.Ich möchte möglichst bald absetzen,da ich noch ein Baby möchte.Will nicht wissen wieviele es dan werden.Aber Leben kann nicht nur Haare beinhalten.Heute hat mir meine Schwester fotos von tschechischem Modell Vladka Erbova geschickt.Frau kann wirklich sexy und weiblich sein auch ohne Löwenmähne!

Ich denke ganz fest an dich und wünsche dir viel Kraft!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Sat, 25 Feb 2012 11:36:04 GMT

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

Hi Michalka,

wenn Du ein Baby willst .. hast Du theoretisch jetzt eine riesen chance

lass immer alle Blutwerte checken .. in der Schwangerschaft schafft der Körper paradiesische Verhältnisse für den Haarwuchs .. auch allgemein

LG

Mike

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [michalka 74](#) on Sat, 25 Feb 2012 17:59:00 GMT

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

Hallo Mike!

Ich weiß,in Schwangerschaftzeit geht es Berg auf,ich fürchte allerdings Zeit davor.Es ist jetzt schon Horror,die Fülle nimmt mehr und mehr ab.Was erst wenn ich die Pille und Androcur absetze.....Und falls länger dauert bis ich schwanger bin,habe ich wahrscheinlich eine Glatze

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Sat, 25 Feb 2012 19:19:03 GMT

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

Hallo Angorakatze, Hallo Michalka,

ich danke euch für die lieben Worte!! ich schöpfe wirklich immer wieder so viel Kraft daraus, obwohl ich euch garnicht kenne

es tut gut nicht alleine zu sein!!

hab noch einen angenehmen abend

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mia*](#) on Mon, 27 Feb 2012 19:27:09 GMT

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

@flame: Ja es wäre gut wenn du berichten könntest, wie es dir mit den kurzen Haaren geht.

Alles Gute für den Friseurbesuch!

@hoffnungslos: Ich verstehe dich so gut, denn mir geht's gerade auch gar nicht gut und ich frage mich wo das enden soll.

Sagt mal, ist bei irgendjemand von euch der Haarausfall eventuell auch durch Medikamente bedingt, die ihr nehmen müsst??

Ich bin richtig verunsichert . Ich nehme im Rahmen einer Aknebehandlung Isotretinoin und als Nebenwirkung kann leider auch HA auftreten (angeblich reversibel). Merkwürdig ist, dass Medikamente ja eher diffusen HA verursachen sollen!

Bei mir ist es aber das typische AGA-Schema, dennoch sehe ich einen zeitlichen Zusammenhang mit dem Beginn der Medikamenteneinnahme. Danach ging nämlich der extreme HA los, meine Haarstruktur hat sich verändert und es wird einfach immer dünner.

Ich hatte aber so ein schlimmes Hautbild, dass ich Isotretinoin nehmen musste, weil nichts anderes half. Die Pille kann ich nicht mehr nehmen .

Ich drehe mich im Kreis, weil ich einerseits die Isobehandlung abschließen möchte (da sie sehr gut hilft), andererseits meinen HA nicht mehr hinnehmen möchte weil ich psychisch so stark darunter leide. Es ist wirklich zum Verzweifeln. Letztens war ich auch Haarschneiden, es sah ca. 1 Tag lang halbwegs passabel aus und danach wieder wie "gerupft", weil die Kopfhaut extrem durchscheint und so gut wie nichts nachwächst. Nem bringen auch nichts bei mir denke ich, wenn der HA wirklich auf das Medikament zurückzuführen ist.. Fraglich ist, ob Regaine überhaupt hilft wenn der HA auf die Nebenwirkungen zurückzuführen ist, oder ob ich mir das auch sparen kann?! Ich vermute, dass ich die Anlage zu AGA hatte und das Medikament hat dem ganzen nochmal was draufgesetzt und war der unmittelbare Auslöser.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [nelli](#) on Mon, 27 Feb 2012 20:37:52 GMT

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

Hallo!

Vor ein paar Tagen hatte ich auch noch hier rumgetönt, dass man sich nicht davon unterkriegen lassen darf und ich daran arbeite und auf alle Fälle versuchen werde dann eben mit Zweithaar wieder glücklich zu werden. Bla bla... und wisst ihr wie es mir gestern ging? Ich war so depressiv, dass mein Mann ein ernstes Gespräch mit mir geführt hat. Er hat mir regelrecht ins Gewissen geredet, dass ich mir die nächsten 30 Jahre auch noch durch eine Depression versauen könnte und damit auch ihm und der ganzen Familie. Oh Mann, es war ein ganz schlimmer Tag, aber ich kam nicht raus aus der Stimmung. Irgendwie hat es mir gestern den Boden unter den Füßen weggerissen. Wisst ihr was meine? Und da half kein "es gibt schlimmeres auf der Welt" oder "es gibt gute Zweithaarlösungen": Nichts konnte mir helfen, ich war einfach nur fertig...

Meine kleinen Kinder haben mich irgendwie bestürzt angeschaut und waren irritiert über meine Heulerei. Oh Mann, das tat weh, aber ich konnte einfach nicht anders.

Heute geht es mir psychisch zwar besser, aber es ist schlimm, wie es einem trotz guter Vorsätze

einfach so weghauen kann..

Falls jemand was zum Aufmuntern in Sachen Zweithaarlösung anschauen will, dann geht mal auf you tube und tippt Haarintegraton ein. An zweiter Stelle kommt ein Beitrag über die Haarintegration von Barbara Herzprung. SUPER!!! Man müsste es noch in natura sehn, aber grundsätzlich supergut und hoffentlich auch in natura auch aus der Nähe nicht zu erkennen.

Alles Liebe
Nelli

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Cora](#) on Mon, 27 Feb 2012 21:40:00 GMT

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

mia* schrieb am Mon, 27 February 2012 20:27Sagt mal, ist bei irgendjemand von euch der Haarausfall eventuell auch durch Medikamente bedingt, die ihr nehmen müsst??

Muss sich bei mir noch herausstellen, ob es so ist oder nicht - aber einige bekommen anscheinend auch VON Schilddrüsenmedikamenten Haarausfall. In den einschlägigen Foren heißt es zwar immer, das liegt an der falschen Einstellung. Aber so langsam denke zumindest ICH, dass es selbstverständlich auch Haarfollikel geben kann, die mit Ausfall und verkümmertem Wachstum auf SD-Hormone reagieren.

Mein Fall: SD ist "gut" eingestellt (findet jedenfalls mein Doc), ich fühl mich auch im Großen und Ganzen wohl, freie Werte sind über der Norm-Mitte. Den Haarausfall hat das alles nicht beeindruckt.

Zitat:

Ich bin richtig verunsichert . Ich nehme im Rahmen einer Aknebehandlung Isotretinoin und als Nebenwirkung kann leider auch HA auftreten (angeblich reversibel). Merkwürdig ist, dass Medikamente ja eher diffusen HA verursachen sollen!

Bei mir ist es aber das typische AGA-Schema, dennoch sehe ich einen zeitlichen Zusammenhang mit dem Beginn der Medikamenteneinnahme. Danach ging nämlich der extreme HA los, meine Haarstruktur hat sich verändert und es wird einfach immer dünner.

Vorsicht, nur meine Meinung! - Ich glaub nicht dran, dass die meisten von uns AGA haben. Wie die meisten Ärzte aber meinen. Ich glaube aber sehr wohl, dass auch ein diffuser, medikamenteninduzierter oder schilddrüsenbedingter Haarausfall verlaufen / aussehen kann wie AGA!

Zitat:

Ich drehe mich im Kreis, weil ich einerseits die Isobehandlung abschließen möchte (da sie sehr gut hilft), andererseits meinen HA nicht mehr hinnehmen möchte weil ich psychisch so stark darunter leide.

Wie lange dauert die Behandlung denn noch? Wenn ein Ende abzusehen ist, würd ich sagen - Augen zu und durch.

Subject: Aw: Lasst uns bitte ber die seelischen Belastungen reden

Posted by [Binne](#) on Tue, 28 Feb 2012 19:41:35 GMT

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

@Cora: Hier schreibst du nun das, was ich auch schreiben würde , nämlich das ein diffuser HA wie eine AGA aussehen könnte!

Ist für mich ganz klar, warum auch nicht, gerade der diffuse HA beschert einem ja einen massiven Haarverlust, der sich auch mit Scheitelausdünnung, GHE, etc bemerkbar macht. Und das eher früher als später...

Zu deiner Vermutung bezüglich der SD-Hormone:

Das überlege ich mir die ganze Zeit auch, fing doch mein HA, der nun seit 2009 mehr oder weniger durchgängig ist, mit meinem Wechsel von Jodthyrox auf LT an.

Du schreibst, dass du vermutest, dass Haarfollikel mit Ausfall auf die SD Hormone reagieren können.

Aber ... sind denn nicht die SD-Hormone körperl - IDENTISCHE Hormone?? Das schreiben die ja zumindest immer im ht mb Forum. Man führt dem Körper nur das zu, was er nicht selbst herstellen kann. Und zwar in körpereigener Form.

Wie kann der Körper bzw die Haare dagegen allergisch reagieren? Doch nur, wenn die Dosis nicht stimmt (noch nicht). oder sind es die "Füllstoffe"?

Alles sehr mystisch

LG!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Cora](#) on Wed, 29 Feb 2012 07:35:22 GMT

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

Binne schrieb am Tue, 28 February 2012 20:41 Aber ... sind denn nicht die SD-Hormone körperl - IDENTISCHE Hormone?? Das schreiben die ja zumindest immer im ht mb Forum. Man führt dem Körper nur das zu, was er nicht selbst herstellen kann. Und zwar in körpereigener Form.

Nö, das sind schon synthetische Hormone

Jedenfalls soweit ich das verstanden habe. Im Gegensatz zur Pille ist es bei ihnen nur nicht so "schlimm", dass sie die Rezeptoren für die körpereigenen Hormone besetzen und so die körpereigene Produktion drosseln - eben weil diese ja eh schon nicht mehr funktioniert.

Körperidentische SD-Hormone sind wohl nur diese Schweinsdinger ... Armour heißt das, glaub

ich.

Da ist meiner Meinung nach auch immer mal wieder etwas Propaganda-Gequatsche im Spiel, wenn die synthetischen SD-Hormone so hochgelobt werden

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [tividi](#) on Wed, 29 Feb 2012 07:53:14 GMT

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

Kanns denn sein das man von den Schilddrüsentabletten nach jahrelanger Einnahme die Nebenwirkung Haarausfall bekommt? Nee hätte man dann schon gleich haben müssen oder?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Binne](#) on Wed, 29 Feb 2012 08:59:13 GMT

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

@Cora, ja klar, stimmt

Ich habe sogar nach Recherche gestern im ht mb Forum einen Thread gefunden, in dem es darum geht, dass SD Hormone direkt einen Einfluss auf die Haarwurzeln haben (können)

Was machst Du denn jetzt? Lässt du mal dein FT3 testen?

Ich bin in ca 3 Wochen mal wieder bei Dr. M. dort frage ich iHN nochmal nach meiner SD...

LG

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 07 Mar 2012 17:46:32 GMT

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

das mit dem AGA Muster finde ich sehr schrierig.

Meine Stirn ist sehr durchsichtig , die Seiten auch und nun ja hinten auch .

Ok eigentlich alles dünner etc. Aber es sieht schon sehr ausgefetzt aus .

Daher tippe ich doch auf AGA??

Ach keine Ahnung....

Fin als Frau oh ich weiß nicht?

Habe selbst die DIANE 35 noch nicht probiert

Ig sun

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Wed, 07 Mar 2012 18:15:06 GMT

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

sunflower3 schrieb am Wed, 07 March 2012 18:46das mit dem AGA Muster finde ich sehr schrierig.

Meine Stirn ist sehr durchsichtig , die Seiten auch und nun ja hinten auch .

Ok eigentlich alles dünner etc. Aber es sieht schon sehr ausgefetzt aus .

Daher tippe ich doch auf AGA??

Ach keine Ahnung....

Fin als Frau oh ich weiß nicht?

Habe selbst die DIANE 35 noch nicht probiert

Ig sun

beides könnte gemeinsam effektiv sein...

nur diese ausgefranst Ränder um den ganzen Schädel .. was ist das ... mein Hautarzt sagt:
AGA .. die ganze primäre Behaarung kann flöten gehen ... Kranz bleibt transparent bestehen ..

ich sah vorhin wieder einen Mann (ca. 45) ... der hatte einen transparenten Haarkranz
(NW7+licher Kranz...Resthaarfärbung dunkelblond) beginnen in mitte der Ohren .. darunter kahl ..
bzw. nach haarfreien Nacken am Hemd .. Rückenhaaransatz (Rückenpelz) ich musste fast kotzen..

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 07 Mar 2012 18:46:52 GMT

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

oh je Mike...

Als Frau habe ich einfach nur Panik , es geht schon so weit das ich nachts nicht schlafen kann.

Beim diffusen Haarausfall denke ich immer sehe es bestimmt nicht so ausgefranzt aus oder???

Bei mir ist es wirklich überall, sogar auch im Nacken....

Ausfallmuster diffus aber das Muster AGA?

Soll ich mich wirklich an Diana trauen??? Naja noch mehr Krampfadern.

Auf der anderen Seite Belara und Valette haben nicht geholfen.

Belara habe ich 7 Jahre genommen dann begann erst der Haarausfall also daran kann es nicht gelegen haben.

Mit 30 eine lichte Stirn und ausgefranzter Hinterkopf klingt schon verdächtig AGA oder kann einem das bei dem Diffusen auch passieren .

Beim zusammenbinden wie kleine ausfranzte Löcher . Muß gleich wieder weinen ,
Mein Leben ist doch hin.

sun

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [michalka 74](#) on Thu, 08 Mar 2012 06:32:50 GMT

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

Hallo sun!

Ich habe mit Diana angefangen,zeitlang hat geholfen,dan war es vorbei.Späther habe ich dazu Androcur bekommen,wieder zeitlang o.k.,jetzt geht der Horror von vorne los.Mein Endo will jetzt mit Spirono probieren....Habe langsam genug.Immer wieder Hoffnung und dan voll die Panik.Mir fallen die Haare diffus aus,es schaut schrecklich aus!Z.z.ist der Scheitel recht breit,Oberkopf licht und die lange Haare sind nur Fransen.Der Minox hilft recht gut,habe guten Neuwuchs,nur leider alles was nachwächst ist gleich wieder in Kamm.heute waren es 150 Stück nur beim leichten durchkämmen....Ich kann nichteinmal Microbellargo einarbeiten lassen,einzige Möglichkeit ist Perücke.Bin ständig in versuchung alles abzusetzen,es ist nur die Angst was kommt.Die Pille hat fast 6 jahre geholfen,mit Minox hatte bis diesen Winter "normale Haare".Fraglich ist immer,wie lange das hilft und was dann

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Thu, 08 Mar 2012 17:29:35 GMT

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

oh je ja das ist wahr - die Angst ist schrecklich und verfolgt einen.
Nimmst du die Pille erzeit überhaupt noch.

Bisher habe ich mich nicht an Diane 35 rangewagt...
wann hat bei dir denn der Haarausfall begonnen ? und wie lang hält er schon an

liebe grüße

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [michalka 74](#) on Fri, 09 Mar 2012 05:44:19 GMT

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

Hallo Sun!

Bemerkbaren HA habe ich seit 10 jahren.Seit mehr als 6 Jahren nehme ich Diane,seit halben Jahr Androcur und jetzt will der Endo noch Spirone dazu probieren.Die Pille und Minox haben sehr gut bei mir geholfen,es war bis jetzt nichts sichtbar,wer mich nicht gekannt hat,hätte nie gedacht,daß ich HA habe.Bis jetzt war der HA immer nur in Sommer da.Nun fallen die Haare ganzes Jahr,was nachwächst fällt wieder aus...Fraglich bleibt was wäre ohne der Pille.Es ist schwierig die richtige Option auswählen...Ich habe für mich entschieden,nichts unversucht zu

lassen!Ich drücke dir die Daumen,daß du dich richtig entscheidest

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Sun, 11 Mar 2012 15:02:47 GMT

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

Hallihallo,

habe mich gerade tierisch mit meiner Schwester gestritten da sie meint ich solle ein Weg gehen und mich nicht verrückt machen lassen?

Ich solle psychologische Hilfe in Betracht ziehen...

Nunja habe ihr versucht zu erklären das ich sicherlich einen Psychologen aufsuchen werde da ich von weißkitteln genug habe.

Ich beschäftige mich auch mit der Psyche und rede viel schreibe hier um zu versuchen zu Ruhe zu kommen.

Aber es tut mir wahnsinnig leid wenn ich das beim kämmen nicht im Griff habe

Und zudem merke ich und sehe wenn Stellen sich verschlimmer und da drehe ich fast durch wenn andere mir weiß machen wolle ich bilde es mir ein ! Ich freue mich auf der einen Seite das es für andere Gott sei Dank nicht sichtbar ist aber für mich ist es schlimm genug.

Wollte ich jetzt gerade mal feststellen und Ratschläge geben wenn es mich nicht betrifft kann ja jeder so!!!!

Ig eure sun

PS gestern habe ich eine sehr junge Frau mit Haarteil in der Stadt gesehen und ich habe es sofort gesehen.

Hier kann ich nur hoffen das es bei meinem nicht sein wird heul

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Cora](#) on Sun, 11 Mar 2012 15:49:32 GMT

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

sunflower3 schrieb am Sun, 11 March 2012 16:02Ich beschäftige mich auch mit der Psyche und rede viel schreibe hier um zu versuchen zu Ruhe zu kommen.

Aber es tut mir wahnsinnig leid wenn ich das beim kämmen nicht im Griff habe

Und zudem merke ich und sehe wenn Stellen sich verschlimmer und da drehe ich fast durch wenn andere mir weiß machen wolle ich bilde es mir ein !

Ich weiß GANZ GENAU was du meinst

Ich rede deswegen mittlerweile nicht mehr über meinen Haarausfall. Die einen erzählen mir immer es ist psychisch und ich steigere mich rein ... denen hab ich schon gesagt "Stimmt. Und ich wünsch dir mal genau das gleiche Maß an Haarausfall damit du begreifst, dass man sich nicht NICHT reinsteigern kann."

Und die anderen, die mir sagen, dass man gar nichts sieht (was ich natürlich schon ganz gerne höre) ... die unterstellen mir dann auch gern, ich würds mir nur einbilden. Wenn ich denen vorschlage, sie sollen einfach mal nur einen Tag lang zählen, was bei ihnen ausfällt, damit mans mal ganz objektiv vergleichen kann - komisch, ist keiner dazu bereit Die sollen doch einfach rundheraus sagen, dass sie keinen Bock auf das Thema haben. Das wäre ehrlicher!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 17:39:00 GMT

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

genau

Ich wurde schon mit einer Magersüchtigen verglichen welche Ihren Körper anders im Spiegel sieht und genauso geht es mir jetzt

Ich weiß was sie damit ausdrücken wollte aber entschuldige -- Am liebsten hätte ich ihr volle Lotte ins Gesicht gehauen...schäm.

Natürlich müssen wir aufpassen nicht an Realitätsverlust zu leider ABER noch weiß ich ja selbst das ich es NOCH kaschieren kann ABER ich weiß das ich 57 % verloren habe und das noch kein Stopp eingetreten ist.

So bleibt einfach die Angst auszusehen wenn ich es nicht schaffe????

Um das geht es doch ---- und wer hat es schon geschafft das es aufhört?

Habe noch niemand gelesen wo ich Hoffnung haben könnte.

Also geht es um die ANGST vor der ANGST was die ZUKUNFT bringt.

Klar sehe ich mich dann anders im Spiegel. ätz

Ich weiß das ich dann wohl damit leben muß (höre ich auch ganz oft)
oder ICH WERDE SCHON KEINE GLATZE BEKOMMEN???

DAS HOFFE ICH AUCH UND BETE JEDEN TAG DAFÜR ABER WER WEI? ES DENN (wieder wütend)

Ja und ich bin neidisch Herr Gott auf jede Frau die sich darüber gedanken macht was sie heute anzieht????

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [mike](#) on Wed, 14 Mar 2012 17:41:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sun,

lass den Kopf nicht hängen,

manche haben es geschafft ..

zb. Mamaus (Androcur+E2+Minox), Gretchen (Fin 2,5-5mg) ...

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 17:46:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jetzt habe ich richtig ANGST

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 17:51:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mike es ist so ich habe Bilder von dir gesehen und es erinnert mich an mich.

An den seiten dieses ausgefranzte . Breitere Ränder ???

Wenn ich eine Pferdeschwanz binde ist es so löchrig.

Es ist alles so diffus aber mit Muster???? Ich weiß es nicht ob das wohl die AGA ist aber ich gehe davon aus da ich immer bischen mehr Haarwuchs hatte.

DIANE 35 + Fin echt???? soll ich das machen .ich sollte noch schilddrüsenhormone nehmen da bombe ich meinen Körper zu oder???

Was wenn es nicht aga ist HILFE

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Biggi01](#) on Wed, 14 Mar 2012 17:53:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Sun

warum? Du brauchst keine Angst zu haben, Du musst nur das Richtige tun.

er sagt Dir dasselbe wie ich?

Du hast mit Androcur oder Fin eine echte Chance !!!!

lg

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:01:31 GMT

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

Biggi01 schrieb am Wed, 14 March 2012 18:53Hi Sun

warum? Du brauchst keine Angst zu haben, Du musst nur das Richtige tun.

er sagt Dir dasselbe wie ich?

Du hast mit Androcur oder Fin eine echte Chance !!!!

lg

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:03:58 GMT

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

wenn ich wüßte was das richtige ist?

Mein Hausarzt würde mir Fin verschreiben- / ist es denn Nebenwirkungsfreien als Androcur.
Noch nehme ich die VAlette mit Minox.

Super habe es von der Pille schon ein haufen Krampfadern bekommen.
Wie wird das bei noch mehr Östrogen? nachher bringt es mit den Haaren nix und die VENEN
sind auch hin und weiß Gott sonst noch was??
Versteht ihr was ich meine. Fin ist ja nicht zugelassen.

HAbe eher gelesen das es bei Frauen schlechter wirkt als bei Männer.
Bei manchen Männern ist die Front noch dünner geworden oder?????
Es tut mir leid ich weiß es einfach nicht ---- egal was ich mache bisher war es falsch.
ICH MÖCHTE MEINEM KÖRPER NICHT SCHADEN...

Bisher

Muskelschmerzen, Krampfadern, Haarausfall und dauerne Krämpfe wenn ich die Zehen
überstrecke und dauernd Halsweh
Keine AHnung ob das Zusammenhängt:-)))

FIN mmmh es sind so wenige die das nehmen

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:05:00 GMT

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

Sun,

wenn es was anderes ist, schadet Androcur oder Fin auch nicht

mit NEMs im Gepäck ballerst Du vollgas gegen Deinen diffusen HA !

Ich mache das jetzt und werde im Juni/Juli ein Fazit ziehen

derweilen wächst subjektiv betrachtet mehr nach wie ausfällt .. tu auch was dafür

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:09:18 GMT

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

Mike; nimmst du denn fin ??? sorry weiß nicht was du alles nimmst.

Was hat dir denn geholfen?

Unser Muster gleicht sich irgendwie??

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:11:57 GMT

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

Hi Sun,

[code][/Super habe es von der Pille schon ein haufen Krampfadern bekommencode]

kann man veröden lassen wie Besenreiser !!!

Was sind schon ein paar Krampfadern gegen Haare ?

Fin ist ja nicht zugelassen

hilft aber.

Zitat:Habe eher gelesen das es bei Frauen schlechter wirkt als bei Männer
weil es weniger Erfahrungswerte gibt, weil sich weniger Frauen trauen-

Zitat:ICH MÖCHTE MEINEM KÖRPER NICHT SCHADEN...

verstehe ich.

Zitat:Muskelschmerzen, Krampfadern, Haarausfall und dauerne Krämpfe wenn ich die Zehen überstrecke

Du hast zu wenig Magnesium, dann hören Krämpfe und das Ziehen beim Überstecken auf.

lass es Dir durch Deinen hübschen Kopf gehen.
das meine ich ernst.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:17:21 GMT

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

Super Biggi,

Magnesium .. hilft hier.

Ich nehme es auch vorsichtshalber

@ Sun,

in meinem Thread drüben (Mikes pers. Thread im allg. Forum) habe ich alles aufgelistet
.Fotodokumentationen usw. .. nehme zz. über 20 Sachen auch Fin...

Fin ist für beide Geschlechter eine Basis
manche non reponder müssen ergänzen um erfolge zu haben

greife von allen Seiten an und mittlerweile sind meine Haare wieder minimal besser .. sagen wir
passabel
nicht mehr ganz soo löchrig

LG
Mike

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:19:31 GMT

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

Danke Biggi,

ich werde es wohl mit meinem Hausarzt durchsprechen nächste Woche.

Wir werden nochmal Blut abnehmen wegen der Schilddrüse und dann entscheiden wir ob wir hier behandeln...

Dann frage ich ihn nochmal was er über fin denkt.

Mein Hautarzt ist fast ausflippt als ich ihm davon berichtete.

Er möchte das ich Valette und Minox und NEMS so weiternehme und sonst nix..

Meine Sorge ist Schilddrüsenhormone , pille und fin und Minox puh...

Biggi vielleicht hilft Fin bei dir auch wenn andrucur nicht geholfen hat kann doch auch sein?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:23:35 GMT

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

Hi Sun,

das hast Du jetzt aber schnell entschieden.....respekt

Zitat:Biggi vielleicht hilft Fin bei dir auch wenn andrucur nicht geholfen hat kann doch auch sein?

Nein, ich habe diffusen HA weil ich unter Mängeln leide,

Heutiger Haarausfall: stramme 6

berichtest Du?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:29:19 GMT

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

Entschieden habe ich mich noch nicht.

Ich möchte es mit ihm besprechen..

Ins wanken bringt mich ATaba sie hatte die Pille abgesetzt und es wurde besser..

Pille + Fin

oder Pille absetzen und kein Fin.....

oder erst mal schilddrüse einpedeln falls da was im argen liegt.

Ich bin ein absoluter schisser was ausprobieren angeht.

Zinkmangel habe ich aber das versuche ich aufzufüllen , ach und VITAMIN D noch

Danke für deine Geduld heute überschlagen sich die Infos

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#). on Wed, 14 Mar 2012 18:30:20 GMT

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

Biggi,

hast Du Dein diffuses effl. jetzt mit NEMs im Griff ?
wenn ich fragen darf..

Lg
Mike

PS:

Sun, lass Dir Fin out of label verordnen ...

ich versteh das sowieso nicht .. Pille (etwas T senken und mit noch mehr EE2 volstopfen) + Minox
gegen AGA aber kein Fin (das genau da wirkt wo es soll)

neulich hatte ich mich mit einen Urologen, der meine Prostata mit Ultraschall untersuchte eine
Diskussion über Fin ...

der fragte, "warum nimmt so ein junger Mann mit 1a Prostata ein Prostatakrebsmittel wie
Finasterid"

Ich: "um 5ar2 zu unterbinden .. weil meine Haare mir wichtig sind"

Er:"was 5ar2 hat mit Haarausfall zu tun "

ich sagte kein Wort mehr und ging

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:35:14 GMT

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

Mike ,

unglaublich mein hausarzt sagte gleich das er die Männer wegen der Prostata therapiert
Haarwuchs als positiven Nebeneffekt haben.

Da weiß er wohl mehr . mmh aber vorgeschlagen hatte er es mir nicht .
Erst als ich ihm von der Uniklinik erzählt habe hatte er gefragt

Warum haben sie mich nicht nach meiner Meinung gefragt?????

Er sagte er könne es mir verschreiben , wenn ich schwanger werden möchte müßte ich ca
3 Monate warten

Ig euch allen auch wenn ich heute nerve DANKE euch

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Biggi01](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:41:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Mike,

Zitat:hast Du Dein diffuses effl. jetzt mit NEMs im Griff ?
wenn ich fragen darf..

Ja, habe ich.
Heute waren es 6 Haare.

Dem Rest kann ich mich nur anschließen.

Dein Urologe ist unglaublich, wenn er noch Dein Urologe ist.

Ig

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden
Posted by [Binne](#) on Wed, 14 Mar 2012 18:54:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Biggi: Du nimmst also kein FIN bzw ziehst es nicht in Erwägung zu nehmen, weil du der
Meinung bist, dass du diffusen HA hast. Und so ist es ja bestimmt auch!!
Ist sich denn Sunflower3 sicher, dass sie AGA hat??
Denn sonst würde FIN ja wahrscheinlich bei ihr auch nicht helfen.

@Sunflower: dauernd Halsweh könnte auf eine gestörte SD hinweisen. Und da hat man dann
auch desöfters Magnesiummangel im SD Forum nehmen ganz ganz viele Magnesium (wegen
Krämpfen aber auch weil sie einen Mangel haben und man es zu einer Vitamin D Substitution

dazu nehmen sollte! Lass Dir übrigens Dekristol20000 verschreiben, alles andere ist zu niedrig dosiert!)

Wenn man mal nach FIN hier im Forum sucht, dann stößt man- Ausnahme TINI!!- immer wieder auf eher negatives. Es nahmen hier schon einige, auch über mehrere Monate, aber es hat nichts außer Nebenwirkungen (Pickel, Müdigkeit, erhöhte Östrogene) gebracht ,so dass es wieder abgesetzt wurde.

Meine laiehafte Vermutung: die meisten leiden unter einen diffusen HA und da bringt FIN meiner Meinung nach nicht viel.

Fin blockiert ja auch nur die Rezeptoren am Hinterkopf und eben auch nur , wenn eine Empfindlichkeit der Haarfollikel dem DHT gegenüber vorliegt. Was ist, wenn die Haare einfach unterversorgt/ "gestresst" / was auch immer sind, dann bewirkt Fin doch wenig, oder wie seht ihr das? Mike, was meinst du?

LG!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 14 Mar 2012 19:01:31 GMT

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

Hi Binne,

da bist Du ja,

Zitat:@Biggi: Du nimmst also kein FIN bzw ziehst es nicht in Erwägung zu nehmen, weil du der Meinung bist, dass du diffusen HA hast. Und so ist es ja bestimmt auch!!

Ist sich denn Sunflower3 sicher, dass sie AGA hat??

Denn sonst würde FIN ja wahrscheinlich bei ihr auch nicht helfen.

ja, so ist es.

Sun war vor 2 Stunden felsenfest davon überzeugt AGA zu haben, des halb der Vorschlag mit einem Antiandrogen Fin oder ähnliches.

Sollte sie keine AGA haben, macht das überhaupt keinen Sinn.

PS. ich habe Dir vor ein paar Tagen Aminosäuren als Geschenk angeboten, hast Du Lust?

warum? weil Du kürzlich auch Jemanden beschenkt hast.

Ig

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Binne](#) on Wed, 14 Mar 2012 19:05:40 GMT

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

@Biggi,

du bist ja süß

ich habe das mit den Aminosäuren gar nicht mitbekommen.

Ich schreib Dir mal eben eine PN

LG!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 19:06:05 GMT

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

Hallo Liebe Binne

mein Halsweh bezieht sich drauf , dass mein Rachen immer rot ist aber ok es klingt auch sehr logisch was du schreibst??? oh je soviele Möglichkeiten.

Meine Schilddrüse wurde untersucht und ist vollkommen gesund ABER da ich so arg Haarausfall habe und mein TSH bei 2,6 hat mir mein NUK Novozhyral 1/2 verschrieben ..Habe ich 2 Monate genommen.

Bin dann selbst nochmal zur Blutabnahme bei Endo.

Dann TSH 0,3 innerhalb 2 Monate . NUK meinte oh zu hoch eingestellt alle 2 Tag ne halbe.

Daraufhin nun alles abgesetzt weil mein Hausarzt gesagt hat 6 wOCHEN NIX dann neue Probe und dann möchte er wenn überhaupt mich mit Thyroxin einstellen.... naja

Ja diese Muskelschmerzen fühlen sich an wie Muskelkater und wenn ich all meine Zehen überstrecke bleiben sie verkrampft stecken und gehen langsam zurück.

Die Lactoseintolleranz habe ich derzeit mit der Nahrung im Griff somit kein Bauchweh zur zeit...

Auf kurz oder lang habe ich nur 2 Wege.

Pille und fin probieren

Oder Pille absetzen und evtl Hrmomchaos.

Bisher hat jeder Arzt ebgeraten die Pille abzusetzen da jeder bei mir AGA diagnostiziert. bei mir sind es nicht so schübe ich habe Dauerhaarausfall

Ig eure sun

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Wed, 14 Mar 2012 19:11:53 GMT

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

Mal nur am Rande: ich finde, dass in diesem Faden inzwischen arg fachgesimpelt wird, dabei sollte es doch v.a. um die seelischen Belastungen gehen.

Liebe Grüße,
flame

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Wed, 14 Mar 2012 19:19:52 GMT

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

Binne schrieb am Wed, 14 March 2012 19:54

Wenn man mal nach FIN hier im Forum sucht, dann stößt man- Ausnahme TINI!!- immer wieder auf eher negatives. Es nahmen hier schon einige, auch über mehrere Monate, aber es hat nichts außer Nebenwirkungen (Pickel, Müdigkeit, erhöhte Östrogene) gebracht ,so dass es wieder abgesetzt wurde.
.....!

und gretchen

vllt. Fin + EE2 (aus Pille) .. zuviel E2-Anteil

Fin + Progesteron könnte wieder ausgleich schaffen

aber Finger weg von Fin+Pille

wenn dann nur Fin + Prog.

Sunflower3Er sagte er könne es mir verschreiben , wenn ich schwanger werden möchte müßte ich ca 3 Monate warten
richtig
sicherheit für das Kind geht vor

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 14 Mar 2012 19:24:56 GMT

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

Aber unter Fin muß ich doch verhüten deshalb geht nur Pille Valette etc und fin deshalb ist es auch für Frauen nicht gut?????
Deshalb für Frauen nach den Wechseljahren die keine Pille nehmen

Ig sun

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [tividi](#) on Wed, 14 Mar 2012 20:01:06 GMT

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

nur mal ne kurze frage: hab ich das jetzt richtig verstanden? Fin würde wenn dann eh nur am Hinterkopf wirken? nicht vorn am Oberkopf?

ich muss allerdings sagen, ich würde es mich irgendwie garnicht nehmen trauen solange ich noch vorhabe noch ein Kind zu bekommen.

und im übrigen, hat meine Mesoärztin heute auch von Fin gesagt, das es bei Frauen die noch nicht in der Menopause sind eigentlich noch nicht mal gespritzt werden darf (ich hats im Mesohairthread schon erwähnt).

Sie meinte, es wäre zwar eher unwahrscheinlich das es in die Blutbahn geht, aber das Restrisiko wäre da. Und es gibt keine Studien wie das bei Frauen wirkt. Und wenn dann später mal was wäre mit Gebärmutterkrebs, Brustkrebs etc.....

Keine Ahnung ob das nur dahergeschwafel war oder was dran.. ich wollts nur mal erzählt haben.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Wed, 14 Mar 2012 20:10:57 GMT

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

tividi schrieb am Wed, 14 March 2012 21:01 nur mal ne kurze frage: hab ich das jetzt richtig verstanden? Fin würde wenn dann eh nur am Hinterkopf wirken? nicht vorn am Oberkopf?

ich muss allerdings sagen, ich würde es mich irgendwie garnicht nehmen trauen solange ich noch vorhabe noch ein Kind zu bekommen.

und im übrigen, hat meine Mesoärztin heute auch von Fin gesagt, das es bei Frauen die noch nicht in der Menopause sind eigentlich noch nicht mal gespritzt werden darf (ich hats im Mesohairthread schon erwähnt).

Sie meinte, es wäre zwar eher unwahrscheinlich das es in die Blutbahn geht, aber das Restrisiko wäre da. Und es gibt keine Studien wie das bei Frauen wirkt. Und wenn dann später mal was wäre mit Gebärmutterkrebs, Brustkrebs etc.....

Keine Ahnung ob das nur dahergeschwafel war oder was dran.. ich wollts nur mal erzählt haben.

deine ärztin hat keine ahnung

nicht nur das sondern sie ist einfach nur dämlich

es gibt studien .. schon mehrfach gepostet und seit 2004 allseits bekannt

manche ärzte sind einfach zu dämlich .. ist schon ne frechheit sowas.

den ärzten die mir so einen schwachsinn daherschwafeln denen fahr ich übers maul

<http://content.karger.com/produktedb/produkte.asp?typ=fulltext&file=DRM2004209003202>

Fotos

<http://www.alopezie.de/cgi-bin/anyboard.cgi/diskussion/frauen?cmd=iYz&aK=41702&iZz=41702&gV=0&kQz=&aO=1&iWz=0>

Mike

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Wed, 14 Mar 2012 20:13:35 GMT

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

@Tividi

deine Ärztin will das du von der meso. abhängig bleibst ..

und Fin wirkt auch gut (sogar besser) vor Menopause

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Binne](#) on Wed, 14 Mar 2012 20:35:45 GMT

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

@Mike,

Fin wirkt doch aber nur bei einer AGA, oder??

Und NICHT bei diffusen HA!?

LG!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [tividi](#) on Wed, 14 Mar 2012 21:26:04 GMT

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

Zitat: @Tividi

deine Ärztin will das du von der meso. abhängig bleibst ..

hm ja wenn die Meso wenigstens helfen würde... dann wäre mir das fast auch egal.. wäre mir lieber als was einzunehmen.

aber interessieren würd mich jetzt trotzdem ob Fin nur am Hinterkopf wirkt oder auch am vorderen Oberkopf

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike](#) on Wed, 14 Mar 2012 21:34:01 GMT

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

tividi schrieb am Wed, 14 March 2012 22:26Zitat: @Tividi

deine Ärztin will das du von der Meso. abhängig bleibst ..

hm ja wenn die Meso wenigstens helfen würde... dann wäre mir das fast auch egal.. wäre mir lieber als was einzunehmen.

aber interessieren würd mich jetzt trotzdem ob Fin nur am Hinterkopf wirkt oder auch am vorderen Oberkopf

hinterkopf besteht aus 5ar1 + Aromatase

oberkopf 5ar2 + Aromatase (Aromatase aber viel weniger) dafür ER-a+b

hinterkopf somit kaum Wirkung ausser über Serum-DHT Senkung

das mit der Meso hat sogar mal ein Meso Arzt im Forum geschrieben das es nix bringt

wenn AGA dann musst Du voll angreifen .. leider geht das anders nicht

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [tividi](#) on Wed, 14 Mar 2012 21:58:35 GMT

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

aber hier hab ich von einigen Fällen gelesen wo Meso geholfen hat...

na du machst mir ja Hoffnung...

wo und wann und was fürn Arzt war das denn?

Zitat:

hinterkopf besteht aus 5ar1 + aromatase

oberkopf 5ar2 + aromatase (aromatase aber viel weniger) dafür ER-a+b

hinterkopf somit kaum wirkung ausser über serum-dht senkung

also tut mir leid, aber ich hab irgendwie meist keinen durchblick von dem was du schreibst...

was bedeutet denn ER-a+b

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Sat, 17 Mar 2012 09:40:17 GMT

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

Heute ist bei mir wieder Haarwaschtag und ich möchte, dass ihr mal seht, wieviele Haare mir bei der Wäsche (3x wöchentlich) davonschwimmen und dies seit 26 Monaten kontinuierlich. Ich habe nicht mal lange Haare, sondern durchgestuft und oberhalb der Schultern.

Etwa die gleiche Menge verliere ich später beim Fönen auch nochmal, aber ohne gehts nicht, da ich sonst wie ein gerupftes Huhn aussähe.

Ist dies bei einer AGA normal

Verliert ihr auch immer soviele Haare bei Wäsche

Wuschel

File Attachments

1) [Albtraum Haarwäsche.JPG](#) , downloaded 587 times



Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Leni82](#) on Sat, 17 Mar 2012 10:02:37 GMT

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

Hallo Wuschel,

wie viele sind das in etwa?

Ist so schwierig zu sagen, da ich blond bin, sieht das bei mir ein bisschen anders aus im weißen Waschbecken.

Bei mir sinds ca. 150 beim Waschen inkl. Föhnen.

Waren aber auch schon mal 500 oder auch nur 30...

Wie viele verlierst du an Nichtwaschtagen?

LG

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Sat, 17 Mar 2012 10:21:32 GMT

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

@ Leni

an Waschtagen sind es ca. 400 - 500 Haare. Einen Tag nach dem Waschen kämme ich meine Haare meistens nicht, dann am 2. Tag nach der Haarwäsche sind es ca. 50 gezählte Haare beim Kämmen, keine Ahnung wieviele ich dann noch tagsüber verliere. Ich habe auch immer welche auf dem Kopfkissen liegen und am Mantelkragen oder Schal hängen.

Haben die Bachblüten dir eigentlich auch bzgl. HA geholfen oder "nur" Wirkung auf deine Psyche gebracht? Eine Freundin von mir, schwört auch darauf.

LG Wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 17 Mar 2012 10:24:49 GMT

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

Hi Wuschel,

Sind da noch viele im Abfluss?

Ich kann das nicht so genau sehen. Könnten das so 100 sein?

Und wieviele sind es danach, ich meine beim Föhnen und was verlierst Du sonst noch so über den Tag verteilt?

Grundsätzlich gehen an Waschtagen immer mehr Haare aus als an Nicht Waschtagen, weil alles ausgeht was nicht mehr so fest am Kopf

hängt, allein durch das Frottieren und Kämmen. Sie würden in den nächsten Tagen so oder so ausgehen.

lg

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Leni82](#) on Sat, 17 Mar 2012 10:27:47 GMT

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

oh ok, dann sind es momentan doch einige mehr als bei mir.

Aber es kommt ja auch immer drauf an, was nach wächst!

Aber nach AGA hört sich das nicht an! Kenne mich da zwar nicht so super damit aus, glaube aber auch, dass es halt die einfachste Diagnose für die meisten Ärzte ist...

Bisher helfen sie mir "nur" für die Psyche. Aber wir wissen ja alle, Seele, Geist und Körper sind eins! Mit der neuen Mischung habe ich aber auch erst seit 2 Wochen angefangen...

LG

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Sat, 17 Mar 2012 10:27:53 GMT

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

@ Biggi und Leni

ja der Abfluss ist auch voll. Könnt ihr das Foto nicht gut sehen? Stelle es sonst nochmal neu rein. Zu den anderen Zahlen habe ich in der vorigen Mitteilung schon etwas geschrieben.

Neuwuchs gibts zwar, aber eben viel weniger als HA, sonst würde sich mein Oberkopf nicht so lichten

LG Wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Thu, 29 Mar 2012 18:58:01 GMT

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

Hallo Leute,

ich bin es mal wieder...

es geht mir wieder beschissen. Immer diese Auf und Ab's

Ich will doch endlich meine Jugend, mein Leben geniessen.. ständig in dieser angst leben, wieviele werden morgen ausfallen, wie werde ich nächsten monat aussehen...?

Ich habe so eine Angst Leute ich weine nur noch und kann es einfach nicht verstehen, was denn wieder los ist "da oben"!!

Männertechnisch habe ich schon aufgegeben, ich werde niemals wieder glücklich sein, niemals!!! Wer um himmelswillen soll mich denn jemals lieben??

eure traurige Alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mia*](#) on Thu, 29 Mar 2012 19:45:58 GMT

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

Hallo Alena,

das Auf und Ab was du sagst trifft es genau. Trotzdem dürfen wir nicht aufgeben, das zieht doch nur noch mehr runter. Es fällt in so einer Verzweiflung schwer, aber es gibt immer wieder schönes im Leben. Ich frage mich ja auch warum es mich so jung treffen musste .. und werde nicht schlau daraus. Wie alt bist du jetzt?

Wenn ich meine Freunde sehe, insbesondere Freundinnen.. die müssen sich nicht mit so einem Problem plagen, die meisten haben ganz volles, dickes Haar. Manchmal fühle ich mich richtig gestraft und doch hätte es schlimmer kommen können..

Zwischenzeitlich hatte ich das Gefühl der HA sei besser geworden, ich habe auch versucht mich abzulenken. Aber leider musste ich feststellen dass sich mein Oberkopf noch mehr gelichtet hat, weil das Haar einfach immer dünner wird. Es ist auch gar nicht mehr griffig, sondern wird immer strähniger. Wenn ich vorm Spiegel stehe an/unter einer Lampe ist mir zum heulen weil man sieht dann die Kopfhaut ganz schlimm. An einer Stelle in Stirnnähe ist es ganz besonders schlimm, wenn das so weiter geht bin ich da bald ganz kahl.. Also du siehst auch bei mir keine guten Nachrichten .

Ein Mann ist gerade auch nicht in Sicht, ich fühle mich unattraktiv und strahle das vermutlich auch aus.. aufgeben hab ich deswegen trotzdem noch lange nicht.

Mädels, wie sieht es bei euch aus??

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Thu, 29 Mar 2012 20:09:07 GMT

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

Hallo Mia

danke für deine antwort... das ist schon ein kleiner trost und bewahrt mich davor heulend nachher ins bett zu gehen

Jaaaaa das frage ich mich auch immer und immer wieder warum es mich in meinen allerschönsten jahren treffen musste.. ich bin jetzt 28 und sollte eigentlich vor weiblichkeit nur so sprühen aber leider ist es nicht so und ich fühle mich eigentlich elend

Tja leider habe ich gar keine hoffnung mehr, das ich irgendwann noch in jungen jahren in einer verliebten beziehung sein werde..

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Fri, 06 Apr 2012 18:58:01 GMT

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

Hallo Mädels,

hatte heute morgen wieder einen heulkampf, weil auf dem kopfkissen wieder viel mehr haare waren als sonst.. also ungefähr 20 und später beim auskämmen auch nochmal so viele

ich verstehe es einfach nicht, weiß garnicht was ich noch machen soll..

warum ist es mal paar tage gut, dann wieder paar tage schlecht. Ich verstehe es einfach nicht!!

Morgen ist wieder mein waschtag und ich habe so eine angst davor

wäre nett wenn ihr mich bischen aufbauen könntet sehe gerade alles wieder soooo schwarz im leben

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Fri, 06 Apr 2012 19:46:53 GMT

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

20 und 20 sind 40: ich glaube, die allermeisten von uns wären froh, würden pro Tag nur so wenige Haare ausfallen.

Außerdem: es ist nicht so sehr entscheidend, wie viele Haare genau pro Tag ausfallen, sondern eben, wie es auf dem Kopf aussieht. Wir sind keine "genormten" Menschen - mancher hat vielleicht ohnehin einen etwas schnelleren Stoffwechsel, rascheren Haarwuchs und damit auch "lebhafteren" Wechsel etc.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Fri, 06 Apr 2012 20:28:29 GMT

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

Hallo liebe flame

musste eben lächeln als ich das gelesen habe jaaa und du hast recht aber ich habe das irgendwie ungeschickt formuliert...

natürlich waren diese 40 haare von heute morgen, und den ganzen Tag über fielen wieder so viele aus, so dass ich einen zopf machen musste, weil ich das nicht mehr ertragen konnte

bei 40 haaren wäre ich sooooooooooooo glücklich!!!

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Fri, 06 Apr 2012 20:45:49 GMT

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

Und ich wäre sooooooooo glücklich, wenn ich überhaupt einen Zopf machen könnte. Leider unmöglich, da fast alle Haare in extrem kurzem Zustand wieder ausfallen.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Fri, 06 Apr 2012 21:13:15 GMT

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

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Thatlittlehope](#) on Fri, 06 Apr 2012 21:20:46 GMT

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

@flame: Was ist denn deine Diagnose, oder hast du auch tausend unterschiedliche Diagnosen und 90 % davon AGA? Ich verliere nämlich auch viele Haare im kurzen Zustand. Die Menge der Haare, die ich verliere, ist seit ungefähr 2 Monaten viel weniger, aber es fallen immer noch viele im kurzen Zustand aus, was mich in die Hoffnungslosigkeit treibt.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [flame](#) on Fri, 06 Apr 2012 21:41:09 GMT

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

@Thatlittlehope

Ach, ich war schon ewig bei keinem Arzt mehr, habe ja so ziemlich alles durch, was möglich war.

Die seriösen Ärzte drückten mir zum großen Teil durchaus keine Verlegenheitsdiagnosen auf's Auge, sondern sagten mir ehrlich, dass sie keine medizinischen Erklärungen finden. Anhand meiner langjährigen psych. Belastung vermuten sie da, wie auch ich selber, Zusammenhänge.

Im Attest für die Perücke war von AGA die Rede - ich vermute mal, um es abrechnungstechnisch korrekt zu gestalten.

Und irgendwo stand mal was von telogenem Effluvium.

Eine auf Haarausfall-Kundinnen spezialisierte Friseurin sagte mir mal, dass mein Muster absolut kein AGA ist.

Hey, wenn seit 2 Monaten der HA weniger ist, ist das doch ein gutes Zeichen!! Vielleicht geht die gute Tendenz ja weiter - ich wünsche es Dir jedenfalls!

Liebe Grüße,
flame

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Sun, 22 Apr 2012 15:11:20 GMT

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

@Wuschel,

ich antworte deshalb auf dieses post, weil ich gerade dabei bin alle Deine 119 Beiträge durchzulesen.

Warum? weil Du so viel gibst.

[quote]/Was mich wundert, dass es hier viele jungen Frauen mit einer AGA gibtquote] stimmt, es könnte einen schon wundern wenn es denn so wäre.

Zitat:Angeblich soll die AGA ja auch in Schüben verlaufen und nicht mit ständigem vermehrten HA

Stimmt, tut sie auch, und das Fatale dabei ist: nach jedem Schub, die es leider neben dem schleichenden HA gibt, ist die reduzierte Menge die neue 100%.

Zitat:Ich habe aber unverändert starken HA seit Januar 2010

Deshalb hast Du auch keine AGA. CTE mag ich nicht ausschließen, anhand unserer Altersgruppe und den ausgefallenenen

Haaren in Badewanne und Siphon, allerdings wird man dabei niemals kahl. Die Behandlung läuft ab wie bei AGA.

Dann habe ich geledet, dass Du ein Vitamin D Überschuss hast (beneidenswert, wie Du das gemacht hast, weißt Du nicht? ich auch nicht).

Cortisol hat Dir kurzfristig geholfen, aber ist natürlich keine Option auf Dauer. Ist unter Cortisol eigentlich Dein Juckreiz besser geworden?

Meso, Eisen, Zink und Nems haben Dir nicht geholfen, wäre dann auch rausgeschmissenes Geld.

Bleibt nur das leidige Thema Hormone unter Berücksichtigung des Lebensalters und des gynäkologischen Alters.

Geringe Prog-Erfahrung hast Du ja, aber auch ohne den Durchbruch.

Irgendwelche Medikamente, die Dir schaden und HA als Nebenwirkung haben? Nee, ne? Wäre Dir bestimmt selber aufgefallen.

Schilddrüse?

Noch einmal zurück zum Cortisol: wirkt ja auch gegen Entzündungen. Hast Du mal an PCO oder KPU gedacht?

ganz liebe grüsse

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Mon, 23 Apr 2012 08:21:50 GMT

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

Hallo Biggi,

erst einmal lieben Dank, dass du dich durch meine ganzen Einträge hier wühlst

Schilddrüse ist vom Endo gecheckt worden, angeblich alles ok. Allerdings arbeitete sie auch mit den alten Werten. Habe meine Hausärztin drauf angesprochen und sie hält von den neuen Referenzwerten bei TSH gar nichts. Sie meinte, dann hätte ja aufgrunddessen jeder 2. auf einmal Schilddrüsenprobleme. Schilddrüse ist allerdings auch schon mehrfach untersucht worden auch mit US. Werde evtl. mal eine Überweisung für den Nuklearmediziner besorgen.

Die Cortisolbehandlung erfolgte über ein auf mich abgestimmtes Granulat, ohne Erfolg. Hatte ich aber auch schon bekommen, kurz bevor der HA überhaupt einsetzte, aufgrund von erhöhtem Stress. Dann habe ich einen ganz kurzen Zeitraum Clobex-Shampoo (sehr stark cortisonhaltig) von einer Hautärztin verschrieben bekommen. HA schlagartig weg. Zum Juckreiz kann ich diesbzgl. nichts mehr sagen, da es schon 1,5 Jahre her ist und ich das Shampoo auch nach ca. 3 - 4 x Waschen (innerhalb 1,5 Wochen) wieder ausschleichen sollte und dann kam ja auch der HA direkt zurück.

Morgen habe ich einen Termin bei einer Gyn, die mit bioidentischen Hormonen arbeitet. Bin mal gespannt, ob die wirklich mal was gescheites vom Stapel läßt oder auch nur auf WJ rumreitet und sagt, damit müsse man sich abfinden.

Zu PCO oder KPU: Wird dies nicht z.B. bei einem US beim Gyn schon gesehen????

Ich gehe auch nicht davon aus, dass ich eine Glatze bekomme. Denke, dass bekommt man als Frau auch mit AGA nicht, sondern im schlimmsten Fall einen extrem lichten Oberkopf. Ich gehe auch davon aus, dass selbst eine AGA irgendwann stoppt, auch ohne Behandlung, denn sonst gäbs ja fast nur noch Glatzenträger/innen. Leider kann aber niemand den Verlauf voraussagen.

Wie wirklich schon gefühlte 1.000 x hier erwähnt, mein HA ist konstant hoch, aber wenn ich mich recht entsinne, meinte Mike mal irgendwann, irgendwo, dass auch dieser Verlauf AGA sein könne. Hoffe, ich habe das jetzt richtig im Kopf. Muster ist eben leider schon aga-mäßig, Viele haben ja nur den Scheitel verbreitert. Bei mir ist der komplette Oberkopf schon lichter und der Scheitel nur wenig breiter, dafür aber auch die Seiten ziemlich ausgedünnt. Wenn ich reinfasse in die Seiten, fühle ich anstatt Haare, leider Kopfhaut .

Medikamente nehme ich übrigens gar keine ein. Daran kann es also nicht liegen.
glg wuschel.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Tue, 24 Apr 2012 06:49:20 GMT

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

Hallo Hoffnungslos,

ich habe gerade gelesen, dass du dir wünschst, dass Frauen mit Haarintegration mal posten sollen. Also ich habe seit gut 2 Jahren eine Haarintegration. Davor trug ich ca 1,5 Jahre eine Perrücke. Ich kann nur sagen, dass sich eine Haarintegration auf jeden Fall lohnt. Schon alleine wegen dem Selbstwertgefühl. Klar ist es nicht das eigene Haar, aber man sollte es akzeptieren.. Ich fühle mich damit jedenfalls 1000x mal wohler als ohne. Ich hab auch schon alles testen lassen und angeblich kann man keinen Grund finden. Also blieben mir genau 2 Möglichkeiten: 1. in Selbstmitleid und Kummer zu versinken und das Ganze nach aussen tragen und keine Ausstrahlung mehr zu haben und als Trauerklos rumrennen oder das Problem bei den Wurzeln packen, die ja nicht da sind und eine Lösung suchen. Ich entschied mich für letzteres. Ich habe mich im Internet nach Haarersatz erkundigt, einen Salon in meiner Nähe gesucht und mich beraten lassen. Und was soll ich sagen? Auch wenn das nicht meine echten Haare sind, ich bin endlich wieder die Frau die ich im inneren immer war. Ich fühle mich wohl, kann mich endlich wieder im Spiegel betrachten und lass mein Leben nicht von dem Haarausfall bestimmen. Denn das Leben bietet so viel mehr

LG Nightbird

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 24 Apr 2012 08:38:37 GMT

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

Hallo liebe Nightbird,

vielen dank für den aufbauenden beitrage

es freut mich sehr, das du endlich eine lösung für dich gefunden hast und damit auch zufrieden bist und dich endlich akzeptieren kannst.. so wie du bist!

wie gehst du damit im privaten um? Weiß es dein umfeld? Wie geht dein partner damit um?

LG Alena

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Tue, 24 Apr 2012 11:22:35 GMT

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

@ Nightbird

Kannst du vielleicht etwas mehr über die Art deiner Haarintegration schreiben?

Gruß Wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Tue, 24 Apr 2012 12:31:28 GMT

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

In meinem privaten Umfeld wissen es nur meine Familie und meine engsten Freunde und die haben sehr positiv darauf reagiert. Sie sagen es fällt überhaupt nicht auf und auch mein Partner kommt gut damit klar. Er sagt er liebt mich und nicht meine Haare
Ich habe eine Haarintegration von Micro.....rgo und habe dieses Haarteil seit 2 Jahren. Ok die Anschaffung ist schon sehr teuer gewesen. Das gute Stück hat 2000.- euro gekostet und ist auf mich massangefertigt. Von meiner KK bekam ich 310.- dazu. Ich muss es ca alle 4 Wochen nachziehen lassen was ungefähr 10.- euro kostet und alle 3 monate kommt es ganz runter, dann werden meine eigenen Haare wieder gefärbt und das Haarteil wieder neu befestigt. Ich kann damit alles machen und es sitzt sehr fest. Momentan hab ich ein der Firma Ar..os weil mein anderes Haarteil etwas ausgebessert werden musste. Kostenpunkt bei dem hier liegt nur bei 279.- euro. Es ist eigentlich nicht schlecht aber wenn man das andere gewöhnt ist kommt einem das hier eben sehr "billig" vor....Ist halt als wenn man immer nur BMW gefahren ist und hat plötzlich nen Trabbi Aber für den Übergang reicht es aus. Also wer Fragen hat, immer nur zu

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Tue, 24 Apr 2012 13:55:15 GMT

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

Hallo Nightbird,

du zahlst doch sicher 100 € fürs Befestigen oder tatsächlich nur 10 € wie du geschrieben

hast ?

Hast du ein Echthaarteil und wie ist es befestigt ?

Gruß Wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Tue, 24 Apr 2012 14:11:43 GMT

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

Also alle 4 Wochen müssen ein paar Stellen nachgezogen werden, das heisst es werden einige Hülsen zusätzlich angebracht. Und alle 3 Monate kommt es ganz ab und dann bezahle ich inkl. färben meiner eigenen Haare und neu befestigen ca 90.- euro. Mein Haarteil wird ringsum mit Hülsen befestigt, die man net sieht. Manchmal kommt es vor dass eine Hülse etwas hochsteht, v.a. am ersten Tag, aber mit der Zeit bekommt man die Trick raus wie man das verdecken kann

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Tue, 24 Apr 2012 14:22:55 GMT

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

Achso und ich habe ein Echthaarteil.....ich lade mal ein Bild hoch damit man es sieht

File Attachments

1) [Forum.jpg](#), downloaded 624 times



Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [tividi](#) on Tue, 24 Apr 2012 14:36:22 GMT

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

wow sieht super aus.

von der Entfernung auf dem Foto zumindest würd man das ja echt niie vermuten.

Wie ist das wenn mans näher sieht vorne am Haaransatz.

Ist das so ein Haarnetz für den Oberkopf?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Tue, 24 Apr 2012 14:41:20 GMT

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

danke

auch von nahem fällt es nicht wirklich auf, höchstens wenn man es weiss. ja es ist so ein wabennetz auf dem haare befestigt sind und man kann durch die waben die eigenen haare durchziehen lassen, wenn man das möchte. das haarteil sitzt ca 1,5 cm vom haaransatz nach hinten versetzt. der pony denn man da sieht ist auch vom haarteil

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 24 Apr 2012 16:05:26 GMT

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

Hallo nightbird,

wow das sieht wirklich klasse aus und vielen dank das du uns das anhand des fotos gezeigt hast

Sowas macht einfach wieder so viel mut

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Tue, 24 Apr 2012 16:51:29 GMT

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

Hallo Nightbird,

auch von mir ein . Sieht klasse aus. Dein Haarteil gleicht meiner Frisur, bloß habe ich keinen Pony und trage sie etwas länger. Nun weiß ich, wie meine Frisur mit einem HT aussehen könnte .

Das ist aber sicher das Foto von deinem teuren HT oder ? Wie alt war das HT zu diesem Zeitpunkt in etwa ?

Gruß Wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Tue, 24 Apr 2012 17:10:29 GMT

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

ja das ist das teure Haarteil. da war es knapp ein 3/4 Jahr alt gewesen. Bin froh wenn ich es wieder hab

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Tue, 24 Apr 2012 17:29:43 GMT

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

Hallo Nightbird,

das sieht richtig richtig schön aus.

So natürlich, hätte ich nicht gedacht.

Ig

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Tue, 24 Apr 2012 17:44:45 GMT

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

Ich sag doch, ein Haarteil muss nicht unbedingt was negatives sein. man muss sich nur mal damit auseinander setzen und dem ganzen etwas positiver gegenüber stehen

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 06:45:35 GMT

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

Hallo Nightbird,

da ich deine Geschichte nicht kenne und du darüber hier auch nichts geschrieben hast, frage ich jetzt einfach mal ein paar Dinge

Wodurch ist der HA bei dir entstanden?

Wie lange hast du schon damit zu kämpfen?

Was für eine Art HA hast du und was hast du schon alles probiert?

Wie lange hast du gebraucht um dich mit Perücke/HT anzufreunden?

Hast du immer noch mit HA zu kämpfen und wie wirkt sich das auf das Tragen deines HT aus... verrutscht es?

Fragen über Fragen

Lg wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Wed, 25 Apr 2012 07:02:01 GMT

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

Hi Wuschel,

wodurch mein Haarausfall entstanden ist kann mir leider keiner sagen. Es begann schon vor mind. 12 Jahren dass meine Haare, die an sich nicht so dick waren immer dünner wurden. Mir fiel jetzt nicht auf, dass ich extrem Haare verliere, nur der Scheitel wurde immer dünner. Die ersten Jahre hab ich mir da keinen grossen Kopf drum gemacht. Ich hatte eine gute Friseurin und der gelang es immer die passende Frisur zu zaubern. 2003 wurde ich schwanger und siehe da meine Haare wurden wieder fülliger....leider endete das mit der Geburt. Ich kam bis 2009 damit klar. Damals lernte ich eine Frau kennen, woraus sich eine tiefe Freundschaft bildete. Sie hatte tolle lange dichte Haare und ich dachte immer...wow.... Als unsere Freundschaft an Vertrauen gewann sprach sie mich eines Tages auf meine Haare an und eröffnete mir, dass sie eine Perrücke trägt. Ich war total überrascht. Daraufhin half sie mir im Internet eine Perrücke zu suchen und ich fand eine. Klar war ich nicht glücklich damit....man hatte immer Angst sie fällt runter oder jemand merkt es. Hinzu kam dass ich Angst hatte wegen einem Partner, ich war damals Single. Irgendwann lernte ich meinen heutigen Freund kennen und ich hatte immer Panik er greift mir in die Haare oder es verrutscht was beim Sex. Irgendwann fasste ich meinen ganzen Mut zusammen und habe es ihm gesagt. Und er hat so toll reagiert dass ich erstmal in Tränen ausgebrochen bin.....Dann stiess ich im Internet auf das Thema Haarintegration. Ich habe mich erkundigt wo ich einen Salon in meiner Nähe finde, machte einen Termin und liess mich beraten. Als ich den Preis hörte platzte erstmal meine Seifenblase.....2000.- die hatte ich nicht und konnte das Geld auch nicht zusammen kratzen. Ich erzählte meinen Eltern davon und weinte....da sagte mein Vater: Im Keller steht mein Motorrad...ich bin mit 70 eh zu alt dafür, verkauf es und nimm das Geld für deine Haare. Ich war überwältigt!!!! Gesagt, getan. 3 Monate später bekam ich mein Haarteil und ich war der glücklichste Mensch der Welt. Ich fühlte mich wieder attraktiv, eine Frau usw.... Auch mein Umfeld reagierte nur positiv. Klar dauerte es eine zeitlang bis ich mich daran gewöhnt hatte, aber mit der Zeit merkte ich es gar nicht mehr. Schlimm ist halt nur wenn es alle 3 Monate runter kommt. Mein Haarausfall ist mittlerweile fortgeschritten und ich seh unten drunter schrecklich aus. Aber noch kann ich mit einem Haarteil aushelfen, da ich an den Seiten und hinten genug Haare hab um es zu befestigen. Die ersten 2 Wochen sitzt das HT sehr fest und es rutscht nichts, dann fängt es langsam an zu wackeln, aber auch nur wenn ich es bewege. Anderen fällt es nicht auf. Puh, das ist jetzt ganz schön viel, aber ich hoffe ich konnte dir weiterhelfen.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 07:13:57 GMT

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

Hallo Nightbird,

vielen lieben Dank für deinen Beitrag. Ergreifend wie toll dein Vater reagiert hat.

Wenn mein HA weiterhin so fortschreitet, werde ich wohl oder übel wohl auch auf ein HT zurückgreifen müssen. Von daher bin ich froh über jede Info von HT-Trägerinnen.

Machst du eigentlich alles mit deinem HT, z.B. Sport oder evtl. sogar Motorradhelm tragen ?

Darf ich dich fragen, wie alt du bist...

LG wuschel.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Wed, 25 Apr 2012 07:34:56 GMT

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

Ich fand es auch toll wie mein Vater reagiert hat und ohne ihn hätte ich mir das auch nicht leisten können. Also mit meinem HT kannst du alles machen, schwimmen, Sport, Sauna, ich fahre zwar kein Motorrad, aber einen Helm kannst du problemlos tragen. Wichtig ist halt nur dass du dich beraten lässt. Ich war erst bei Haidr..ms. Und das HT sollte glaub auch 1300.- kosten aber hält nur ein Jahr. Meins kannst du über mehrere Jahre hinweg tragen. Ich musste es jetzt nur einschicken, weil mir durch das tägliche Haareglätten die Haare abgebrochen waren. Man konnte es zwar noch gut tragen aber mir wurde es zu kurz. Jetzt wird es wieder ausgebessert.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Wed, 25 Apr 2012 07:37:10 GMT

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

Ich bin 38 Jahre alt...und du?

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 07:47:34 GMT

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

Ich bin 48 Jahre und natürlich denken viele, dass der Haarausfall mit den Wechseljahren zusammenhängt, bloß will niemand einen Hormonstatus machen, da dies in den WJ mit unregelmäßigen Zyklen angeblich nicht vernünftig funktioniert . So schieben sich Endo, Gyns und Hautärzte gegenseitig die Bälle zu und jeder meint, der andere sei für meinen HA zuständig .

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Nightbird](#) on Wed, 25 Apr 2012 08:30:15 GMT

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

das ist doch blödsinn....aber typisch mediziner....wie lange hast du denn schon mit haarausfall zu tun??

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 25 Apr 2012 08:37:37 GMT

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

Hi Wuschel,

der Gyn erkennt anhand Deines Hormonstatus ob Du in der Menopause bist oder nicht.

Der Hautarzt kann/sollte erkennen ob Du Haarausfall aufgrund der Wj hast oder nicht.

Der Endo sollte untersuchen ob Deine Drüsen in Ordnung sind oder nicht.

Irgendwie verstehe ich das nicht.

Ig

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 09:02:22 GMT

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

Biggi01 schrieb am Wed, 25 April 2012 10:37

Irgendwie verstehe ich das nicht.

Hallo Biggi,

da gebe ich dir vollkommen mit dem Unverständnis.

In der Menopause bin ich noch nicht, da ich ja noch, wenn auch sehr unregelmäßig meine Tage bekomme.

Ich habe auch nie noch sie einen blöden Kommentar wie gestern gehört, dass ich noch nicht in den WJ sei. Jedes Kind weiß doch, dass die WJ in verschiedenen Phasen unterteilt sind und man normalerweise ab Mitte 40 da drin ist und es dann eben noch einige Jahre dauern kann bis zur Menopause.

Hautärzte sind alle unterschiedlicher Meinung gewesen bzgl. meines Haarausfalles von AGA über CTE bis hin zu psychisch alles möglich.

Endo soll ja eigentlich auch für Geschlechtshormone zuständig sein, fand meine aber nicht. Sie sah sich nur für die SD zuständig.

Weiß echt nicht mehr weiter.

LG wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 09:05:32 GMT

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

Nightbird schrieb am Wed, 25 April 2012 10:30das ist doch blödsinn....aber typisch mediziner....wie lange hast du denn schon mit haarausfall zu tun??

Seit 01/2010, ziemlich genau 3 Wochen nach Absetzen meiner Pille

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [hoffnungslos84](#) on Wed, 25 Apr 2012 09:10:48 GMT

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

Hallo nightbird,

eine wirklich schöne geschichte mit einem happy end schön wenn die familie hinter einem steht

danke das du das hier mit uns teilst

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 25 Apr 2012 09:21:58 GMT

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

Hi Wuschel,

schau mal, es kann nicht sein dass Du Dich mit Haarteilen befasst weil irgendwelche Mediziner Kompetenzgerangel betreiben.

Einleitung:

Hallo und herzlich willkommen hier im Forum. Wenn Du neu bist, wirst Du hier viele Informationen über bekannte Ursachen von Haarausfall finden, die Du der Reihe nach abklären lassen kannst. Manches wird Dir bekannt vorkommen, weil es bei Dir schon untersucht worden ist, manches hast Du vielleicht noch nie gehört. Auch wenn Du nicht neu bist, kannst Du hier vielleicht die ein oder andere Information finden.

Dies ist lediglich eine Zusammenstellung von Usern für User ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Eine Zusammenstellung von Dingen, die man hier in diesem Forum schon oft - allerdings in verschiedenen Threads - lesen konnte. Nun haben wir die Informationen zusammengefügt.

Wir freuen uns über Unterstützung, um bei neuen Erkenntnissen auf dem Laufenden zu sein. Es ist angedacht, diesen *Info-Thread* aktuell zu halten und wir bemühen uns, diesen jeweils zeitnah zu aktualisieren.

Gute Hinweise auf mögliche Ursachen, Symptomatik und Diagnostik von Haarausfall findet man bereits hier auf der Startseite:

Checkliste androgenetische Alopezie auf alopezie.de

Oder unter diesem Link:

Einführung im Frauenforum auf alopezie.de

Untersuchungen möglicher Ursachen von Haarausfall:

Hormone:

Mögliche zu untersuchende Hormone je nach Krankheitsbild:

Androstendion
Testosteron
DHT (Dihydrotestosteron)
DHEAS (Dehydroepiandrosteronsulfat)
LH (luteinisierendes Hormon)
FSH (Follikel-stimulierendes Hormon)
E2 (Estradiol/Östradiol)
Prolaktin
SHBG (Sexual Hormon Bindendes Globulin)
Progesteron

Zuständiger Arzt: Endokrinologe oder ggf. Gynäkologe

PCO-Syndrom

Das PCO-Syndrom ist eine Erkrankung, die durch Zyklusstörungen, einen männlichen Behaarungstyp (Hirsutismus) und/oder vermehrte männliche Geschlechtshormone im Blut (Hyperandrogenämie) definiert wird.

PCO auf qualimedic.de

AGS

Unter dem Wort Adrenogenitales Syndrom (AGS) wird eine Gruppe autosomal-rezessiv vererbter Stoffwechselkrankheiten verstanden, die durch eine Störung der Hormonsynthese in der Nebennierenrinde gekennzeichnet ist. Dabei ist die Bildung von Aldosteron und Kortisol gestört.

AGS auf onmeda.de

Diese Erkrankungen kann ein Endokrinologe diagnostizieren. Beide Erkrankungen rechtfertigen die Therapie mit einer antiandrogenen Pille, wie z. B. Diane35.

Problematisch wird es dann, wenn man bereits die Pille nimmt. Denn man kann beides unter Pilleneinnahme nicht eindeutig diagnostizieren. Das bedeutet, man müsste sie erst absetzen, um dann nach Diagnosestellung wieder damit zu beginnen.

Die Pille

Die Pilleneinnahme kann ebenfalls Haarausfall verursachen. Sie täuscht dem Körper permanent eine Schwangerschaft vor, was zu vielen hormonellen Problemen führt. Darüber hinaus raubt sie dem Körper Nährstoffe, die mangels Kenntnis darüber nicht wieder zugeführt werden. Die Pille beeinträchtigt den Stoffwechsel und erhöht dadurch den Bedarf an Folsäure, Vit. B1, B2, B12 sowie auch Vit. C, Zink und Magnesium. Der Bedarf an Vit. B 6 ist bei Frauen, die die Pille nehmen, 5-10 mal so hoch wie bei Frauen, die sie nicht nehmen. Ohne genügende Versorgung mit Nährstoffen ist kein vernünftiger Haarwuchs möglich. Auch hier wird es dann problematisch, wenn man bereits viele Jahre die Pille nimmt und sie nun absetzen möchte, denn auch ein Absetzen dieser stürzt den Körper natürlich in ein Hormonchaos. Hier kann nur jeder für sich selber abwägen und entscheiden, welcher der richtige Weg ist.

Hier - wie auch grundsätzlich - gilt: vor jeder Therapie sollte eine gründliche Suche nach den Ursachen für den Haarausfall stattfinden. Denn jede begonnene Therapie erschwert unter Umständen die Suche nach der eigentlichen Ursache für den Haarausfall. Man vermutet, dass es bei Frauen, die die Wechseljahre noch nicht erreicht haben, oftmals eine andere Ursache für den Haarausfall gibt als androgenetische Alopezie.

Schilddrüse

Für die Abklärung der Schilddrüse sollte man sich nicht auf die erste Diagnose der Hausärzte verlassen. Denn diese haben in der Regel nicht ausreichend Erfahrungen und auch nicht die Möglichkeiten, alles zu untersuchen, was notwendig ist, um eine gesicherte Diagnose zu stellen. Daher sollte die Schilddrüse immer beim Spezialisten untersucht werden. Das sind Radiologen oder Nuklearmediziner. Dort wird eine entsprechende Blutuntersuchung gemacht. Dabei sind unbedingt folgende Werte notwendig:

TSH (Thyroidea stimulierendes Hormon)

die freien Werte (nicht T3 und T4!):

fT3 (freies Trijodthyronin)

fT4 (freies Tyroxin)

Autoantikörper gegen Thyreoglobulin (Tg-AK)

Autoantikörper gegen thyreoidale Peroxidase (TPO-AK), auch mikrosomale Antikörper (MAK) genannt

Autoantikörper gegen den TSH-Rezeptor (TRAK)

Grundlegende Informationen zu Funktionsstörungen der Schilddrüse findest Du hier :

Endokrinologie/SD auf dr-kluthe.de

Dazu sollte man wissen, dass die Verordnung von Jod nicht unumstritten ist. Besonders folgeschwer kann sie sein, wenn eine Schilddrüsenvergrößerung vorliegt aufgrund der hypertrophen Form der Hashimoto Thyreoiditis. Durch das Jod wird der Entzündungsprozess im Körper zusätzlich angeheizt mit oft schwerwiegenden Folgen. Leider sind sich nicht alle Ärzte, besonders Hausärzte ohne spezielle Kenntnisse zur Schilddrüse, über diese Zusammenhänge im Klaren und so wird immer noch viel zu häufig Jod verordnet, wo statt dessen eine gründliche Schilddrüsendiagnostik hätte stattfinden müssen. Auch aus diesem Grund die dringende Empfehlung, zur Schilddrüsendiagnostik immer einen Facharzt aufzusuchen.

Anhand der Antikörper kann man eine Autoimmunerkrankung der Schilddrüse feststellen, die wohl die häufigste Ursache für eine Fehlfunktion ist (Hashimoto Thyreoiditis und Morbus Basedow).

Antikörper bei Hashimoto Thyreoiditis:

in 90% der Fälle sind die TPO-AK erhöht

in 50%-60% der Fälle sind die Tg-AK erhöht

selten sind die TRAK (<10%) erhöht

Die Höhe der Antikörper schwankt häufig und es gibt Fälle, in denen keine erhöhten Werte für die Antikörper gefunden werden.

Antikörper bei Morbus Basedow:

in 80-90% finden sich erhöhte Werte für TRAK (Antikörper gegen TSH-Rezeptor; wirkt wie TSH selber und fördert die Hormonproduktion)

in 50-70% der Fälle werden im akuten Stadium erhöhte Werte für TPO-AK gefunden

in 20-40% der Fälle werden im akuten Stadium erhöhte Werte für Tg-AK gefunden

Zusammenfassend kann man sagen, dass bei Hashimoto meistens die TPO-AK erhöht sind und bei Morbus Basedow die TRAK.

Darüber hinaus wird die SD mittels einer Sonografie auf Größe und Beschaffenheit untersucht. Schließlich wird eventuell noch ein Szintigramm gemacht, womit man die Tätigkeit

der SD überprüft:

Sonographie (Ultraschalluntersuchung)

Szintigraphie/Szintigramm (Funktionsabbild der Schilddrüse nach intravenöser Gabe eines radioaktiven Indikators)

Es gibt Fälle, bei denen es sehr schwierig ist, eine Diagnose zu stellen. Es gibt Betroffene, bei denen keine Antikörper nachzuweisen sind und es gibt Fälle, bei denen TSH immer supprimiert ist (z. B. bei KPU), auch in Unterfunktion (normalerweise wäre dieser Wert erhöht). Das führt zu Fehldiagnosen. Das alles macht es oft erforderlich, mehrere Ärzte aufzusuchen oder die Untersuchungen in regelmäßigen Abständen zu wiederholen, weil man manchmal eben nur anhand des Werteverlaufes oder der Größe der SD, wenn diese sich verändert, eine Diagnose bekommt. Wichtig ist, sich immer die Befunde in Kopie aushändigen zu lassen, um selber einen Überblick zu bekommen, was untersucht worden ist und wie die Entwicklung war. Das gilt übrigens für alle Laborwerte.

Weitere Erklärungen und ein Forum über die Schilddrüse findest du hier:
Hashimoto Thyreoiditis und Morbus Basedow

Eine Liste von empfohlenen Ärzten findest du hier:
schilddruesenspezialisten.de

Nebenniere

Forum auf ht-mb.de

KPU/HPU

Selbsthilfe Pyrrolurie

Hier entsteht ein Mangel an Vit. B6 und Zink, der nicht über die Nahrung ausgeglichen werden kann. Durch den Mangel daran entstehen oftmals weitere Mängel und Stoffwechselprobleme mit allen bekannten Problemen, zu denen natürlich auch Haarausfall gehören kann. KPU kann mittels eines Urintestes nachgewiesen werden, den man selber bezahlen muss.

Nährstoffmangel

Hier ist in erster Linie an Eisenmangel zu denken. Zur Bestimmung des Eisenhaushaltes benötigt man:

Blutbild
Eisen
Ferritin

und Transferrin

Die einzelnen Parameter können durch Infekte oder andere Dinge verfälscht werden, so dass man das Gesamte sehen muss, um wirklich Aufschluss über den tatsächlichen Zustand zu bekommen.

Auch hier werden oftmals aus wirtschaftlichen Gründen nicht alle Werte untersucht. Es ist daher sinnvoller vorher nachzufragen, welche Werte bestimmt werden sollen und gegebenenfalls anbieten, einen Wert selber zu bezahlen (Ferritin wird beispielsweise selten ohne ausdrücklichen Wunsch mitbestimmt).

Weiter zu den B-Vitaminen und Zink. Wichtig ist hierbei, dass es nicht ausreicht, diese im Serum zu bestimmen, sondern man benötigt Stoffwechselprodukte und Enzymtätigkeiten, um zu wissen, wie viel dem Körper tatsächlich zur Verfügung steht.

Auf die menschliche Haut treffende intensive Sonnenstrahlung (UV-Strahlung) reduziert die Folsäure im Körper. Bei hellhäutigen Menschen ist der Effekt besonders stark. Auch das sollte man bedenken. Vor allem Frauen, die die Pille nehmen, sollten sich bewusst sein, dass sie hier doppelt gefährdet sind und diesen Punkt besonders im Auge behalten.

Als Ursache eines Nährstoffmangels sollten neben der Pille auch Erkrankungen wie Magersucht und Bulimie hervorgehoben werden. Ebenfalls können strenge Diäten, Stress, Nikotin- und übermäßiger Alkoholkonsum auch zu einer Mangelerkrankung führen.

Wichtig ist ebenfalls, zu wissen, dass es eher schadet als nützt, mehr oder weniger wahllos Vitamine und Nährstoffe einzunehmen. Sie nutzen nur da etwas, wo auch ein Mangel besteht. Ansonsten provoziert man durch die Einnahme eines Nährstoffes, der in genügender Menge schon vorhanden war, an anderer Stelle einen Mangel, da sich im Stoffwechsel vieles gegenseitig bedingt.

Das ist vermutlich das schwierigste Kapitel, denn selbst wenn man weiß, welche Werte man bestimmen lassen muss (vieles davon muss selber bezahlt werden), ist es noch nicht gesagt, dass man das Ergebnis auch richtig deutet.

Ein Link, in dem Vitamin- und Mineralstoffmängel in Bezug auf Haarausfall ganz gut erklärt werden:

Diffuser Haarausfall auf bnw-natur.com

Zuständiger Arzt: Allgemeinmediziner oder Internist

Stress, Depressionen

Auch Depressionen und Stress können Haarausfall verursachen. Ursache hierfür sind verschiedene Neurotransmitter und andere Botenstoffe, die die Haarfollikel negativ beeinflussen. Wichtig ist, den Ursachen hierfür auf den Grund zu gehen, denn Stress wirkt sich nicht nur schädigend auf den Haarwuchs aus, sondern in erster Linie auch auf andere Organe. Bei Stress haben sich Dinge wie autogenes Training und andere Entspannungsübungen durchaus

bewährt.

Genetische Veranlagung

Abschließend sollte man nicht vergessen, dass es durchaus eine genetische Veranlagung dazu gibt, mit Haarausfall zu reagieren. So bekommt natürlich nicht jeder, der eine Schilddrüsenfunktionsstörung oder Nährstoffmangel hat, automatisch Haarausfall. Erst die genetische Disposition dazu und oft auch die Tatsache, dass nicht nur eine Ursache, sondern mehrere, die sich gegenseitig bedingen, vorliegen, bewirkt dann, dass Haarausfall als Symptom auftritt. Wer den Ursachen dafür auf den Grund geht, hat durchaus Chancen, den Haarausfall zu besiegen. Allerdings ist es leider aufgrund der Vielfalt der Ursachen und des Zusammenspiels von hormonellen Vorgängen und Stoffwechselprozessen nicht immer möglich, die Ursachen ausfindig zu machen.

Medikamente:

Nicht zu unterschätzen ist auch der Einfluss von Medikamenten auf den Haarausfall, welcher bereits nach wenigen Tagen, oder auch erst mehrere Monate nach Beginn der Medikamenteneinnahme, auftreten kann. Für die Ursachenforschung ist es daher wichtig, zu recherchieren, welche Medikamente man in den letzten Wochen und Monaten zu sich genommen hat.

Hier findest du eine Liste mit Medikamenten, die Haarausfall verursachen können:

Medikamenten-Liste

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 09:46:39 GMT

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

Liebe Biggi,

vielen Dank für deine Auflistung, hatte ich auch schon durchgelesen.

Bloß bis auf die Geschlechtshormone ist bei mir ja schon alles andere ausgeschlossen worden und was soll ich machen, wenn kein Gyn oder Endo, sie bei mir testen will ?????

Jeder Gyn sagt mir, dass die Hormone viel zu stark schwanken würden, um sie genau testen zu können und erst recht durch meine seit einigen Monaten extrem unregelmäßigen Zyklen. Da weiß ja niemand, ob ich in der 1. oder 2. Zyklushälfte bin. Selbst wenn ich sage, ich zahle selber, winken sie ab.

Bin schon mehrfach mit so einer Checkliste zu den Ärzten gegangen, die waren ganz schön

erbst deswegen.

Ich habe echt keinen Bock mehr, mich zum Fußabtreter der Ärzte machen zu lassen. Selbst Ärzte, die mir von Freundinnen empfohlen wurden, die dort anderweitiger Probleme in Behandlung sind, wollten nicht auf meine Bedürfnisse eingehen.

Ich ärgere mich schon über mich selber, weil ich immer denselben Mist schreibe

LG Wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 25 Apr 2012 10:22:30 GMT

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

Liebe Wuschel,

dass Dich das alles ankotzt kann ich gut verstehen, ich verzichte jetzt mal auf die Zitate.

Nach langem Kopfschütteln kam mir folgende Idee:

Kannst Du Dich bitte bei Deiner Krankenkasse erkundigen, welche Ärzte die notwendigen Untersuchungen durchführen?

Ich habe in anderer Sache das Gespräch mit meiner Krankenkasse gesucht und die Erfahrung gemacht dass man nicht nur abgewimmelt wird. Ich war persönlich da.

Meld Dich bitte

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [tividi](#) on Wed, 25 Apr 2012 10:25:51 GMT

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

hach ich versteh dich mit deinem Ärzteproblem ja so

Gibts bei dir vielleicht auch ein Labor in der nähe? dort kann man auch hin und alles testen lassen.

man muß halt selbst zahlen

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 10:27:22 GMT

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

Liebe Biggi,

vielen Dank für den Tipp; hatte ich gestern, nachdem ich mich so über die Ärztin aufgeregt hatte, auch schon in Erwägung gezogen. Ich warte jetzt erst mal ein paar Tage ab, bis ich wieder "runterkomme" (Wut, Enttäuschung, Ausgeliefertsein, Resignation).

Klar, melde ich mich.

LG wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 10:31:33 GMT

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

Hallo tividi,

selbst, wenn man die Dinge in einem Labor selber testen läßt, braucht man ja jemanden zur Auswertung bzw. zur Weiterbehandlung und sei es nur für eine Rezeptausstellung. Zudem müssen bestimmte Werte ja dann auch häufig kontrolliert werden und das geht doch alles nur mit einem Arzt seines Vertrauens.

Gruß wuschel

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [tividi](#) on Wed, 25 Apr 2012 10:33:54 GMT

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

ja das ist natürlich wahr, wuschel.

aber vielleicht findet sich so eher einer.

Die Ärzte wollen ja alle auch wegen ihrem Budget nie was testen.. denk ich mal.

Und so schaut sich das ja doch mal wer eher an.

Die können dann ja net auch noch sagen, neee das schau ich nicht an, mir egal..

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 25 Apr 2012 10:38:08 GMT

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

@tividi

Bei meinem Glück würde ich dann aber sowieso wieder nur an einen Arzt geraten, der keine Ahnung von der Materie hat. Entweder können sie die Ergebnisse dann nicht deuten, weil sie nur auf die Referenzwerte achten oder sie kennen sich dann nicht in der Weiterbehandlung aus, wie z.B. mit natürlichen Hormonen

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Thatlittlehope](#) on Fri, 27 Apr 2012 19:33:45 GMT

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

War kein guter Tag heute....war vorhin duschen und mir sind sehr wenige Haare ausgefallen, ich hab sie zwar nicht gezählt, schaute aber nach so 50 Haare aus und früher hab ich mindestens 200 bis 1000 Haaren an sehr schlechten Haaren verloren.Überhaupt ist das seit 2,5 Monaten jetzt so und es wächst hier und da Neues nach und man müsste meinen es wird besser, aber als ich mit den nassen Haaren nen Zopf gemacht hab, war da nur noch ein Strich und heute vor einem Jahr hatte ich nen Busch, extrem voll.Vorne extrem licht, an den Seiten extrem Licht und die Haare am Hinterkopf gehen wie ein Vorhang auf und zeigen Kopfhaut. Jetzt noch Kopfschmerzen von der vielen Heulerei heut, nehme gleich Aspirin.Ein furchtbarer Tag....

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Fri, 27 Apr 2012 22:25:35 GMT

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

Thatlittlehope schrieb am Fri, 27 April 2012 21:33War kein guter Tag heute....war vorhin duschen und mir sind sehr wenige Haare ausgefallen, ich hab sie zwar nicht gezählt, schaute aber nach so 50 Haare aus und früher hab ich mindestens 200 bis 1000 Haaren an sehr schlechten Haaren verloren.Überhaupt ist das seit 2,5 Monaten jetzt so und es wächst hier und da Neues nach und man müsste meinen es wird besser, aber als ich mit den nassen Haaren nen Zopf gemacht hab, war da nur noch ein Strich und heute vor einem Jahr hatte ich nen Busch, extrem voll.Vorne extrem licht, an den Seiten extrem Licht und die Haare am Hinterkopf gehen wie ein Vorhang auf und zeigen Kopfhaut. Jetzt noch Kopfschmerzen von der vielen Heulerei heut, nehme gleich Aspirin.Ein furchtbarer Tag....

Hallo Thatlittlehope,

was nimmst Du gegen HA...

das mit dem Zopf und Strich geht mir genauso

hast Du Deine Werte checken lassen:

- Eisen
- Ferritin
- Transferrin

- SD (fT3, fT4, TSH, Entzündungswerte)

- E2
- Testosteron
- DHT

- SHBG
- FSH, LH
- Prolaktin
- Progesteron

wenn hier alles OK ist-----> zu 99% AGA .. dann mit einem guten Arzt ein antiandrogenes Programm fahren:

mit Finasterid, Androcur, ev. E2/P4... (bei Bedarf)
+ als Ergänzung Minoxidil 2%.

eine solche Medikation bzw. etwas mehr ... fahre ich und bekomme nach shedding jetzt wieder viele Haare zurück, auch in den Geheimratsecken..

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Thatlittlehope](#) on Fri, 27 Apr 2012 22:46:03 GMT

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

Ich nehme die Pille, Zink und Vitamin D. Es ist bei mir alles okay, aber meine Ärztin meinte bei mir besteht ne Tendenz, dass es hormonell ist. Es sei zwar alles okay, aber die Konstellation sei wohl nicht so gut. Und ich hab ganz stark Vitamin D Mangel und es besteht PCO Verdacht.

Mein HA ist ziemlich diffus und die Lichtung ging ziemlich schnell und bei AGA soll doc nicht so viel ausfallen, aber ne Lichtung da sein und bei mir fiel immer zu viel aus und naja Minox hat mir damals nicht geholfen, sondern alles schlimmer gemacht. Und ich glaub für Fin bin ich zu jung, es besteht ja irgebnwann Kinderwunsch. Bin 22.

Aber ich weiß jetzt nicht, ob alles überprüft wurde, z.B. E2 oder FSH weiß ich nicht, frag ich den Arzt, hab im Juni nen Termin. Ich setzt grad viel auf Vitamin D, nehme ich seit etwas mehr als 2 Monaten und seitdem merke ich ganz leicht Neuwuchs...hoffe es wird mehr.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [mike.](#) on Sat, 28 Apr 2012 01:30:12 GMT

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

vit D Mangel musst beheben

Minox macht es dann schlimmer, wenn die Chemie im Eimer ist...
ich hatte mal fast ein Jahr Minox ohne Erfolg angewandt ... dann Fin und NEMs ergänzt und siehe da .. Wuchs. Jetzt ergänzt um Androcur und co .. siehe da --> Wuchs
aber jeder ist natürlich anders

PCO, hm.. ev. Fin. .. Bei konkreten Kinderwunsch ---> ABSETZTEN

nach dem Stillen.. wieder ansetzten.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [Thatlittlehope](#) on Sat, 28 Apr 2012 11:55:15 GMT

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

Also ich werd jetzt so 6-9 Monate also bis Ende dieses Jahres es mit dieser Medikation, die ich jetzt hab ausprobieren, da ich die Vigantolethen hab, kann es ne Weile dauern, dass mein Vitamin D Speicher gefüllt ist (vllt. krieg ich den Arzt hin, dass er mir Dekristol verschreibt). Und ich werd nochmal demnächst zu einem richtigen Haarspezialisten gehen und gucken, was es alles außer Minox gibt. Und wenn alles nicht hilft, überlege ich es mir vielleicht wieder mit Minox und vllt auch Finasterid.

Subject: Aw: Lasst uns bitte über die seelischen Belastungen reden

Posted by [unwichtig](#) on Fri, 11 May 2012 13:33:50 GMT

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

Biggi01 schrieb am Sat, 04 February 2012 18:47Hallo Mike,

Ihr seid Euch so was von ähnlich!

Auch er fiel durch fundiertes Wissen, teilweise schon fast wissenschaftliche Kenntnisse auf, bis er plötzlich verschwand.

Schön Dich hier zu haben, zuerst habe ich gedacht: was will ein Mann im Frauenforum?

Mittlerweile weiß ich Deine Beiträge zu schätzen.Ig
Ich finde Mike auch super und freue mich, dass er hier ist.
