
Subject: heute bin ich deprimiert

Posted by [Ira*](#) on Tue, 21 Aug 2012 17:41:10 GMT

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

Hallo zusammen,

.. heute ist für mich ein deprimierender Tag.

Ich hatte mich vor einigen Wochen dazu aufgerafft, endlich mal zum Arzt zu gehen, um einen großen Check zu machen. Der von mir ausgeguckte, neue Hausarzt war auch wirklich sehr nett. Wir haben dann ein großes Blutbild gemacht und heute war ich dort, um mir die Ergebnisse anzuschauen. Ich hatte irgendwie gedacht, dass irgendwas nicht stimmen würde, weil ich mich regelmäßig so schlapp, konzentrationsschwach und schwindelig fühlte. Und wer weiß, vielleicht hat das ja was mit meinem Haarausfall zu tun, dachte ich.

Ich war also dort. Sehr kurzes Gespräch. Alles in Ordnung. "So würde ich Sie um die Welt schicken". Er hat mir auch das Blutbild ausgedruckt und mit meinem Wissen kann ich sagen: Ja (verdammmt) es ist alles in Ordnung.

Dann fragte er mich mit einem tiefen, emphatischen Blick in die Augen, ob mir das dann sehr zu schaffen mache. Ja (verdammmt). Ich könnte immer wieder vorbeikommen und/ oder eine eMail schreiben. Er würde mir gerne helfen (danke, aber das Angebot alleine hilft nicht).

Auf dem Weg nach Hause war ich richtig wütend. Nicht wirklich auf ihn, weil er wirklich sehr nett war, sondern auf die Situation. Weil mir die Haare ausfallen, während alle um mich herum durch ihre tollen wallenden Haare streifen. Scheiße. Ich war haarscharf davor, eine junge Frau anzuzicken, die sich mit Blick auf meinem Kopf durch ihr tolles Haar strich. (Jaja, du blöde Kuh, du hast tolle Haare und ich nicht, wir wissen!). Ich kam nach Hause und habe um Haaresbreite meinen Mitbewohner angefahren, ohne ersichtlichen Grund. Ich bin so wütend.

Und jetzt, wo ich das aufschreibe, geht es mir schon besser. Weil ich mich daran erinnere, dass ich auf dem Weg zum Arzt ein junges Mädchen mit AA gesehen habe (sie hatte keine Haare mehr auf dem Kopf und ihre Augenbrauen waren ziemlich gut, aber trotzdem als solches erkennbar permanent tätowiert). Sie trug keine Perücke und sie sah einwenig so aus, als würde sie sich in dem Bus nicht pudelwohl fühlen, aber: Wer tut das schon im Bus? Sie sah schön und stark aus. Und ich mit meinen 29 Jahren gehe ab, weil mir die Haare ausgehen. Da denke ich mir - mich einwenig aufziehend - das ist doch albern. Einfach mal durchatmen, und das Leben geht weiter. Dann bin ich halt kerngesund und die Haare verabschieden sich "einfach so". Macht zwar was, ist aber auch kein Weltuntergang. Das Mädchen im Bus ist der beste Beweis.

Naja, das wollte ich mal loswerden. Hier im Forum ist wohl der geeignete Platz dafür.

Schöne Grüße

Ira

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [muckimuck](#) on Tue, 21 Aug 2012 17:47:10 GMT

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

Oh Ira.....ich umarme dich ganz feste!!!!

Es geht wohl vielen hier so.....man hofft schon förmlich, dass irgendetwas gefunden wird.
Irgendetwas, das einem den Weg zeigt.

Auch ich hab heute einen scheiss Tag. 6 Tage Fin und ich muss abbrechen.

War vorhin in der Stadt.....überall dicke Zöpfs, wehendes Haar.....alle sind voller
Lebensfreude...und ich hab keine Sekunde Ruhe....vor dem HA....der Panik....

Auch wenn es nicht hilft: Du bist nicht allein *knuddel*

LG
Mucki

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Ira*](#) on Tue, 21 Aug 2012 17:54:34 GMT

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

Hallo Mucki,

das ist ganz lieb! Ich umarme zurück!

.. die Ursachensuche ist echt ein Graus. Ich hatte ja gehofft, dass man noch irgendwas anderes finden würde als meine dämlichen, kontinuierlich erhöhten männlichen Hormone. Dann hätte ich vorerst kein Androcur genommen. Jetzt werde ich es wohl nehmen, obwohl es mir vor den Nebenwirkungen graust und ich eigentlich nicht so gerne so "harte" Medikamente nehmen würde. Außerdem muss ich dann mit dem Rauchen aufhören und ich frage mich ernsthaft: Wie soll ich das machen?! Ich bin in etwa so wie die Staatsanwältin im Münster-Tatort, falls dir das was sagt. Nur habe ich nicht ihre Haare (HAHA).

Warum musst du denn Fin so plötzlich wieder absetzen? Vermutlich hast Du Nebenwirkungen? Welche denn? Legen die sich nicht eventuell wieder (ich will dir jetzt aber nicht die Weiternahme aufschwatzen!)?

Sag mal, würdest Du sagen, dass man deinen Haarausfall als außenstehende Person, die dich nicht vorher gekannt hat und nicht auf die Köpfe aller Leute fokussiert ist, bemerkt?

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [lala](#) on Tue, 21 Aug 2012 17:55:57 GMT

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

mir gehts auch echt schlecht

sport-abgesagt

essen gehen mit den kolleginnen-keine lust

ich will nur nach hause, mir etwas auf den kopf schmieren

und dann meine ruhe haben

ich verliere all die schönen haare der letzten jahre, schöne lange kräftige haare

@mucki: wieso musst du fin abbrechen?

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Ira*](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:02:58 GMT

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

hmpf, lala, das kenn ich auch: alles absagen, mit niemanden reden wollen, sich von niemandem anschauen lassen wollen.

ich habe morgen einen ereignisreichen tag, mit vielen terminen und vielen leuten, die mich anschauen können. vor solchen tagen graut es mir immer einwenig und ich muss mich mental darauf vorbereiten, wie ich das mache, ohne dass der ha mich dabei verrückt macht. meistens bringt die mentale vorbereitung nach einem blick in den spiegel dann doch nicht so viel. sport habe ich seit ewigkeiten nicht mehr gemacht: wenn die haare nassgeschwitzt sind, sieht man alles doch noch viel mehr. ich schreib mir grad mal auf meinen imaginären notizzettel: basecap besorgen. denn so geht das ja nicht weiter.

aber, irgendwo her muss auch der humor kommen, nur gibt es so wenige witze/ sprüche mit haaren, die ich gerade lustig fände. meine freundin und ich grinsen uns immer an, wenn jemand so worte verwendet wie "um haares breite" "haarscharf". aber der bringer ist das auf dauer auch nicht.

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [muckimuck](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:11:40 GMT

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

Termine.....ohje.....übermorgen hab ich auch viel vor.....ich hasse das aber man kommt ja nicht drum rum....

Heute wollte eine Freundin spontan zum Kaffee kommen.

Ich hab gesagt, ich waere einkaufen.

Sondere mich immer mehr von der realen Welt ab. Sogar von meinen Eltern....

Lala.....hab nach 6 Tabl. Fin schmerzende Brueste und Hitzewallungen bekommen.

Aromatase.....zuviel Östrogen..... Alles Mist.

Man fuehlt sich so alleine, hilflos, ausgeliefert und wird sauer und aggressiv.
Echt ein Teufelskreis....

Mein Mann ist sauer wegen dem vielen Geld was floeten geht.
Jetzt wieder 50 Euro fuer Fin.....alles Mist

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert
Posted by [Binne](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:13:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Ira,

deine Gefühle kann hier jede nachvollziehen...einfach nur Mist!!! Und Dates in letzter Minute absagen, dass kenne ich auch nur zu gut. Manchmal sage ich 15 Minuten vorher ab . Gehe ich dann doch mal zu einem Mädels-Abend, tut es mir eigentlich SO gut, denn ich merke, dass mir meine Freundinnen nicht auf die Haare, sondern nur ins Gesicht schauen und so manch Freundin hat auch keine Bomben-Haare, die andere hat mit fast 40 diese Akne.... es gibt also auch noch andere, die mit mir am Tisch sitzen und nicht perfekt sind. Das beruhigt mich dann immer etwas und meistens komme ich dann gut gelaunt, weil abgelenkt!, nach Hause zurück...

Mit wieviel mg Androcur steigst du denn nun ein? Biggi nahm ja jahrelang 50 mg, hatte sie arge NW? Ich kann mich gar nicht erinnern...

Ich bin nun auch ein Fan von Toppik geworden , wie du schon geschrieben hast, leider ist Toppik nichts mehr für meine GHE; zu licht sind diese schon, aber um hinten den verlängerten Mittelscheitel zu überdecken, dafür ist Toppik genial!!!
Benutzt du eigentlich dass Spezial-Spray zum Fixieren oder tut es normales Haarspray eigentlich auch??

Welche Farbe hattest du dir falsch gekauft? War es zufällig mittelbraun?

Ich habe mir auch zunächst eine falsche Farbe bestellt und beim zweiten Anlauf hat es dann gepasst!

Liebe Grüße!!

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert
Posted by [Binne](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:19:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Mucki,

meinst du wirklich, dass 6 Tage Fin ausreichen, um so NW hervorzurufen??
Hitzewallungen habe ich auch gerade, aber die kommen vom Wetter (will dir deine NW gar nicht absprechen, nicht falsch verstehen, ich kann mir nur nicht vorstellen, dass 6 Tage Fin so viel schon bewirken können.. als ich neulich 2,5 Wochen Fin genommen habe, habe ich null bemerkt).

Vielleicht würde ZINK die Aromatase hemmen, so sagt man es doch , oder? Zink hemmt die Umwandlung von Testo zu Ö. Zu wieviel Prozent kann ich nun nicht sagen, aber ich habe das öfters gelesen.

Nimmst du eigentlich Prog dazu? Ja, oder?

Ich habe unter Prog auch öfters spannende Brüste, die sich auch zyklusbedingt vergrößern (was ich immer ganz nett finde, da ich Minus A habe) , vielleicht hast du "einfach nur" Ö-Domianz Symptome, die das Prog hervorruft?!

@Ira, sorry, ist ja eigentlich dein Thread...

LG!

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [muckimuck](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:24:01 GMT

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

Oh Binne.....wenn ich das mal wusste, ob es von Fin kommt....

Ich hatte es vorher halt nie....

Hab im Fin Dosierungs- Thread dazu gepostet.....

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Ira*](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:32:05 GMT

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

Hallo Binne und die anderen,

kein Problem wegen der Fragen an Mucki. Dieser Thread kann von mir aus für alles genutzt werden. Ich kann mich bei den Fragen rund um Fin nur nicht einklinken, weil ich davon keine Ahnung habe.

Bezüglich des Androcurs: Keine Ahnung, wie viel ich davon nehmen werde. Ich muss das nochmal mit meiner Frauenärztin (auch eine sehr nette! Ich habe irgendwie im Vergleich Glück mit den Ärzten gehabt) absprechen.

Dass Du mit dem Toppik zufrieden bist, find ich gut! Der verlängerte Mittelscheitel, oh ja, ein Graus bei mir. Toppik drauf, und ich muss ihn zumindest nicht mehr sehen. Ich benutze mittelbraun. Mein Fehlkauf war hellbraun. Wie wars bei Dir? Wie trägst du deine Haare eigentlich? Ganz normales Haarspray tut es absolut, so meine Erfahrung. Ich habe das extra Spray nur die ersten Wochen benutzt und bin dann zügig auf das Haarspray meines Mitbewohners umgestiegen.

Was mich auch bei Dir interessieren würde: Glaubst Du, dass "normale" Leute deinen Haarausfall - mit optimaler Frisur und Toppik etc - bemerken?

Schöne Grüße in die Runde

Ira

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [tivid](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:53:47 GMT

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

ist Toppik wohl viel besser als Super Million Hair?

ich komm damit nicht klar. Ich finde man siehts. Und ich irgendwie is die Farbe auch nix.. etwas zu dunkel. Aber eins heller find ich eher zu hell

Was macht man dann? Eher die dunklere oder die hellere

Überlege ob ich doch nochmal Toppik kaufe.. aber keine ahnung ob das besser wäre..

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Ira*](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:56:38 GMT

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

Mh, Tivi, irgendwann gab es mal so einen Vergleichsthread und da schnitt, wenn ich mich recht erinnere, Toppik minimal besser als Super Million Hair ab. Wenn es aber tatsächlich die Farbe ist, die nicht passt, würde ich es an deiner Stelle tatsächlich nochmal mit Toppik versuchen - es kann ja gut sein, dass die andere Farben, genau in den Zwischennuancen von Super Million Hair, produzieren.

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Binne](#) on Tue, 21 Aug 2012 18:57:49 GMT

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

@Ira,

mein Fehlkauf war dunkelbraun, hihi, ich benutze nun auch wie Du das mittelbraune

Ich trage meine Haare im Alltag schon seit 2 Jahren im Zopf, alle zurück gekämmt. Das letzte Jahr hatte ich immerhin noch so viele Haare, dass ich meine Haare so zurückkämmen konnte, dass mein Mittelscheitel nicht zu sehen war. Nun wird es aber seit Monaten immer kritischer und

ich verbringen teilweise Stunden damit, meine verbleibenden Haare so zu kämmen, dass sie das meiste vom Scheitel überdecken. Da das aber nur noch eine hauchdünne Schicht ist und ständig im Alltag so verrutscht, dass man den Scheitel doch sieht, bin ich demnächst gezwungen, entweder auf eine andere Frisur (die da wäre Zopf mit Mittelscheitel) umzusteigen oder sie mir alle abzurasieren und eine full lace wig draufzusetzen... (was ICH dann mit meinen neuen Haaren wedeln könnte).

Das Toppik hatte ich mir ja eigentlich für meine eine GHE gekauft, da kann ich es aber nicht anwenden, deshalb habe ich es nun mal hinten auf den langen Wirbel drauf gemacht und war vom Ergebnis total begeistert. Ich trage tagsüber meine Haare ja nicht mehr offen, zu sehr nerven mich meine dünnen Haare, aber abends , nach dem Haare waschen,gönne ich mir , nur für mich, dieses Toppik-Zeugs... dann kann ich wenigstens beim Blick in den Spiegel keine kahlen Stellen mehr hinten sehen, dass ist schon mal viel wert!

Normale Leute sehen auf jeden Fall, dass meine eine GHE sehr viel weiter zurück geht als die andere und das man auf der Stirn mittlerweile zwischen einzelnen Haaren durchschauen kann. Aber: wer weiß, wie genau sie vorher geschaut haben? Vielleicht fällt es vielen wirklich noch nicht auf, weil sie nicht wussten, wie es vorher war?

Ich achte natürlich auch sehr genau auf andere Frauen mit Zopf, einige, die ich sehe, haben auch GHE... ob die auch HA haben, keine Ahnung....

Eine gute Freundin meinte neulich zu mir, man sähe schon, dass es lichter geworden sei.

Wie ist denn deine Meinung zu dem Thema?

Und was ich dich noch fragen wollte: du hattest neulich mal geschrieben, wenn du mutig wärst, würdest du dir alle Haare abrasieren und entweder mit Glatze oder einer Wig rumlaufen. Aber du hättest nicht die entsprechende Kopfform dazu.

Für eine Wig braucht man doch keine besondere Kopfform oder habe ich da etwas falsch verstanden?

LG!

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert
Posted by [Ira*](#) on Tue, 21 Aug 2012 19:39:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Binne,

bei der von Dir beschriebenen Frisur könntest Du natürlich auch zuerst - bevor du dir einen Zopf machst - im Bereich des Mittelscheitels etwas Toppik auftragen - und dann den Zopf binden? Vielleicht würde dann der Mittelscheitel nicht nach einer Weile wieder hervorblitzen? Wobei ich das gar nicht so schlimm finde, muss ich sagen. Man sieht ab und an Frauen, bei denen auch im Zopf einzelne "Kopfhautlinien" zu sehen sind. Ich glaube, bei Frauen ohne HA kommt das dadurch zustande, dass sie die Haare vorher in dieser Form frisiert hatten und dann die Haare beim Zurückkämmen wieder in diese Form fallen. Das sieht auf jeden Fall nicht "komisch" im

Sinne von Haarausfall aus.

Und dieses "Zurechtschieben" der verbliebenen, dünnen Haarschicht ist mir ja sowas von bekannt. Nur ist es bei mir nicht der Mittelscheitel, sondern die verfluchten Seiten. *schieb schieb*.

Ich hatte geschrieben, ich würde mir eine Perücke aufsetzen? Da kann ich mich gerade gar nicht erinnern - wenn, dann müsste das eine Weile her sein. Jetzt aktuell liebäugle ich nicht mit einer Komplettrasur: Dafür sind noch zu viele Haare da. Ich bin ja auch eher Fan davon, meine eigenen Haare so lange wie möglich mit Hilfe von Toppik in eine passable Form zu bringen. Aber um auf deine eigentliche Frage zurückzukommen: Für eine Wig braucht man keine spezielle Kopfform. Die sieht man ja nicht - denke ich - durch das viele "Fremdhaar" hindurch.

Definitiv haben nicht alle Frauen mit GHE Haarausfall. Ich hatte schon immer leichte GHE und das hat mich nicht die Bohne gestört und ich habe meine Haare zurückgebunden. Leichte GHE finde ich so überhaupt gar nicht problematisch. Meine sind jetzt nur leider bombastisch groß geworden und ziehen sich auch nach Norwood-Schema auf den oberen Kopf hoch (ja, das stimmt leider wirklich) - und da ist mir eine Frisur mit zurückgebundenen Haaren doch ein wenig zu gewagt.

Mich treibt grad das Thema ziemlich um, wie viel man wirklich von dem Haarausfall bei mir sieht; deswegen hatte ich mal in die Runde gefragt, wie das bei Euch so ist. Damit meinte ich aber weniger, ob Freunde, die einen ewig kennen, sehen, dass es lichter geworden ist (davon würde ich ja fast bei jeder von uns ausgehen, dass man eine VERÄNDERUNG sieht, sofern man jemanden gut kennt und der Person tierisch genau auf die Haare schaut). Ich meine eher, ob es im Alltag bemerkbar ist, von normalen Personen, die normal mit einem sprechen. Da meintest Du ja auch, Du seist dir letztlich nicht so sicher. Ich bin mir auch nicht so sicher. Ich mache mir etwas Sorgen, wie sehr ich am Rad drehen würde, wenn es definitiv so wäre, dass man es im Gespräch mit mir relativ zügig bemerken würde. Ich bin ja jetzt schon manches Mal verunsichert - was passiert erst dann?

Grüße
Ira

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Wallemähne](#) on Tue, 21 Aug 2012 21:40:06 GMT

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

Liebe Ira,

lese schon die ganze Zeit immer mal wieder still mit und wollte mich auch mal kurz melden. Einfach nur so zum Drücken, Aufmuntern und Grüßen. Geht mir heute selber so besch...eiden, dass ich nicht mal die richtigen Worte finde und auch zu depri zum Schreiben bin. Außnahmsweise mal nicht das Thema Haare, aber die belasten mich auch. Sehr, sieht halt einfach nicht gut aus und meine lichten Stellen kommen mir immer lichter vor, trotz deutlich zurückgegangenen HA. Bei der einen sind es die Geheimratseckcn, bei der anderen der

Scheitel und bei der nächsten die Seiten. Oder gleich ganz schick alles zusammen, frau lässt sich ja nur ungern was entgehen

Für viele war heute ein sehr schlechter und deprimierender Tag, zum Teil auch mit Aggressionen oder Unmut verbunden. Habe eine Freundin, die Coaching und Lebensberatung macht und die hat mir heute auch schon bestätigt, dass heute ein ganz komischer Tag war. Dachte schon, ich hätte verstecktes PMS in den Wechseljahren oder so. Ist zwar jetzt alles kein Trost, aber zumindest kann ich Dir sagen, heute war ein richtiger sch... Tag.

Dass bei uns (ich i.M. weniger wegen Fin) allen der HA zur Zeit so wütet und wir allesamt gerade unsere Optik als besonders desolat empfinden, tut mir sehr leid. Für uns alle.

Krieg heute irgendwie nicht die Worte hin. Wollte ja wie gesagt auch nur mal kurz grüßen und einen kleinen Trost senden.

Und für alle Sommerhaarausfall-Kandidatinnen habe ich nun eine schlechte und eine gute Nachricht. Zuerst die schlechte - der Sommer ist jetzt relativ bald vorbei - und nun die gute, dann hört aber auch der Somme-HA auf.

GLG
Walle

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Fidentia-Hair](#) on Tue, 21 Aug 2012 23:07:48 GMT

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

tividi schrieb am Tue, 21 August 2012 20:53

ich komm damit nicht klar. Ich finde man siehts. Und ich irgendwie is die Farbe auch nix.. etwas zu dunkel. Aber eins heller find ich eher zu hell

Was macht man dann? Eher die dunklere oder die hellere

Generell ist dunkler besser als heller aber man kann Farbtöne auch mischen. Entweder indem man zwei Dosen gleichzeitig benutzt oder die Dosen öffnen und richtig mischt. Bei den meisten Dosen der verschiedenen Anbieter lassen sich die Dosieraufsätze mit einem stumpfen Messer abnehmen. Sieht so aus:

Die Beurteilung des Ergebnis ist von Anwender zu Anwender sehr unterschiedlich. Ich persönlich fand die Gefahr, dass jemand etwas leicht ungewöhnlich an meinem Haar findet weit weniger unangenehm als die Blicke auf mein lichtes Haar. Zumal die Normalos doch kaum von Schütthaar wissen.

Ein Tipp bei GHEs: Hier hilft die Kombination aus Schütthaar und Concealer am besten. Es braucht etwas Geschick und Übung aber mit dem Concealer lässt sich ein doch natürlich wirkender Schatten auf der Kopfhaut bilden und die Haare werden außerdem durch einen Farbfilm optisch verdickt. Wenn man etwas Haar darüberlegt kommt das wunderbar. Bei streng

nach hinten gebundenen Haaren ist es aber wohl nichts.

File Attachments

1) [Bildschirmfoto 2012-05-27 um 17.21.10.png](#), downloaded 795 times



Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [Ira*](#) on Wed, 22 Aug 2012 07:57:58 GMT

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

Liebe Walle und liebe alle,

das ist lieb, dass Du dich mit eingeklinkt hast. Ich musste auch bei dem Satz "frau lässt sich ja ungern was entgehen" ziemlich schmunzeln. Insofern hast Du absolut die richtigen Worte gefunden. Danke Dir!

So. Und jetzt gehts gleich bei mir los mit den vielen Terminen (zwei davon habe ich bereits hinter mir). Die Sonne hat sich heute glücklicherweise versteckt - da fällt der HA deutlich weniger auf, wie ich mir einbilde (?). Insofern: Heute könnte ein guter Tag werden.

Wie schauts bei Euch aus?

Es grüßt
Ira

Subject: Aw: heute bin ich deprimiert

Posted by [muckimuck](#) on Wed, 22 Aug 2012 08:08:51 GMT

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

Hallo ihr Lieben!

Walle - drück dich ganz feste - gestern war wirklich ein blöder Tag..... alles wird gut! Erfreu dich an Fin - es ist so toll, dass der HA nachgelassen hat!!!!!! Was würde ich dafür geben..... aber das weisst Du ja Ich knutsch dich!

Ira - schön, dass es Dir heute besser geht! Ja - ich hab mich auch gefreut, dass die Sonne heute nicht so stark scheint. Da war der Blick heute morgen in den Spiegel schon etwas einfacher.....

Toll, dass Du schon einige Termine hinter Dir hast - den Rest schaffst Du mit links! Und heute abend kannst Du stolz auf dich sein!!!!!!!!!!!!!!

Ich bin soooooooooooooo froh, wenn der Sommer rum ist - noch niemals in meinem Leben hab ich soviel geschwitzt auf der Kopfhaut - vor allem am Stirnbereich - da wo es eh am schlimmsten ist. Oder liegt es einfach nur daran, dass ich den Schweiß jetzt mehr fühle, weil ich viel viel weniger Haare dort habe? Weiss es nicht..... es ist einfach nur traurig.

Gestern hab ich Fin nicht mehr genommen... ich überlege jetzt wie es weiter geht - ob mit niedrigerer Dosis oder ob überhaupt - ich weiss es einfach nicht.....

Wünsche Euch heute allen einen schönen Tag - ohne viele Gedanken an die Haare.
GLG!!!!!!!!!!!!!!
