
Subject: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Thu, 13 Sep 2012 10:28:39 GMT

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

Hallo, wollte mich einfach mal kurz vorstellen

Ich bin 22 Jahre und habe seit mehreren Wochen starken Haarausfall. Ich habe ja allgemein schon nicht allzu dickes Haar. Ich war im Juli schonmal bei der Hautärztin, die hat eine Haarprobe entnommen und Blut abgenommen und alle Werte waren gut.

Nun wurde es aber immer schlimmer. Ich verliere bis ui 300 Haare am Tag. ich fasse einfach rein und sie fallen raus. Ich habe schon ziemlich lichtetes Haar bekommen, das macht mich wirklich sehr fertig. Noch dazu fallen alle Haare mit der Wurzel raus!!!! Ich bin dann letzte Woche zu einem anderen Arzt gegangen, dieser meinte, dass es nicht normal sei, das mir auch am Hinterkopf und im Nacken so die Haare ausgehen. Das deutet wohl eher daraufhin dass etwas nicht stimmt. Nun kam heute das Ergebnis und er hat auch den Ferritin Wert testen lassen, das hat die andere Ärztin nicht gemacht. Erlag wohl bei 9. Ich muss allerdings sagen, dass ich seit etlichen Wochen zur Blutspende/Plasma gehe. Ich war auch vor 2,5 Wochen das letzte mal dort. Immer wenn ich da war lag der normale Eisenwert so bei 8 oder knapp drunter. Vollblut habe ich bis dahin erst 2 mal gespendet. sonst nur Plasma.

Nun frage ich mich, ob es wirklich nur daran liegen soll mit dem Haarausfall??!! Das kann doch

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 13 Sep 2012 12:42:00 GMT

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

Hi Sweety89

Zitat: Nun frage ich mich, ob es wirklich nur daran liegen soll mit dem Haarausfall??!! Das kann doch

Doch, es kann!!!!

Lies mal die Posts wo es um Eisen/Ferritin geht und welchen Wert man erreichen sollte. Ich denke, gerade wenn Du Blut spendest, was ja anderen hilft, so hast Du Dir eher geschadet, wenn Du Deine Speicher nicht auffüllst.

Bist Du auch oft kaputt, völlig erschlagen, könntest immer nur schlafen, frierst leicht....

Dann mußt Du jetzt erst einmal an Dich denken.

Ig

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Thu, 13 Sep 2012 14:07:44 GMT

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

Ja das stimmt. Ich werde wohl auch nicht mehr zum Spenden gehen. Momentan nehme ich ja seit ner Woche Eisen. Es dauert bestimmt ewig bis der Speicher voll ist. Bis dahin verliere ich noch mehr Haare Ich müsste eigentlich auch bald mit der Pille anfangem, hatte vorher die Spirale. Hab extra ne schwache Pille bekommen, die gut für die Haut sein soll.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 13 Sep 2012 15:53:44 GMT

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

Hi, schau, dass du Eisen immer mit Vitamin C einnimmst. Dann wird es besser aufgenommen. Und immer diese Gerüchte mit "eine extra leichte Pille". Wenns nicht grade die Diane ist, kommts bei den meisten Pillen aufs Gleiche raus. Nebenwirkungen kann man bei allen haben und es sind meist die gleichen. Die Inhaltsstoffe sind ziemlich ähnlich. Wieso willst du die Pille nehmen?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 13 Sep 2012 15:59:40 GMT

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

Hi sweety89

Bitte bedenke dass die "Pille" Dir den gesamten VitaminB Komplex raubt.

Ig

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Thu, 13 Sep 2012 18:59:35 GMT

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

Naja, ich hatte Probleme mit der Spirale und sie ziehen lassen und da wir nicht immer mit Kondom herzeln wollen, wollte ich jetzt die Pille nehmen. Wüsste nichts, dass sonst noch keine Hormone enthält. Zur Not lass ich aber liebr die Pille weg und wir nehmen Kondome.

Ich nehme die Eisenkapseln immer mit O-Saft.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 13 Sep 2012 21:07:43 GMT

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

Nfp ist so sicher wie die Pille, hat keine Nebenwirkungen und ist ohne Hormone. Es ist recht einfach zu erlernen. Die Pille kann ganz wunderbare Nebenwirkungen haben und ich kenne in meinem Bekanntenkreis niemanden, der keine Nebenwirkungen hat. Sie werden aber halt in Kauf genommen.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Fri, 14 Sep 2012 10:27:36 GMT

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

Was ist denn nfp???

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Binne](#) on Fri, 14 Sep 2012 10:35:47 GMT

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

Verhütung durch Temperaturmessung

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mone](#) on Fri, 14 Sep 2012 10:47:36 GMT

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

hallo sweety89,

google mal im Internet nach Eisenzentren/Eisenforum. Ich hatte vor drei Jahren einen Eisenspeicherwert von 12 - mit den Infusionen war der Wert ruck zuck wieder oben und hat m.E. auch meinen Haarstatus - zumindest zu diesem Zeitpunkt etwas verbessert. Ist leider etwas teuer - da ich aber die Eisentabletten nicht vertrage, und man dieses auch sehr lange nehmen muss um eine Besserung zu erreichen war es für mich die beste Alternative.

Gestern habe ich mich (nachdem es bei mir auch gerade wieder schlimmer wurde) und mein Eisenwert wieder ziemlich gesunken ist wieder zur Kontrolle meiner Werte angemeldet.

Ein Auffüllen des Speichers - unabhängig vom Haarstatus schadet sicher nicht.

Viel Erfolg - auf welchem Weg auch immer

mone

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Fri, 14 Sep 2012 10:50:23 GMT

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

Ok, danke für die Antwort. Da werde ich mich auf jedenfall mal.informieren.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Fri, 14 Sep 2012 18:38:29 GMT

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

Also die Eisenzentren sind sehr weit weg. Habe aber gehört, dass das auch manche Hausärzte machen können . Stimmt das?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [muckimuck](#) on Fri, 14 Sep 2012 20:22:00 GMT

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

Hallo,

mein Hausarzt hat es gemacht. Mein Wert stieg in 4 Wochen nach 10 Infusionen von 23 auf 273 an.

Dreueck Dir die Daumen, dass es bei dir funktioniert.

LG

Mucki

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mone](#) on Fri, 14 Sep 2012 20:41:10 GMT

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

hallo sweety,

in Heidelberg gibt es auch ein Zentrum - die machen zwischenzeitlich auch telefonische Beratungen lt. Internet. Vielleicht lässt Du Dich dort einmal beraten und die Dosis festlegen und suchst Dir dann einen Arzt, der Dir die Infusionen gibt bei Dir in der Nähe.

mone

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Sat, 15 Sep 2012 12:47:09 GMT

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

Vielen Dank für eure Antworten. Ich werd nächste Woche einfach mal zur Hausärztin und das mit ihr besprechen. Ich erkenne im Moment auch absolut keine Besserung durch die Kapseln. Ich nehm sie zwar auch erst seit einer Woche, aber das dauert bestimmt Monate. Bis dahin

brauch ich ne Perücke, falls es wirklich am Ferritin liegt.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [crazyvsampire24](#) on Sun, 16 Sep 2012 23:52:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja lass dir das Eisen per Infusion zuführen. Wenn du nachweislich ein Problem hast, wird das auch bezahlt von der Kasse. Bist du Vegetarier vllt. oder ist der Wert nur vom Spenden so niedrig?!

@Biggi: na danke! Jetzt weiß ich auch, warum meine B-Vitamine im Keller sind. Nehme seit 6 Jahren die Pille: (Zu dumm, dass man in den Praxen von der sogenannten Aufklärungspflicht wenig bis gar nichts hält:)

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [sweety89](#) on Mon, 17 Sep 2012 05:46:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich war ja bis jetzt nur 2 mal spenden (Vollblut) im Abstand von 3 Monaten. Ich weiß noch als ich das erste mal da war und sie den Eisenwert mit Blut aus dem Finger gemessen haben, das er da schon recht niedrig war knapp unter 8 und das war danach jedes mal so. Deshalb denke ich, dass auch der Ferritinwert immer schon recht niedrig war. Ich bin momentan eh erkältet und werde heute gleich den Hausarzt drauf ansprechen.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [crazyvsampire24](#) on Mon, 17 Sep 2012 09:36:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das ist ja merkwürdig. hast du ne starke mens, dass der so niedrig ist? Ich meine zuerst heht ja mal das Serumseisen runter, dann der Eisenspeicher und zuletzt das HB. da muss ja ein erheblicher Mangel bestehen. Erzähl doch mal, was dein HAgesagt hat, wenn du da warst!

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [sweety89](#) on Mon, 17 Sep 2012 10:57:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So bin zurück vom Arzt und ich soll einfach weiter Eisen nehmen. Toll, ich nehme seit 1,5 Wochen die Kapseln, die helfen bis jetzt natürlich null. Ich hab keine Ahnung, wie lange ich noch warten soll. Ich drehe noch durch.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mike](#) on Mon, 17 Sep 2012 12:09:40 GMT

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

sweety89 schrieb am Mon, 17 September 2012 12:57 So bin zurück vom Arzt und ich soll einfach weiter Eisen nehmen. Toll, ich nehme seit 1,5 Wochen die Kapseln, die helfen bis jetzt natürlich null. Ich hab keine Ahnung, wie lange ich noch warten soll. Ich drehe noch durch.

das dauert bestimmt 3 monate oder mehr.... dranbleiben
shedding gleichzeitig mit wiederwuchs...

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mone](#) on Mon, 17 Sep 2012 12:21:07 GMT

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

hallo sweety89,

ich war heute bei meinem Eisendoc und habe mir Blut abnehmen lassen.

Dabei habe ich auch einmal gefragt, was denn eigentlich lt. Meinung der Eisenzentren so ein optimaler Wert sei. Dieser ist wohl immer unterschiedlich - für Frauen sei das "Wohlfühleisen" so zwischen 80 und 150.....

Bei mir somit auch wieder veeeeelllll zu niedrig.

Wende Dich doch vielleicht einmal an ein Eisenzentrum und hole Dir dort noch eine Meinung ein.

Viele Grüße Mone

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Mon, 17 Sep 2012 13:08:40 GMT

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

Hi Sweety

Zitat: Toll, ich nehme seit 1,5 Wochen die Kapseln, die helfen bis jetzt natürlich null. Ich hab keine Ahnung, wie lange ich noch warten soll. Ich drehe noch durch.

1,5 Wochen was und wieviel?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [muckimuck](#) on Mon, 17 Sep 2012 15:21:13 GMT

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

Hallo Sweety,

wenn Du den Eisenspeicher mit Tabletten auffüllst, geht es leider nicht ganz so schnell wie mit Infusionen.

Hast Du evtl. die Möglichkeit, noch einen anderen Allgemeinmediziner bei Euch im Ort zu fragen wegen der Infusionen? Ich hab hier auch einige abgeklappert..... - macht leider nicht jeder. Hab einfach überall angerufen und die Sprechstundenhilfen gefragt, ob die sowas in der Praxis machen. So kannst Du es ganz leicht abklären, ohne überall hinfahren zu müssen.

GLG an Dich!
Mukcki

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Isabis](#) on Mon, 17 Sep 2012 17:39:27 GMT

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

Wenn du den Eisenspeicher mit Tabletten auffüllen willst,dauert das sehnhher lange Ich nehme Ferosanol am Abend vor dem Schlafen und "mühsam ernährt sich das Eichhörnchen"

Das Problem ist, daß die Spanne der Normwerte sehr groß ist(damit die Kassen nicht zahlen müssen) Ich lag einen Punkt über der untersten Norm ,also klarer Eisenmangel :twisted:Für den Arzt ist das dann immer im Normbereich Ich hätte die Spritzen,den Arzt und seine Arbeit aus eigener Tasche bezahlen müssen. Da ich nicht zu den Schwerverdienern gehöre,kann ich mir das schlicht nicht leisten.Ich muß ja schon die Tabletten selber bezahlen,egal welche,Calzium Zink,Vitamin D3 usw.

Was ist denn schon Haarausfall,das ist halt wenn man älter ist,damit muß man sich abfinden :wut:Mich nervt das Desinteresse der Ärzte! Ich hab es soooooo satt ,alles selber zu ergoogeln Hätt ich ja gleich Medizin studieren können Ich druck das alles aus und legt es dann immer beim Arzt auf den Tisch!Und was kommt??" Kein Problem kann ich aufschreiben oder Test machen-----aber müssen sie selber bezahlen! ":wut:

Mich k.....das alles nur noch an!

Ich kenne mein Problem und die Ursache (seit 2 Jahren keine Schilddrüse mehr) und immer ist alles schick, alles im Normbereich Nur das mir die Haare vom Kopf rauschen,ständige Gewichtszunahme und viele andere Wehwehchen :wut:Das alles hatte ich vorher nicht! Leider geht es vielen Menschen so wie mir und das weltweit.

Ich erlaube mir hier mal auf eine Pediton hinzuweisen,denn ich denke es geht noch vielen hier so! <http://www.thyroidchange.org/petition-translations/deutsch-german/>
Für heute lb.Gr.von einer derzeit echt gefrusteten Isabis

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Mon, 17 Sep 2012 18:47:28 GMT

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

Ich nehme Ferro sanol (100) nehme sie einmal am Tag gleich frühs mit o-saft. Dann esse ich 2

Stunden später was. Gibt es erstmal noch etwas, dass ich tun kann?
Ich verstehe das mit dem Shadding nicht. Das bekommt man doch nicht, wenn man Eisenkapseln nimmt oder?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Sat, 29 Sep 2012 10:41:41 GMT

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

Hallo alle Zusammen ,

ich habe einen Eisenmangel Wert von 11µg/dl auch sehr niedrig . Habe aber bereits vor 4-5 Jahren an einer Anämie gelitten.

Mir dauert , dass momentan auch zu lange mit den Tabletten, wie viel kosten denn solche Infusionen?

Und hat sich bei jemandem von euch das Haar gelichtet ? Bei mir schon

Liebe grüße Mona

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Krizzi](#) on Tue, 02 Oct 2012 10:39:46 GMT

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

Ja würde mich auch interessieren

Mein Ferritin liegt bei 13.

Bin privat versichert, zahlen das die Kassen? Nehme jetzt seit gestern Tardyferon, ist viel verträglicher als Ferro sanol.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Tue, 02 Oct 2012 11:08:02 GMT

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

hallo Sweet89

ich bin mit 3x200mg am Tag eingestiegen und nach 6 Wochen wurde der HA weniger, wenn Du dringend Erfolge brauchst kommst Du mit 100mg am Tag nicht weit.

Nur 1/3 der eingenommenen Menge verbleibt im Körper, der Rest wird ausgeschieden.

Shedding nach Eisensubstitution ist mir nicht bekannt.

Klotzen, nicht kleckern.

Ig

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Tue, 02 Oct 2012 17:38:19 GMT

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

Halli hallo,

wollte mal fragen was eure Meinung dazu ist:

Ich habe ,wie oben bereits genannt, starken Eisenmangel.

(Diesen hatte ich schon einmal, Haare sind dann nach Eisentabletten Behandlung super nachgewachsen.)

Nun möchte ich aber regaine verwenden , da ich denke das da noch eine genetische Komponente mitspielt (Mutter , Tanten haben androgenetische alopezie, meine cousine ebenfalls) .

Meint ihr ich kann regaine erstmal ne längere Zeit benutzen und irgendwann versuchen nur noch auf meinen Eisenwert zu bauen) ?

Oder wäre der Rückschlag nach dem Absetzen von Regaine zu stark?

Liebe Grüße

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Wed, 03 Oct 2012 08:25:49 GMT

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

Die Apothekerin meinte man soll nur eine Kapsel am Tag nehmen, aber ich kann es ja mal versuchen. Soll ich beide zusammen nehmen oder Zeitversetzt?

@ Mona wie lange hat es,nach dem Eisenmangel gedauert, bis der Haarausfall aufgehirt hat und wie waren denn deine Werte?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Wed, 03 Oct 2012 10:03:16 GMT

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

hey danke für die Antwort,

das ist schon etwas länger her ,aber dadurch das der Eisenwert damals so im Keller war , denke ich hat das ein gutes Jahr gedauert . Aber der Haarausfall an sich war schon nach mehr als 2-3 Monaten weniger. Mit einem Jahr mein ich die "Wiederherstellung" meiner Haare

Dieses Mal ist der wahrscheinlich etwas höher als damals , aber immer noch sehr gering Ferritin Wert : 11. Soll jetzt ein halbes Jahr oder mehr die Tabletten nehmen.

Nehme die jetzt seit Juli also 3 Monate, noch keine extreme Verbesserung aber die Haare fallen nicht mehr so stark aus , wachstumsmäßig kann ich kleine Härchen sehen , die aber relativ fein sind ..

Ach ja und zu dir sweety89 ich würde die Tabletten lieber zeitversetzt nehmen , eine 2h nach dem Frühstück und die andere vorm schlafengehen bzw. 2h nach dem Abendessen.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mone](#) on Wed, 03 Oct 2012 20:35:08 GMT

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

Hallo,

ich hatte am Montag meine erste Infusion. Die Kosten setzen sich zusammen aus den Blutabnahmekosten, den Medikamentenkosten und den Arztkosten für die Infusionen. Die Medikamentenkosten kann ich Euch schon einmal nennen - für drei Infusionen mit Venofer habe ich jetzt 129 EUR bezahlt. Insgesamt bekomme ich drei Infusionen. Am Montag mit 1 x Venofer und dann noch zwei Termine mit jeweils 2 Ampullen Venofer.

Wie hoch die Kosten für die Infusionen sind, kann ich Euch leider noch nicht sagen - aber eigentlich wird ja nur die Spritze gelegt und dann liegt man 30 bis 45 Minuten und kann dann schon wieder gehen - mehr als 30 EUR pro Sitzung sollte das m.E. nicht kosten - wenn es Euch interessiert, kann ich Euch aber die Kosten nennen, sobald ich dann eine Rechnung bekomme.

Da ich Eisentabletten nicht vertrage und meinen Eisenspeicher schnell wieder auffüllen will, ist das für mich die schnellste Methode auch wenn man es leider selbst zahlen muss.

Viele Grüße Mone

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 04 Oct 2012 08:47:07 GMT

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

Ich denke auch schon über Infusionen nach. Ferrlecit wäre ja günstiger, aber wohl schlechter verträglich. Und mehrere hundert Euro auszugeben, ist im Moment nicht drin. Ich wart mal ab, was mein Blutcheck ergibt. VII haben die Tabletten ja doch was gebracht.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Fri, 05 Oct 2012 21:36:29 GMT

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

Hallo ,

wollte mal fragen ob ihr es für sinnvoll haltet regaine so lange zu benutzen bis meine eisenwerte sich verbessert haben und es danach auszuschleichen?
und ob euch auch kleine neue nachwachsende Haare ausfallen? Das verunsichert mich stark , da ich noch am zweifeln bin ob ich androgenetische alopezie hab...

Danke euch im Voraus!!!!

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Sat, 06 Oct 2012 11:04:16 GMT

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

Hallo Mona, ich glaube diese Frage kann dir nur der Arzt beantworten, denn sollte es kein anlagebedingter Haarausfall sein, dann hilft Regaine eh nicht.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 06 Oct 2012 12:39:36 GMT

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

Hallo Sweety

ich habe ja durch Eisen und Folsäure meinen HA ganz gut im Griff gehabt.
mit 600 mg, 10mg Folsäure, 40mg Zink und Vitamin B Komplex. lagen die Ausfallzahlen um die 150 Haare pro Woche
incl Wäsche.

Dann bekam ich die Tabletten nicht mehr durch den Hals, ich mußte schon vor der Einnahme würgen, außerdem war mir so übel, dass ich morgens in der Firma nicht mal Kaffeekochen konnte. Schon der Gedanke an Essen oder Lebensmittel und mir wurde schlecht.

Ich habe alles abgesetzt, das war Mitte Juli.

2 1/2 Monate später stiegen die ausfallenden Haare wieder auf 180 und heute waren es bei der Wäsche allein 350.

Ich fange also mit der o.a. Dosis wieder ein.

So schnell kanns gehen.

Ig

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Krizzi](#) on Sat, 06 Oct 2012 12:43:17 GMT

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

hey biggi,

wieso konntest du die tabl. nicht mehr schlucken? Hast du sie nicht vertragen?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 06 Oct 2012 13:14:16 GMT

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

Hi Krizzi

Doch ich habe sie gut vertragen, aber monatelang jeden Tag 600 mg Eisen war zuviel. Ich denke ich hatte mehr Eisen in mir als jeder Stahlträger.

Es war too much, jetzt ist alles wieder gut was die Übelkeit angeht.

Ig

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [lockentraum](#) on Sat, 06 Oct 2012 13:37:50 GMT

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

Hallo,

mein Gyn hat die Woche zu mir gesagt, dass man Eisen sowieso nicht für immer nehmen sollte, da es dann auch Nebenwirkungen hätte, ich glaube, er sagte was von Veränderungen im Darm. Wichtiger wäre es herauszufinden, warum der Eisenwert nicht gehalten werden kann und wieder abfällt, bei mir ist das wahrscheinlich durch die sehr heftige Mens. Da müsste dann angesetzt werden.

LG Lockentraum

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [bionda](#) on Sat, 06 Oct 2012 13:47:37 GMT

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

Hi Mona,

da du schon einmal erlebt hast, dass die Eiseneinnahme dir gut geholfen hat, würde ich darauf vertrauen, dass es diesmal wieder so sein wird. Ich halte es nicht für sinnvoll, Regaine als Überbrückung für die Wartezeit zu nehmen, bis deine Eiseneinnahme deutlich anschlägt. Die Gefahr, dass du beim Absetzen wieder vermehrt Haare verlieren würdest, ist zu groß.

Ist denn die Diagnose der androgenetischen Alopezie bei deiner Mutter, deinen Tanten und deiner Cousine gesichert? Oder haben sie „einfach nur“ Haarausfall und dünnere Haare?

Das Ausfallen deiner kurzen Haare bedeutet jedenfalls nicht, dass du AGA hast. Das ist etwas, was bei jeder Art von Haarausfall auftreten kann.

Die Haare, die nachwachsen, sind anfangs (erste mm bis 1 cm) immer sehr fein. Erst dann werden sie dicker.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Sat, 06 Oct 2012 15:54:28 GMT

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

Hi Bionda,

danke dir für deine Antwort! Nicht alle meine Verwandten haben sich das ärztlich bestätigen lassen, aber die Lichtung des Haares auf dem Oberkopf ist schon auffällig .Meine Cousine ist die einzige die "offiziell" AGA hat, obwohl sie das dickste und vollste Haar in der Familie hat. Mein Haar war zwar sehr gut ohne Eisenmangel,jedoch waren meine Haare seitlich vom Oberkopf immer ein wenig licht . (Begann alles mit 13-14)

Vielleicht sollte ich mir das wirklich ärztlich bestätigen lassen, aber nirgendwo ein Hautarzt der kompetent genug ist, und die Spezialisten sind mir zu teuer,als dass Sie mir sehr viel mehr helfen könnten.:S

Meinst du ,dass nach dem Absetzen von Regaine,auch die vom Eisen neu gewonnen Haare ausfallen würden?

Danke dir

Liebe Grüße

Mona

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [bionda](#) on Sat, 06 Oct 2012 19:20:15 GMT

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

Hi Mona,

die deutliche Lichtung auf dem Oberkopf bei deinen Verwandten kann schon bedeuten, dass sie AGA haben. Das heißt noch nicht notwendigerweise, dass du sie auch haben musst, aber die Möglichkeit besteht natürlich.

„Seitlich vom Oberkopf" hast du dünneres Haar? Meinst du an den Seiten? Das wäre nicht typisch für AGA.

Das Problem bei den Hautärzten ist, dass sie sehr schnell eine AGA diagnostizieren. Viele der Forumsteilnehmer, die hier schreiben, haben die Diagnose AGA erhalten, aber einige davon sind sich sicher, keine AGA zu haben (so wie ich z.B.). Ich kann mir gut vorstellen, dass, wenn du zu einem Hautarzt oder Haarspezialisten gehen würdest, er dir eine AGA diagnostizieren und auch gleich die Empfehlung mit auf den Weg geben würde, Regaine zu nehmen. Das scheint die übliche Vorgehensweise zu sein.

Ob dir nach dem Absetzen von Regaine die durch die Eisenaufnahme neu gewonnenen Haare ausfallen würden, weiß ich leider nicht. Ich würde vermuten, dass sie es nicht täten, bin mir aber nicht sicher.

LG

Bionda

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Sun, 07 Oct 2012 12:29:49 GMT

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

Hey Bionda,

ja es ist bei mir so ,dass wenn ich einen Mittelscheitel ziehe und dann z.B ein Foto mit Blitz mache, seitlich vom Scheitel die Haare licht aussehen und der Scheitel selbst etwas geweitet wirkt. Deshalb habe ich mir diese "Diagnose" selbst gestellt, komischerweise ist es aber auch so ,dass ich auf einer Seite des Kopfes mehr Haare bzw. dichtere Haare habe als auf der anderen Seite.

Darf ich fragen wie es bei dir aussieht? Und warum du trotzdem Regaine nimmst, obwohl es bei dir nicht nach AGA aussieht?

Ganz liebe Grüße

Mona

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Sun, 07 Oct 2012 13:19:42 GMT

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

Hallo, ich geb hier auch einfach mal meinen Senf dazu

Ich verliere ja auch sehr viele Haare am tag und hoffe einfach, das es nur am Feritinwert liegt. Mein Arzt meinte bei mir es ist ein AGA weil mir auch am Hinterkopf und im Nacken sehr stark die Haare ausgehen, wobei meine Haare an der Seite schon sehr Licht sind(starke Geheimratsecken) und der Scheitel ist auch recht breit.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [bionda](#) on Sun, 07 Oct 2012 18:51:26 GMT

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

Hi Mona,

ok, so wie du es beschreibst, ist es anders, als ich es zunächst verstanden hatte. Allerdings sieht ein Scheitel mit Blitzlicht gerne mal breiter aus, als er eigentlich ist, da Reflexionen dazukommen.

Bist du dunkelhaarig? Da ist der Kontrast zwischen Kopfhaut und Haaren immer besonders deutlich und die Haare erscheinen mitunter lichter als sie eigentlich sind.

Wirkt denn ein Seitenscheitel bei dir dichter oder genauso licht?

Bei mir ist die rechte Seite auch viel dünner als die linke. Das haben andere hier im Forum auch schon bei sich beobachtet und merkwürdigerweise ist es meistens (immer?) die rechte. Die Userin Wallemähne z.B. hat das auch beschrieben und sie glaubt, das liege daran, dass das die Seite ist, auf der sie beim Schlafen bevorzugt liegt.

Bei mir ist es so, dass ich vor drei Jahren auf einmal beim Haare waschen bemerkt habe, wie viele mir ausgehen. Und dann, als sie trocken waren, habe ich erstmals realisiert, wie dünn sie geworden waren. Mir wurde dann eine AGA diagnostiziert und ich habe schon kurz darauf mit Regaine angefangen. Erst später im Laufe der Zeit habe ich gemerkt, dass ich wohl gar keine AGA habe und begriffen, dass Regaine auch bei anderen Haarausfallursachen hilft.

Dass Minoxidil gegen Haarausfall helfen und für Neuwuchs sorgen kann, war eine Zufallsentdeckung, als es als Medikament gegen Bluthochdruck getestet wurde. Es wurde dann auch an Personen mit AGA getestet. Nachdem sich Erfolge zeigten, kam es als Arzneimittel (Regaine) gegen genau diese Art von Haarausfall auf den Markt. An Personen mit anderen Arten von Haarausfall wurde es nicht getestet, deshalb hat es für sie auch keine Zulassung. Das heißt aber nicht, dass es bei anderen Haarausfallursachen nicht wirkt.

Regaine wirkt bei mir sehr gut. Ich habe zwar trotzdem phasenweise Haarausfall (Sommerhaarausfall), aber da der Neuwuchs entsprechend ist, bleiben sie trotzdem dicht.

GLG
Bionda

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [bionda](#) on Sun, 07 Oct 2012 18:58:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Sweety,

das ist ja eigentlich dein Eisen-Thread, sorry, dass er durch mich jetzt so „regainelastig“ geworden ist.

Ich halte es schon für möglich, dass es bei dir nur am Ferritinmangel liegt. Dein Muster wird zwar immer als deutlicher Hinweis auf AGA angesehen, aber ich selber bin mir da nicht so sicher. Ich kann mir vorstellen, dass auch andere Haarausfallursachen zu so einem Muster führen könnten. Wissen tue ich es aber leider nicht.

LG
Bionda

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [mona18](#) on Sun, 07 Oct 2012 20:07:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Bionda,

ich danke dir nochmal für deine hilfreiche Antwort!
Ja bei mir ist der rechte Seitenscheitel lichter als der linke, aber ich schlafe auf der linken Seite

(vllt.durchblutet es sich dann besser?)

Und ja ich habe dunkle Haare, deshalb ist der Kontrast natürlich größer..

An sweety : Der diffuse Haarausfall aufgrund eines Eisenmangels kann sich natürlich sehr stark auf die Haarfülle auswirken, aber ich denke ,dass sobald sich das Haar lichtet man Regaine benutzen kann. Da es ja theoretisch bei einem diffusen Haarausfall nicht zu einer Lichtung des Scheitels führen sollte.

Außerdem kann man so auch das Wachstum unterstützen und sollte der Haarausfall doch nicht erblich bedingt sein,müsste es eigentlich keine Probleme nach dem Absetzen von Regaine geben. Und so ein umständliches Produkt ist Regaine auch nicht. Die "Abhängigkeit" mag viele abschrecken, aber man muss es einfach aus einer anderen Sicht betrachten. Würden wir nicht jeden Tag 2x unsere Zähne putzen, wären diese auch nicht im besten Zustand und das Geld das man ausgibt ist ,das klingt jetzt vielleicht etwas hochgestochen, eine Investition in unser seelisches Wohlbefinden..(Mag nicht auf jeden zutreffen,aber würden wir uns wohl fühlen mit lichtem Haar o./u.Haarausfall wären wir nicht in diesem Forum angemeldet) Meine Cousine hat es nun 1 Jahr lang mit erheblichem (!!) Erfolg benutzt und nimmt es jetzt nur noch einmal am Tag.Als ich ihre Haare gesehen habe hat mich das einfach ermutigt Regaine zu verwenden.

Sorry falls das hier alles zu viel Geschwafel ist und falls es am Thema vorbei ist ,aber musste sein:)

Danke nochmal an alle ! Liebe Grüße

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Mon, 08 Oct 2012 10:20:46 GMT

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

Ich finde ja den breiteren Scheitel sieht man auch eher im Blitzlicht und ich verliere die Haare auch wirklich diffus über den gesamten Kopf verteilt. Das der Scheitel auch breiter wird, ist ja eigentlich zu erwarten, weil ich ja wirklich sehr viele Haare verlieren. Wie gesagt, der Arzt meinte ja, dass es unwarscheinlich ist mit der AGA weil mir ja am.Hinterkopf die Haare auch gehäuft ausfallen und das weist seiner Meinung nach darauf hin, das es ein Mangel ist oder Ähnliches. Ich meine so richtig stark habe ich den HA erst gemerkt, als ich das erste mal beim Blutspenden war. Kann aber auch täuschen. In meiner Familie hatte auch nur mein Opa Haarausfall. Wie ist das denn bei euch in der Familie?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [bionda](#) on Mon, 08 Oct 2012 11:04:11 GMT

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

Hi Sweety,

du hattest geschrieben:

sweety89 schrieb am Sun, 07 October 2012 15:19Mein Arzt meinte bei mir es ist ein AGA
Darauf hatte ich mich bezogen.
Wenn er doch stattdessen meinte, es sei keine AGA: Umso besser! Dann wird deine
Eiseneinnahme hoffentlich gut anschlagen.

LG

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mike](#) on Mon, 08 Oct 2012 11:49:06 GMT

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

das schlimme ist das, das "AGA" durch Pille ausgelöst, fast immer mit Eisen/Ferritin und Vit B
Mangel einhergeht...getriggert wird...
und von allen Seiten angegriffen werden sollte...sonst bleibt er Erfolg aus...

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Krizzi](#) on Mon, 08 Oct 2012 12:01:32 GMT

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

Hallo Mike,

meinst du damit, man soll die Pille absetzen und Eisen und Vit B einfach nehmen?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mieze](#) on Mon, 08 Oct 2012 12:19:08 GMT

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

oh gott wieso wird denn AGA durch die pille ausgelöst???
hä? ich dachte es handelt sich hierbei um anlagebedingten HA?
wenn die pille der auslöser ist sind das doch hormonbedingte auslöser..?!

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mieze](#) on Mon, 08 Oct 2012 12:28:03 GMT

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

d.h. um das herauszufinden ist zwingend der gang zum endokrinologen erforderlich oder? der gyn
alleine kann nicht feststellen wie's mit den hormonen aussieht? das muss man selbst zahlen
oder? man.. möchte nicht auch noch die pille absetzen, dann wirts bestimmt noch schlimmer
mit meinem HA..

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Mon, 08 Oct 2012 13:17:45 GMT

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

Sorry bin ich schusselig. Es sollte heißen kein Aga

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mike.](#) on Mon, 08 Oct 2012 13:52:02 GMT

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

Krizzi schrieb am Mon, 08 October 2012 14:01Hallo Mike,

meinst du damit, man soll die Pille absetzen und Eisen und Vit B einfach nehmen?

weiss keiner vorher..... vllt keine AGA sondern durch Pille einfach Nährstoffraub wie Biggi anfangs sagte

Biggi01 schrieb am Thu, 13 September 2012 17:59Hi sweety89

Bitte bedenke dass die "Pille" Dir den gesamten VitaminB Komplex raubt.

lg

Ich würde Speicher auffüllen und die Pille sicherheitshalber noch weiternehmen (um zu beobachten ob es der Nährstoffhaushalt war)
die Entscheidung liegt aber bei Dir

Blutuntersuchungen (Vit B, Eisen, Ferritin, Transferrin, Vit D..vllt auch Folsäure) schaden nie einfach zur Sicherheit

und Geduld brauchst Du..bis die Haarwurzeln darauf reagieren vergehen mehrere Monate

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mike.](#) on Mon, 08 Oct 2012 13:58:10 GMT

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

mieze schrieb am Mon, 08 October 2012 14:19oh gott wieso wird denn AGA durch die pille ausgelöst???

hä? ich dachte es handelt sich hierbei um anlagebedingten HA?

wenn die pille der auslöser ist sind das doch hormonbedingte auslöser..?!

ich wollte keine panik auslösen

pille kann

- a) nährstoffe rauben ... diff. HA
- b) hormone durcheinanderwirbeln ...diff HA
- c) rezeptoren (AR oder ER) mutieren lassen und/oder AGA auskösen oer triggern... diff HA oder Muster

es können auch die Faktoren zusammenfallen und sich gegenseitig triggern...

AGA kann auch so oder so bei manchen kommen..ob mit Pille oder ohne..ganz egal....das weiss keiner vorher.. die Verwandten kann man "studieren" wie es bei denen aussieht.. (auch die männlichen)

LG
Mike

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [Biggi01](#) on Mon, 08 Oct 2012 14:08:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Krizzi,

ich würde auch Beides machen.

Wenn es Nems sind, hast Du dann ja auch Deinen Erfolg.

Weil es eben so lange dauert, bis sich die Haare regeneriert haben, verlierst Du zuviel Zeit um die Therapien nacheinander auszuprobieren.

Und Zeit sind Haare, hat Mike mal gesagt.

lg

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???
Posted by [mieze](#) on Mon, 08 Oct 2012 14:29:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo mike, danke für deine schnelle antwort
ist ja erschreckend was die pille so alles anrichtet.. nehme
ausgerechnet die belara bzw. madinette (billigausführung)..
oh man.. ich bin so ratlos..
dumme pille und dumme ärzte..
tolles forum.. ehrlich..
ich bin so froh, hier nützliche und hilfreiche, ehrliche antworten zu bekommen..

pille absetzen kommt jetzt noch nicht in frage, ich kann/will es mir in meiner aktuellen lage nicht erlauben noch mehr haare zu verlieren.

-> bei aga wachsen aber dann keine neuen haare nach richtig?
also müsste ich jetzt noch ein paar monate warten und wenn sich dann unter meiner eiseneinnahme, vitamin b-komplex und bald dekristol für vitamin d nichts tut dann liegts wohl an der pille..? bin ich auf dem richtigen weg?

danke ihr lieben!!

uuund sooooo liebe sweety, dass ich deinen thread jetzt so zugespamt hab

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Wed, 10 Oct 2012 18:59:56 GMT

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

Hallo Bionda,

darf ich dich fragen wie lange du schon regaine nimmst?

Habe jetzt angefangen, aber bemerke grad schon andere neue nachwachsende Härchen
..Eisentabletten schlagen endlich mal an..

Ich bin immer noch am zweifeln ob ich regaine durchziehen soll, ich glaube an die Wirkung etc.
aber die Beschaffenheit meiner haare danach entmutigt mich ein wenig, obwohl mir doch theoretisch die "Eisen" Haare nicht ausfallen dürften?

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [bionda](#) on Thu, 11 Oct 2012 10:16:25 GMT

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

Hi Mona,

schau mal hier, da habe ich genaueres dazu geschrieben (ich habe zweimal mit Regaine angefangen):

http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/33038/#msg_3_3038

Ich glaube auch an die Wirkung. Aber da du jetzt schon kleine, nachwachsende Härchen siehst, würde ich an deiner Stelle eher nicht zu Regaine greifen und dich an dieses Mittel binden.

Ich denke zwar auch, dass dir theoretisch die „Eisen“-Haare beim Absetzen nicht ausfallen sollten. Aber auch bei deinen anderen Haaren würde Regaine vielleicht die Wachstumsdauer verlängern, und diese Haare, die ohne Regaine schon irgendwann vorher ausgefallen und wieder nachgewachsen wären (entsprechend ihres natürlichen Wachstumszyklus und über einen längeren Zeitraum, so dass es gar nicht besonders aufgefallen wäre), würden dann fast zeitgleich ausfallen, wenn du absetzen würdest. Das muss nicht passieren, denn es gibt auch Frauen, die Regaine abgesetzt haben, ohne dass was geschehen ist, aber es kann.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Thu, 11 Oct 2012 10:17:53 GMT

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

@ mona 18 warum nimmst du denn Regaine, wenn Haare nachwachsen. Liegt dein Haarausfall am Eisen? Wie lange nimmst du denn schon Eisen? Ich nehme die Kapseln seit 6 Wochen, aber leider tut sich nichts bisher..

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 11 Oct 2012 10:43:55 GMT

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

Hi Sweety

Hast Du mittlerweile die Dosis erhöht?

Ig

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Thu, 11 Oct 2012 14:14:26 GMT

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

Huhu, ja nehme jetzt 2 Ferro sanol und abends dann noch eine Zink Tablette.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 11 Oct 2012 14:30:09 GMT

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

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Thu, 11 Oct 2012 16:40:42 GMT

Hey sweety,

nehme die schon seit Anfang Juli, Eisentabletten brauchen länger bis die wirken..Mindestens 3-4 Monate vor allen Dingen wenn der Wert niedrig ist(bei mir 11)

Naja ich nehme Regaine,da ich der Meinung bin,dass ich AGA habe ..wahrscheinlich nur im Anfangsstadium weil es nicht extrem auffällt aber ich habe z.B im Nacken relativ dichtes Haar und an anderen Stellen auch ,jedoch ist das Haar auf dem Oberkopf nicht so dicht und das war auch so als ich noch keinen Eisenmangel hatte, bloß da fiel es eben nicht auf, da die Haare dicker waren und länger etc..

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Thu, 11 Oct 2012 16:57:40 GMT

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

Genau das ist ja bei mir das Problem, bei mir fallen überall Haare aus. Ich hab zwar auch an den Seiten schon sehr dünne Haare bekommen und mein Scheitel ist etwas breiter geworden, aber mir fallen sie halt genauso viel im Nacken aus und deshalb meinte der Arzt es ist keine AGA. Ich hatte schon immer dickes Haar am Hinterkopf, deswegen viel es hier natürlich nicht so schnell auf, das ich Haarausfall habe. Aus diesem Grund hoffe und denke ich halt, das es wirklich am Eisen liegt.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Thu, 11 Oct 2012 17:46:00 GMT

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

ja dann , also bei mir sind sie natürlich auch etwas dünner am Nacken geworden, und auch am Hinterkopf. wie viele Ärzte haben dir denn bestätigt dass du keine AGA hast ? und kommt das bei dir in der Familie vor ? ich muss sagen das,dass bei mir in der Familie Haarverlust vorkommt ob das zwingend AGA ist weiß ich nicht, bei meiner Cousine wurde das bestätigt aber die hatte eigentlich super dichtes Haar(benutzt jetzt trotzdem Regaine).

Naja wie gesagt, ich hatte auch mal extremen Eisenmangel und danach richtig schlimmen Haarausfall und lichtetes Haar aber nach ca. einem Jahr hatte ich wieder viel längere Haare und dichtere bzw. dickere und nach 1,5 Jahren Eisentabletten Einnahme waren die doppelt so lang wie am Anfang also mach dir da keinen Stress!! Das dauert leider mit dem Eisen... aber nicht vergessen (ich wiederhole mich, sorry) es kommt auf deinen Wert an, ich hatte Anämie.

Liebe Grüße und viel Erfolg!

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Thu, 11 Oct 2012 17:53:26 GMT

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

ach ja und Frage an Bionda,

hast du durch Regaine Wassereinlagerungen im Gesicht bekommen ? Habe das jetzt mehrmals gelesen in diesem Forum:S

Danke!!

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 11 Oct 2012 18:14:24 GMT

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

Hi Mona18,

Ich habe 6 Jahre lang keinerlei Wassereinlagerungen bekommen und hatte Minox im Dauerbetrieb.

Ig

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Thu, 11 Oct 2012 18:28:55 GMT

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

Hey Biggi01,

na dann kann ich ja beruhigt sein danke für die Antwort und schönen Abend noch!

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [bionda](#) on Fri, 12 Oct 2012 16:04:08 GMT

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

Hallo Mona,

bei mir ist es wie bei Biggi: Keinerlei Wassereinlagerungen!

LG

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [sweety89](#) on Fri, 12 Oct 2012 20:04:13 GMT

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

Ich war bei mehreren Ärzten und manche meinten sogar, dass es doch gar nicht so schlimm sei....jaja, die haben leicht reden. Auf jedenfall hat die Familie von meinem Papa aus sehr dickes Haar, selbst er als Mann meine Mama hat normales Haar und sonst gibt es einen mit Ner Halbglatze und das ist mein Opa.

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [fluse](#) on Sun, 28 Oct 2012 16:48:55 GMT

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

Da mein ferritin grenzwertig ist, hat mir eine Endokrinologin geraten Amaranth zu essen. Ich hab's probiert, es schmeckt, ist günstig und wenn es, zusätzlich zu meinem Eryfer, schneller was bewirkt um so besser.

Hier z.B. hab ich ein paar Infos gefunden.

Vielleicht interessiert jemand

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [Himmelblau](#) on Mon, 29 Oct 2012 19:30:11 GMT

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

Ich glaube, ich hol mir morgen im Bioladen gleich was aus Amaranth. Ich habe jedenfalls so ziemlich alle Probleme, gegen die es helfen soll. Ich habe vor ein paar Tagen, den nächtlichen Wadenkrampf des Jahrhunderts gehabt, davon hatte ich zwei Tage lang Muskelkater im Bein, so schlimm war das. Ich schlucke jetzt ein Magnesium-Präparat, weil das wohl helfen soll, aber wenn es was natürliches auch tut, umso schöner!

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [fluse](#) on Mon, 29 Oct 2012 20:49:06 GMT

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

Hab meins vom dm, Alnatura nennt sich Amaranth gepufft für ein Euro irgendwas

Subject: Aw: Hilfe so schlimmer Haarsusfall wegen Eisen???

Posted by [mona18](#) on Fri, 09 Nov 2012 18:51:35 GMT

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

Halli Hallo!

wollte mich mal wieder melden. Ich benutze Regaine 2% jetzt seit ca. 4 Wochen. Meine Eisentabletten nehme ich ebenfalls weiter.

Ich kann schon kleine Härchen sehen (sind aber glaube ich vom Eisen, nehme es seit 4 1/2 Monaten).

Ich bin auch der Meinung dass, das "Shedding" begonnen hat, es ist nicht sehr extrem aber schon auffällig.

Jedoch fällt mir auf, dass meine Haare irgendwie lichter wirken, da wo ich es auftrage? Kann es wirklich sein das, dass die Haare sind die ich durch das "Shedding" verloren habe ?

Oder kommen sie mir nur lichter vor, weil Regaine meine Haare fettiger macht ?

Hattet ihr ähnliche Probleme am Anfang? Finde es komisch dass meine neuwachsenden Härchen da noch nicht viel an dichte besorgt haben , sind wahrscheinlich noch zu dünn.

Würde mich auf eine Antwort freuen!

Ganz liebe Grüße

Mona
