
Subject: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 30 Nov 2012 02:36:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo liebe Leidensgenossinnen,

ich bin mittlerweile 23 Jahre, leide aber schon seit der Pubertät unter lichtem Haar. Ich find mit 12 an die Pille zu nehmen (hatte meine Periode natürlich schon) und zwar NICHT zur Verhütung sondern aus hormonellen Gründen, ich hatte eine sehr unregelmäße Menstruation und es kam raus dass ich zu viel Testestoron hatte und auf Anraten des Arztes habe ich dann angefangen die Pille zu nehmen da er meinte dass ich sonst später Probleme deshalb kriegen könnte, z.b. Schwierigkeiten schwanger zu werden. Das mit den lichten Haaren fing dann auch an. Nun kann ich nicht mit Gewissheit sagen, dass die Pille daran Schuld war, es kann auch einfach an der Pubertät gelegen haben, aber jedenfalls ging es damals los. Es wurde von Jahr zu Jahr schlimmer, ich fing an mich nicht mehr zu trauen die Haare offen zu tragen. Inzwischen verlasse ich das Haus nur noch wenn ich einen strengen Pferdeschwanz trage denn nur wenn die Haare dicht auf der Kopfhaut drauf liegen traue ich mich überhaupt aus dem Haus... Sobald die Haare "luftig" sind kann man unglaublich stark auf die Kopfhaut gucken. Die lichten Haare hatte ich immer direkt am Haaransatz. Im April habe ich mich nach Absprache mit meiner Frauenärztin dazu entschlossen die Pille abzusetzen weil ich gehofft habe dass es mir ohne besser geht. Tatsächlich habe ich mit meiner Menstruation gar keine Probleme, sie kommt sehr pünktlich, insofern bin ich eigentlich ohne Pille zufrieden. Die Haut ist allerdings gaaanz schlimm geworden, aber ganz ehrlich, die Akne ist mein geringstes Problem... Als ich die Pille abgesetzt habe bekam ich so starken Haarausfall wie noch nie in meinem Leben. Die Haare fielen mir ohne Scherz BÜSCHELWEISE aus!! Allein nach dem Haare waschen hatte ich einen riesigen Haarknäuel in der Hand. Fast genauso groß war das Haarknäuel VOR dem Haare waschen (Kämme die Haare vor dem Waschen immer durch damit sie weniger Knoten)... Es war so schlimm dass ich nur noch geheult habe... Tja... inzwischen hat der Haarausfall Gott sei Dank wieder aufgehört, war halt wohl die Hormonumstellung... Allerdings habe ich jetzt noch viel weniger Haare auf dem Kopf als vorher. Hatte ich vorher "nur" am Vorderkopf lichtes Haar, so sind jetzt auch die Seiten vorne betroffen und auch allgemein sind die Haare noch lichter geworden... Ich weiß echt nicht mehr weiter, ich würde am liebsten gar nicht mehr aus dem Haus gehen. Selbst mein strenger Pferdeschwanz kann die lichten Haare nicht mehr verbergen, die Haare sehen immer strähnig aus, weil die Kopfhaut überall durchguckt T.T

Ich weiß einfach nicht mehr was ich machen soll. Ich war vor kurzem erst beim Hautarzt deswegen. Der meinte nur nach einem flüchtigen Blick auf meinen Kopf dass es erblich bedingter Haarausfall sei, weil die lichten Stellen am Ansatz sind, und sagte mir nur dass man da überhaupt nichts dagegen machen kann... Das möchte ich aber nicht so auf mir sitzen lassen! Ich habe ihn gebeten Bluttests zu machen damit ich ausschließen kann dass es vielleicht sogar ein Nährstoffmangel ist der den Haarverlust verursacht, aber er hat sich geweigert dagegen und meinte eine Blutuntersuchung würde nichts bringen und so etwas gäbe es auch gar nicht für die Haare...

Schilddrüse habe ich vor über einem Jahr mal testen lassen, da nahm ich noch die Pille. Da kam raus dass mit der Schilddrüse alles ok ist.

Ich nehme jetzt seit etwas mehr als einem Monat Biotin 10mg für die Haare... ich merke davon

nur dass meine Nägel bombenfest geworden sind, aber an den Haaren merke ich nichts.. Na gut nicht ganz nichts, sie glänzen mehr, aber ganz ehrlich, dass sie glänzen nützt mir auch nichts wenn ich kaum noch welche auf dem Kopf hab...

Übrigens habe ich ständig Probleme mit der Kopfhaut, vielleicht liegt da ja die Ursache drin? Sie ist so unglaublich trocken, ständig juckt sie. Ganz oft ist sie total verschuppt, selbst direkt nach dem Haare waschen ist die Kopfhaut total verschuppt... Immer wieder mal entzünden sich auch die Haarwurzeln vorne am Ansatz, das geht dann nach ner Weile wieder weg, bis es irgendwann wieder kommt.. Vor zwei Tagen erst bemerkte ich beim Haare kämmen plötzlich dass meine Kopfhaut blutet, da blutete dann eine Haarwurzel. Obwohl ich nur sanft gebürstet hab. Habe schon die verschiedensten Shampoos probiert, aber das Problem habe ich schon seit Jahren... Ich benutze ein Shampoo ohne Silikone, aber es scheint keinen Unterschied zu machen...

Bitte gebt mir doch Rat was ich noch machen könnte. Ich bin so verzweifelt, ich kann langsam wirklich nicht mehr. Niemand scheint zu verstehen wie sehr mich das belastet! Ich fühle mich so unglaublich unattraktiv. Es gibt Omas die haben volleres Haar als ich!! (z.b. meine Oma..) Schlimm genug dass es so ist wie es ist aber dann ist auch noch ständig die Angst da dass es mit der Zeit NOCH schlimmer wird, denn so geht es ja schon seit Jahren. Von Jahr zu Jahr werden die Haare lichter, ich habe solche Angst dass ich bald wirklich mit Glatze da stehe!!

Manchmal sehe ich wie Leute Fotos von ihren Haaren in Foren posten und ganz verzweifelt sind weil sie finden sie haben so lichtes Haar... und ich kann immer nur denken oh man, ich wäre so unglaublich glücklich wenn ich eure Haare hätte!!

File Attachments

-
- 1) [DSC03333.JPG](#), downloaded 17169 times



Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [mike](#). on Fri, 30 Nov 2012 06:50:32 GMT

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

sieht verdächtig nach AGA aus .. allg. vermännlichung. Du hast Augenbrauenwulste
(männliches Profil)

mt 12 Pille

downregulate der ER ... die brauchen ewig um wieder hoch zu kommen die Front ist
Estrogenabhängig ...

ich meld mich später nochmal ..

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [HarleyQuinn](#) on Fri, 30 Nov 2012 08:43:05 GMT

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

Es muss auf jedenfall ein anständiger Bluttest her. Und zwar muss der zwischen ZT3 und 5 erfolgen. Für Progesteron sollte man um ZT21 testen.

Wenn es heißt die Schilddrüse sei ok, muss das nicht stimmen. Da bräuchten wir mal die Werte.

Man darf sich auf keinen Fall von Ärzten einfach abspeisen lassen.

Mach am besten direkt nen Termin beim Endokrinologen. Der ist Spezialist für Hormone. Das dauert allerdings, bis man da nen Termin kriegt.

Ferritin, Vitamin D und B12 sollten auch getestet werden. Wenn da ein Mangel vorhanden ist, ist das für die Haare schädlich.

Ich finde, es ist eine Unverschämtheit einer 12jährigen die Pille zu geben. Zu hohes Testosteron kann in dieser Lebensphase normal sein, weil der Hormonhaushalt sich erst einpendeln muss.

Nicht umsonst soll man nach der Pille 3 bis 6 Monate warten, bis sich der Hormonhaushalt reguliert hat. Ansonsten sind Tests verfälscht.

Die Pille kann sehr viel Schaden anrichten. Ich habe das selber feststellen müssen. Ich hatte viele Nebenwirkungen. Unter anderem in meinem letzten Pillenjahr auch fehlenden Neuwuchs und Bildung von Geheimratsecken. Die kamen quasi plötzlich über Nacht und wachsen nun gaaaaaaaanz langsam wieder zu bzw es bilden sich immerhin ein paar dunkle Haare in dem Bereich. Die Pille hab ich vor 1 1/2 Jahren abgesetzt.

Mir sind auch viele Haare nach dem Absetzen ausgefallen und der Neuwuchs bleibt bei mir immer noch nicht am Kopf. Ich lasse nächste Woche einen Trichoscan machen.

Ich drück dir die Daumen, dass es wieder besser wird. Du musst auf jedenfall von erfahrenen Ärzten behandelt werden.

Edit: Was mir für deine Haut noch einfällt... Versuch mal die BPO Methode, die auf aknewelt im Forum beschrieben ist. Damit hab ich meine mittelschwere Akne wegbekommen! Ich habe keinen einzigen Pickel mehr.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [mike.](#) on Fri, 30 Nov 2012 09:15:35 GMT

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

Das Problem ist, wenn sich der Hormonhaushalt verfuscht..der ja schnell wieder normal werden kann ... aber das Gewebe, der Körper, die Zellen und Rezeptorenlage sich verändern...oft sehr konstant bleiben oder diagonal sich verändern bis es eskaliert und Haare ausgehen..Krebs entsteht oder andere Sachen... das wieder zu regulieren ist schwer und heute Methoden sind Kindergartenmethoden (auch unsere Methoden sind Kindergartenmethoden...weil kausal auch nix gemacht wird sondern nur ausgleich geschaffen wird...) ein par User im Forum befassen sich

ganz extrem intensiv mit der Epigenetik und sind auf ein paar Sachen draufgekommen..aber eine Therapie daraus zu entwickeln ist noch schwer..

ansonsten kann ich nur sagen, wie Harley Quinn: Hormonstatus .. Schilddrüse .. Werte hier posten und nicht dem Arzt vertrauen von wegen "Werte ok"

Die Kopfhaut juckt und schmerzt, fettet und ist dann oft wieder trocken ... regulation schafft man mit Androgenrezeptorenblocker (sind auch Fluch weil gerade die Blockung auf lange Sicht die Rezeptoren wieder erhöht)

Die Pille enthält typischerweise Ethynodiol (EE2), dieses verdrängt das echte 17-b-Estradiol (-> aus den Eierstöcken) von den Rezeptoren (der Haarfollikel) und wirkt um einiges intensiver ... Haare werden wieder fester...über lange Sicht werden aber die Rezeptoren weniger..da die Stimulation zuviel war.. downregulation der ER und im Verh. gibts zu viele AR .. oder auch Cyproteron acetat aus der Pille (Diane-35,..) mit 2mg blocken ein paar AR weg... wenn alles glatt läuft hat man ein paar Jahre schönes volles gesundes Haar .. dann reguliert der Körper linear oder mal gar exponentiell dagegen und die Alopezie beginnt..

ich werde später noch was schreiben..muss aber jetzt weg.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 30 Nov 2012 15:34:43 GMT

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

Hallo, vielen Dank für die ersten Infos. Ich versuche mal auf alles einzugehen...

Zitat:sieht verdächtig nach AGA aus .. allg. vermännlichung. Du hast Augenbrauenwulste (männliches Profil)

Vermännlichung, oh Gott, ja... kann ich denn gar nichts dagegen tun???

Zitat:mt 12 Pille

Ja, so sieht's leider aus... Ich wünschte das hätte ich nicht genommen, aber kann man ja jetzt nicht mehr ändern. Mich regt es aber tierisch auf dass man nie über die Nebenwirkungen der Pille informiert wird!! Als ich vor kurzem gelesen habe was für Probleme die Pille alles verursachen kann... diese ganzen Nährstoffmängel die davon auftreten, das erklärt so viele Probleme die ich hatte und nie hat mir irgendein Arzt gesagt dass es von der Pille kommt!! Find ich unverschämt!!

Zitat:Und zwar muss der zwischen ZT3 und 5 erfolgen. Für Progesteron sollte man um ZT21 testen.

Ich fühl mich gerade etwas erschlagen von den ganzen Abkürzungen und Fachwörtern in diesem Forum, bin ja ganz neu dabei. ZT steht für Zyklustag?? Demnach würde ich diesen

Bluttest beim Frauenarzt machen lassen? Könnt ihr mir sagen ob das was kostet?

Zitat:Ferritin, Vitamin D und B12 sollten auch getestet werden. Wenn da ein Mangel vorhanden ist, ist das für die Haare schädlich.

Dafür nochmal ein extra Bluttest? Bei welchem Arzt kann ich den machen?

Beim Endokrinologen war ich schon, der hat mir vor ca. einem Jahr die Schilddrüse untersucht. Werte habe ich nie gesagt bekommen. In der Praxis wird das so gehandhabt dass man zu einer bestimmten Sprechzeit bei dem Arzt anruft um die Ergebnisse der Untersuchung gesagt zu bekommen, und der meinte dann am Telefon nur zu mir dass alles OK wäre... Mehr weiß ich dazu nicht, ich weiß ehrlich gesagt nicht mal genau was eigentlich untersucht wurde. Meint ihr ich kann mir das an der Rezeption der Praxis ausdrucken lassen? Und bringt ein erneuter Test überhaupt was nach ca. einem Jahr? Immerhin habe ich ja die Pille jetzt abgesetzt, da müsste sich doch was geändert haben...

Zitat:Das Problem ist, wenn sich der Hormonhaushalt verpfuscht..der ja schnell wieder normal werden kann ... aber das Gewebe, der Körper, die Zellen und Rezeptorenlage sich verändern...oft sehr konstant bleiben oder diagonal sich verändern bis es eskaliert und Haare ausgehen..Krebs entsteht oder andere Sachen...

Was, ich könnte Krebs kriegen wegen dem Haarausfall???

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Fri, 30 Nov 2012 15:43:11 GMT

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

nicht wegen dem Haarausfall. Der Haarausfall könnte nur ein Anzeichen sein für eine Krebsentstehung.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 30 Nov 2012 16:12:09 GMT

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

Zitat:nicht wegen dem Haarausfall. Der Haarausfall könnte nur ein Anzeichen sein für eine Krebsentstehung.

Oh Gott, das schockt mich jetzt total... Ich bin hergekommen wegen meinen Haaren und jetzt ist hier die Rede von Krebs o_O

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [enaira82](#) on Fri, 30 Nov 2012 16:40:21 GMT

Ähhhhh, jetzt schockt doch bitte die arme Zuckerwatter nicht so.
Haarverlust tritt in Kombination mit Krebs auf, das ist richtig, liegt aber, meines Erachtens nach, nur an den Zytostatika.
Belegt doch bitte solches medizinische Halbwissen mit seriösen Quellen bevor ihr jemanden so dermaßen schockt.
Mike, klar kann die Pille gewisse Krebsarten fördern, das steht, jedenfalls bei meiner, auch klipp und klar in der Gebrauchsanweisung. Allerdings ist doch Haarverlust kein Indikator davon.

Zuckerwatte, welche Pille hast du denn genommen?
Hast du mal über ein Haarteil nachgedacht? Das würde bestimmt den Druck etwas mildern.
Regaine würde ich auch mal testen, einige haben damit ganz gute Erfahrungen gemacht...

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Jolina](#) on Fri, 30 Nov 2012 17:06:19 GMT

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

Hallo,

ich krieg hier gleich echt dei Krise.

Zuckerwatte, lass Dich nicht verunsichern.
Mit Krebs hat das nichts zu tun, da hast Du was falsch verstanden.
Mike wirft immer mit hoch komplizierten und medizinischem Fachjargon um sich, den kaum nch einer auf die Schnelle nachvollziehen kann ABER er ist KEIN Arzt.
Also, auch nicht einfach ALLES so glauben

Nur aus der Form der Augenbrauen auf Vermännlichung zu schliessen ???? Sehr waghalsig.

Krebs macht Haarausfall durch die EINNAHME von Zystostatika (Medikamente GEGEN die kranken Zellen) . Genauso wie enaira schon schrieb.

Das hat jetzt nichts mit Dir, Zuckerwatte , zu tun.

Bitte beruhige Dich, Zuckerwatte.
Bis bald mal.

Jolina

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 30 Nov 2012 17:09:01 GMT

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

Zitat:Ähhhhh, jetzt schockt doch bitte die arme Zuckerwatter nicht so.

Haarverlust tritt in Kombination mit Krebs auf, das ist richtig, liegt aber, meines Erachtens nach, nur an den Zytostatika.

Belegt doch bitte solches medizinische Halbwissen mit seriösen Quellen bevor ihr jemanden so dermaßen schockt.

Mike, klar kann die Pille gewisse Krebsarten fördern, das steht, jedenfalls bei meiner, auch klipp und klar in der Gebrauchsanweisung. Allerdings ist doch Haarverlust kein Indikator davon.

Danke!!!

Zitat:Zuckerwatte, welche Pille hast du denn genommen?

Uff... habe über die Jahre hinweg öfters gewechselt, weil ich nie so richtig zufrieden war. Ich glaube angefangen hat es damals mit der Diane 35, ich weiß gar nicht mehr was der Grund war, aber irgendwann hat mir die Frauenärztin geraten zur Bella zu wechseln. Mit der war ich aber total unzufrieden. Ach, und da fällt mir ja doch ein wieso sie mir die Diane nicht mehr verschreiben wollte. Weil die teuer war. Die Bella war günstiger, also hat sie mir lieber die verschrieben. Die Bella war für mich aber eine Katastrophe, so wechselte ich nach kurzer Zeit zu der Juliette und bei der bin ich dann für viele Jahre geblieben. Dann 2011 bin ich auf die Madinette umgestiegen da meine Frauenärztin meinte vielleicht könnte meine Haut mit der noch besser werden. Durch den Wechsel erst habe ich gemerkt dass viele Beschwerden die ich so hatte offensichtlich durch die Juliette kamen, denn nach dem Wechsel waren die Beschwerden weg. Doch auch die Madinette war für mich nicht das Wahre, ich fühlte mich plötzlich ständig so antriebslos, war total gereizt und so etwas wie Lust auf Sex gab es überhaupt nicht mehr. Irgendwann hat mich das alles nur noch angekotzt und trotz der Risiken (ich hatte Angst dass mir noch mehr Haare ausfallen und die Haut ganz schlimm wird) habe ich die Pille dann im April komplett abgesetzt.

Zitat:Hast du mal über ein Haarteil nachgedacht? Das würde bestimmt den Druck etwas mildern.

Ich wusste ehrlich gesagt nicht mal, dass es so etwas gibt. Habe davon zum ersten Mal hier in diesem Forum gehört. Ich muss mich da noch ordentlich einlesen, weiß noch ziemlich wenig drüber. Ist ja auch alles eine Kostenfrage... Worüber ich sehr intensiv schon seit Jahren nachdenke ist eine Haartransplantation. Dafür muss ich noch ordentlich sparen, aber es wäre wenigstens etwas dauerhaftes. Bin aber verunsichert ob es für mich überhaupt geeignet wäre, habe ständig Angst dass mir noch mehr Haare ausfallen und ich in ein paar Jahren eine Glatze habe, da nützt eine Haartransplantation doch auch nichts mehr, so viele Haare können die mir gar nicht vom Hinterkopf in den Vorderkopf verpflanzen...

Zitat:Regaine würde ich auch mal testen, einige haben damit ganz gute Erfahrungen gemacht...

Ach ja, Regaine, das habe ich ganz vergessen in meinem ersten Beitrag zu erwähnen. Regaine habe ich bereits getestet, dazu hat mir damals der Endokrinologe geraten. Er meinte vielen Frauen hilft es wirklich gut und einen Versuch sei's doch Wert. Als ich dann sah dass man so ein 3er Pack für 30 Euro bekommt hab ich mir das direkt besorgt und los ging's mit dem testen, trotz Angst dass es vielleicht sogar schlimmer werden könnte davon... Nun ja, schlimmer ist es nicht geworden, aber Haare sind mir davon auch nicht gewachsen. Was ich positiv anmerken muss ist dass bereits nach nur zwei Wochen Verwendung von Regaine der Haarausfall komplett gestoppt hat. Ich habe wirklich fast überhaupt keine Haare mehr verloren. Allerdings fing ich nach einiger Zeit an allergisch auf das Zeug zu reagieren. Meine Augen (also die Lider) sind angeschwollen und waren nonstop gerötet und haben furchtbar gekuckt. Das war für mich nicht mehr vertretbar, also habe ich Regaine wieder abgesetzt. Was mich auch total an Regaine genervt hat ist wie sehr die Haare davon verkleben. Das sieht einfach unmöglich aus, so kann man als Frau doch nicht aus dem Haus! Ich kann mir vorstellen dass es für Männer weniger schlimm ist da sie in der Regel sehr kurze Haare haben, da reicht es dann durchzukämmen und dann sieht's aus als wären sie gegelt oder so, das ist nicht weiter schlimm. Aber bei langen Haaren sieht's einfach nur aus als hätte man unglaublich fettige Haare. Furchtbar. Ach ja außerdem hat die Kopfhaut auch ganz schrecklich gekuckt davon. Also für mich ist Regaine leider nichts.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Thatlittlehope](#) on Fri, 30 Nov 2012 17:10:30 GMT

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

Ich denke nicht, dass Mike gemeint hat, dass man vom Haarausfall Krebs bekommt, sondern von der Pille zum Beispiel. Wenn man die Pille ja langjährig nimmt, (9-10 Jahre z.B.) erhöht sich das Risiko Brustkrebs zu bekommen. Ist zwar sehr sehr selten, muss der Arzt aber auch erwähnen. dafür sinkt auch das Risiko an Eierstockkrebs zu erleiden.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 30 Nov 2012 17:12:30 GMT

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

Jolina schrieb am Fri, 30 November 2012 18:06

Hallo,

ich krieg hier gleich echt dei Krise.

Zuckerwatte, lass Dich nicht verunsichern.

Mit Krebs hat das nichts zu tun, da hast Du was falsch verstanden.

Mike wirft immer mit hoch komplizierten und medizinischem Fachjargon um sich, den kaum einer auf die Schnelle nachvollziehen kann ABER er ist KEIN Arzt.

Also, auch nicht einfach ALLES so glauben

Nur aus der Form der Augenbrauen auf Vermännlichung zu schliessen ???? Sehr waghalsig.

Krebs macht Haarausfall durch die EINNAHME von Zystostatika (Medikamente GEGEN die kranken Zellen) . Genauso wie enaira schon schrieb.

Das hat jetzt nichts mit Dir, Zuckerwatte , zu tun.

Bitte beruhige Dich, Zuckerwatte.
Bis bald mal.

Jolina

Hallo Jolina, vielen Dank für deine beruhigenden Worte! Ich war echt total geschockt als hier von Vermännlichung und vor allem Krebs gesprochen wurde!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 30 Nov 2012 17:18:47 GMT

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

Thatlittlehope schrieb am Fri, 30 November 2012 18:10 Ich denke nicht, dass Mike gemeint hat, dass man vom Haarausfall Krebs bekommt, sondern von der Pille zum Beispiel. Wenn man die Pille ja langjährig nimmt, (9-10 Jahre z.B.) erhöht sich das Risiko Brustkrebs zu bekommen. Ist zwar sehr sehr selten, muss der Arzt aber auch erwähnen. dafür sinkt auch das Risiko an Eierstockkrebs zu erleiden.

Naja, so wie er das geschrieben hat klang es für mich aber schon so als wolle er sagen dass mein Haarausfall den ich jetzt habe ein Anzeichen dafür ist dass ich bald Krebs bekomme. Das war das was mich so geschockt hat. Dass die Pille das Risiko an Krebs zu erkranken erhöht ist mir klar, wobei ich dazu auch sagen muss dass meine Frauenärztin mir das nie gesagt hat, das habe ich selbst in der Packungsbeilage nachgelesen... ich habe das Gefühl die meisten Ärzte sagen einem überhaupt nichts über Nebenwirkungen mehr wenn sie damit riskieren nichts mehr an einem zu verdienen... Mir wurden solche Horrorgeschichten erzählt was alles passieren kann wenn ich die Pille NICHT nehme, aber kein Wort davon was alles passieren könnte wenn ich die Pille nehme. Ich war damals wie gesagt 12 und hab den Ärzten blind vertraut und meine Mutter hat ihr Einverständnis gegeben weil sie wohl so geschockt war von der Aussage dass sie andernfalls vielleicht nie Enkelkinder haben wird.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Fri, 30 Nov 2012 17:45:36 GMT

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

Wenn man mal genau liest, was mike geschrieben hat, ist auch relativ klar wie er es meint: Er spricht von körperlichen Prozessen, die eskalieren können und verschiedene Erkrankungen auslösen können - vom Haarausfall bis zur Krebserkrankung. Da steht nirgendwo etwas davon, dass man VON Haarausfall Krebs kriegen kann oder dass es ein Anzeichen für eine Krebserkrankung sein könnte!

Also ganz ruhich

Zuckerwatte, ich bin wie einige andere hier ein relativer Pillen-Gegner. Relativ, weil sie bei einigen ja schon gegen den Haarausfall hilft. Aber bei vielen hat sie ihn ausgelöst oder zumindest das Haarwachstum kaputt gemacht ... davon bin ich überzeugt.

Aber mal n Tipp der ganz anderen Sorte: Hast du mal drüber nachgedacht, deine Haare platinblond zu färben? Eine Freundin von mir hat ähnlich lichtes Haar wie du. Sie trägt es jetzt ziemlich kurz - das Deckhaar hält lang genug, um es ein bisschen schräg gescheitelt über den Oberkopf zu frisieren - und seit sie es platinblond hat, fällt die Kopfhaut überhaupt nicht mehr auf. Ohne Scheiß! Das ist echt ne gute Lösung für dieses Problem.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Fri, 30 Nov 2012 19:31:17 GMT

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

ja immer mal ruhig mit den jungen Pferden Wenn man sich mal mit dem Thema HA befasst gibt es so viele mögliche Ursachen.

Und zu Panik mache etc.... Man sollte nur alle Möglichkeiten in Betracht ziehen. Auch leider die schlimmen. Es nutzt ja keinem wenn man von Nährstoffmangel erzählt und evt jemand eine wirklich ernsthafte Erkrankung hat.

Ja das leidige Pillenthema...wer die Pille nimmt ist in meinen Augen generell schon eigentlich kein ängstlicher Mensch weil was man sich damit antut sagt einem eigentlich schon der Beipackzettel.

Sicher damit ist dir nicht geholfen.

Mein Rat an dich ist dich auf die Suche nach mehreren verständnisvollen kompetenten Ärzten zu machen. und open minded zu bleiben was Denkanstöße und Tips angeht. Auch wenn sie so sehr schrecklich klingen.

Liebe Grüße

Ach ja und mit dem Vitamin D Mangel falls er nicht extra getestet wurde gibt der Kalziumspiegel schon einen Aufschluß darüber. Vitamin D Mangel geht Hand in Hand mit Kalziummangel.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Brownie](#) on Sat, 01 Dec 2012 08:33:35 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,

ich würde dir raten, dir eine kompetente Ärztin zu suchen, die bereit ist, mal ein richtig ausgiebiges Blutbild zu erstellen.

Das kann auch eine Internistin sein. Ich habe bessere Erfahrung mit Frauen gemacht, weil sie doch oft mehr Empathie auf dem Gebiet aufweisen. Bei einigen männlichen Fachärzten wurde ich auch nur belächelt nach dem Motto: Ist halt "nur" ein kosmetisches Problem und kein medizinisches. Aber das sind natürlich nur meine subjektiven Erfahrungswerte.

Zu diesem Hinweis bezüglich Krebserkrankungen: Wenn jemand Blut im Stuhl hat, könnte man ja auch sagen, oh Gott...Darmkrebs!

Könnten aber auch genauso gut einfach Hämorrhoiden sein..... Noch dazu glaube ich, dass diese unkontrollierte Einnahme von diversen Zusatzpräparaten, Vitaminen, Hormonen etc. viel eher zu Folgeschäden führen können, die man als Laie nicht abschätzen kann. Glaube kaum, das es gesund ist, seinen Körper mit zig Hormonpräparaten vollzupumpen.

Also laß dich nicht verunsichern.

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [sunflower3](#) on Sun, 02 Dec 2012 06:19:33 GMT

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

Huhu:-)

ich kann dich so gut verstehen da unser HA Muster ähnlich ist. Allerdings habe ich es nicht so lange es ging nur ziemlich schnell..

Relativ gesehen....

Unter der Pille hieß es auch alles normal Aber ohne Pille bin ich mutiert und bekam Zysten somit PCO Diagnose nach 3 Jahren HA.

Du sagst nach der Pille war bei dir alles ok und der Zyklus regelmäßig /wie lange bist du schon ohne Pille ?????

Hast du sonst noch vermännlichungsscheinungen???

Ich habe mich für ein Haarteil entschieden konnte den Blick in den Spiegel nicht ertragen..

LG sun

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Haareweg](#) on Sun, 02 Dec 2012 11:45:37 GMT

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

mike. schrieb am Fri, 30 November 2012 07:50sieht verdächtig nach AGA aus .. allg.

vermännlichung. Du hast Augenbrauenwulste (männliches Profil)

also augenbrauenwülste, wie es sie manchmal bei uns männern gibt, ist hier absolut nicht zu erkennen. ganze normale frauen stiern.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [möchtegernrapunzel](#) on Sun, 02 Dec 2012 16:38:54 GMT

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

Haareweg schrieb am Sun, 02 December 2012 12:45

also augenbrauenwülste, wie es sie manchmal bei uns männern gibt, ist hier absolut nicht zu erkennen. ganze normale frauen stiern.

Das sehe ich auch so. Die Augenbrauen sehen doch völlig normal und schön aus. "Wülste" - was fürn Quatsch.

@Zuckerwatte

Du solltest Regaine noch mal eine Chance geben. Tu es nur abends drauf, das reicht völlig. Ich fand es beim ersten Versuch auch doof. Jetzt, einige Jahre später und viele Haare weniger, finde ich es viel besser. Einige hier machen auch etwas Panthenol mit in die Lösung, damit es die Kopfhaut nicht so austrocknet. Wie das genau funktioniert, kann ich dir leider nicht sagen. Am besten suchst du danach per Schlagwort. Das Frauenforum ist leider nicht thematisch geordnet, was zum Teil wirklich schade ist.

Ansonsten würde ich auch die Hände von der Pille lassen. Ich teile die Einstellung aller hier, dass damit fast nur Schaden angerichtet wird. Den Arzt, der dir das verschrieben hat, sollte man echt zur Rechenschaft ziehen. Was für ein Pfuscher.

Wenn sich deine Haarsituation stabilisiert hat, könntest du es mit einer Transplantation probieren. Aber du solltest unbedingt ohne Mängelerscheinungen oder Ähnliches diese Geschichte angehen. Auch deine Kopfhaut sollte in Ordnung sein. Lass dein Blut untersuchen und stell die Ergebnisse hier ein. Die Befunde können dir die Schwestern ausdrucken, schließlich hat deine Krankenkasse (also auch du) dafür gezahlt. Was für die Ärzte und Laboranten noch im Normbereich ist, ist bei vielen hier haartechnisch und auch sonst schon grenzwertig. Vor allem die Eisen- bzw. Eisenspeicherwerte.

Den Tipp von Brownie, dir eine kompetente Ärztin zu suchen, kann ich nur unterstützen. Warte nicht zu lange. Alles, was dir nach dem Pillenstop ausgefallen ist, kannst du dir bestimmt wiederholen. Am besten wäre natürlich jetzt Regaine

Liebe Grüße
mgr

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Sun, 02 Dec 2012 17:42:06 GMT

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

Haareweg schrieb am Sun, 02 December 2012 12:45mike. schrieb am Fri, 30 November 2012 07:50sieht verdächtig nach AGA aus .. allg. vermännlichung. Du hast Augenbrauenwulste (männliches Profil)

also augenbrauenwülste, wie es sie manchmal bei uns männern gibt, ist hier absolut nicht zu erkennen. ganze normale frauen stirn.

Danke!! Ich muss sagen die Aussage hat mich schon ziemlich geschockt, da mir das selbst nie so aufgefallen ist. Ich möchte hier nochmal ein Bild dazu hochladen. Ich bin die Person rechts, mit der lila Kopfbedeckung (um den lichten Haaransatz zu verstecken)

File Attachments

- 1) [IMG_7565-.jpg](#), downloaded 1581 times



Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Sun, 02 Dec 2012 17:55:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du solltest Regaine noch mal eine Chance geben. Tu es nur abends drauf, das reicht völlig. Ich fand es beim ersten Versuch auch doof. Jetzt, einige Jahre später und viele Haare weniger, finde ich es viel besser. Einige hier machen auch etwas Panthenol mit in die Lösung, damit es die Kopfhaut nicht so austrocknet. Wie das genau funktioniert, kann ich dir leider nicht sagen. Am

besten suchst du danach per Schlagwort. Das Frauenforum ist leider nicht thematisch geordnet, was zum Teil wirklich schade ist.

Also ich habe tatsächlich noch zwei ungeöffnete Flaschen Regaine rumliegen und obendrein noch ne ca halbvolle Flasche... Aber ich trau mich nicht so recht ran. Ich habe jetzt schon so unglaublich trockene, juckende Kopfhaut, ich fürchte mit Regaine wird es dann unerträglich. Außerdem mag ich mich immer noch nicht so Recht mit dem Gedanken anfreunden dass ich das Zeug ein Leben lang dann nehmen muss, denn sobald man damit aufhört sollen die Haare ja auch wieder ausfallen... Nur einmal am Tag auftragen wäre natürlich eine Möglichkeit, ich denke das würde ich Abends machen, dann kann man morgens den Fettfilm aus den Haaren besser auskämmen (weiß nicht ob das wirklich ein Fettfilm ist, sieht aber so aus). Wie oft wäschst du dir die Haare mit Regaine? Panthenol mit in die Lösung mischen hört sich gar nicht so schlecht an, da werd ich wirklich mal im Forum suchen. Kann man denn irgendwie testen lassen ob man allergisch auf Wirkstoffe von Regaine ist? Ich hatte ja damals nämlich das Problem dass die Augenränder so rot wurden und juckten, bis ich Regaine dann abgesetzt habe.. Deshalb hab ich die Befürchtung dass es eine allergische Reaktion war. Da ich aber auch unter chronisch trockenen Augen leide könnte das einfach ein blöder Zufall gewesen sein, dass gerade in dem Zeitraum die Augen wieder besonders trocken waren...

Zitat: Ansonsten würde ich auch die Hände von der Pille lassen. Ich teile die Einstellung aller hier, dass damit fast nur Schaden angerichtet wird. Den Arzt, der dir das verschrieben hat, sollte man echt zur Rechenschaft ziehen. Was für ein Pfuscher.

Die Pille werde ich sicherlich nie wieder anrühren. Ich weiß ehrlich gesagt nicht welche anderen verlässlichen Mittel zur Verhütung dann noch bleiben außer Kondom (im Moment ist das eh kein Thema XD) aber es gibt bestimmt bessere alternativen als die Pille. Das Zeug hat mir so viel kaputt gemacht und ich find's unmöglich dass Ärzte einem das so leichtfertig verschreiben, als wären es nur Bonbons.

Zitat: Wenn sich deine Haarsituation stabilisiert hat, könntest du es mit einer Transplantation probieren. Aber du solltest unbedingt ohne Mängelerscheinungen oder Ähnliches diese Geschichte angehen. Auch deine Kopfhaut sollte in Ordnung sein. Lass dein Blut untersuchen und stell die Ergebnisse hier ein. Die Befunde können dir die Schwestern ausdrucken, schließlich hat deine Krankenkasse (also auch du) dafür gezahlt. Was für die Ärzte und Laboranten noch im Normbereich ist, ist bei vielen hier haartechnisch und auch sonst schon grenzwertig. Vor allem die Eisen- bzw. Eisenspeicherwerte.

Gut, ich werde bei der nächsten Gelegenheit dann nochmal in der Praxis vorbei und mir die Werte ausdrucken lassen! Vielleicht mache ich auch direkt einen Termin für eine erneute Hormonuntersuchung. Die letzte ist zwar nicht sooo lange her (ca ein Jahr?) aber inzwischen hat sich ja viel geändert, da ich die Pille nicht mehr nehme.

Zitat: Den Tipp von Brownie, dir eine kompetente Ärztin zu suchen, kann ich nur unterstützen. Warte nicht zu lange. Alles, was dir nach dem Pillenstop ausgefallen ist, kannst du dir bestimmt wiederholen. Am besten wäre natürlich jetzt Regaine

Ich würde sooo gern eine kompetente Ärztin finden aber das ist leider unglaublich schwer!! Ich habe das Gefühl keinen interessiert mein Problem so wirklich. Allerdings kann ich bestätigen

was hier jemand geschrieben hat, dass Frauen mehr Empathie haben als Männer. Ich werde mir noch ein paar Ärztinnen in meiner Nähe raussuchen und versuchen so bald wie möglich einen Termin zu bekommen (wird um diese Jahreszeit wohl nicht ganz so einfach sein...). Eine von denen muss ich ja wohl dazu bringen können die nötigen Bluttests zu machen...

Was mich aber auch wieder zu der Frage führt die ich schon in früheren Beiträgen gepostet habe... Kann mir jemand sagen wo ich welche Bluttest machen lassen muss? Und welche dieser Tests kosten was, welche davon übernimmt die Krankenkasse?

Danke an euch alle für eure Anteilnahme und die vielen nützlichen Tipps/Infos Ich fühl mich jetzt schon hier viel besser beraten als in jeder Arztpraxis in der ich bis jetzt war...

Liebe Grüße
mgr

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Sun, 02 Dec 2012 18:38:15 GMT

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

Hallo

Welche Tests du zahlen musst und welche nicht scheint oft auch echt Ärzteabhängig manchmal hat man Glück und der behandelnde Arzt findet Mittel und Wege um eigentlich kostenpflichtige irgendwie doch über die Kasse abzurechnen.

Diese Mängelerscheinungen die Gängigsten wie z.B. Eisen wird die Kasse auf jeden Fall bezahlen.

Mit den Hormonen sagte mir letztes mal der Endokrinologe das es gut sein kann das man manchmal zahlen müsste. Ich habe das aber auch nicht gemusst und ich hatte in den letzten Monaten 3 mal das Vergnügen das meine Hormonwerte bestimmt wurden. Die hat mein Gynäkologe kostenfrei bestimmt.

Einen Arzt für alles gibt es leider selten, da die Ursachen auf verschiedenen Gebieten liegen können. Du wirst viel Geduld und durchhalte Vermögen haben müssen.

Ich wünsche dir dabei alles Gute und natürlich viel Erfolg

Ach ja, deine Stirn ist auch völlig normal

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [sunflower3](#) on Sun, 02 Dec 2012 19:16:01 GMT

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

Hi Zuckerwatte ,

ich denke auch mit den Augen ist alles ok ABER wenn du wirklich Probleme mit der Kopfhaut hast

würde ich auch die Finger von Regaine lassen zumal es bei mir an der Stirn nichts gebracht hat nach einem Jahr ... eigentlich nirgends ABER die anderen Hormone waren auch zu stark. Ich kann mir beim Besten willen nicht vorstellen das deine Hormone in Ordnung sind ...
Aber du bekommst regelmäßig deine TAge richtig????

Lg sun

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Sun, 02 Dec 2012 19:34:16 GMT

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

Hallo fellow, danke für die Infos! Das habe ich mir fast gedacht, dass es von Arzt zu Arzt unterschiedlich ist.

sunflower3 schrieb am Sun, 02 December 2012 20:16Hi Zuckerwatte ,

ich denke auch mit den Augen ist alles ok ABER wenn du wirklich Probleme mit der Kopfhaut hast würde ich auch die Finger von Regaine lassen zumal es bei mir an der Stirn nichts gebracht hat nach einem Jahr ... eigentlich nirgends ABER die anderen Hormone waren auch zu stark. Ich kann mir beim Besten willen nicht vorstellen das deine Hormone in Ordnung sind ...
Aber du bekommst regelmäßig deine TAge richtig????

Lg sun

Wieso genau rätst du mir von Regaine ab? Weil es die Kopfhaut noch mehr austrocknet? Du sagst du hast Regaine ein Jahr lang genommen, hast du es inzwischen abgesetzt und wie haben deine Haare auf darauf reagiert?

Ich bekomme regelmäßig meine Tage, das ist richtig. Habe die Pille im April abgesetzt, dann hat es gedauert bis sich das ganze eingependelt hat, ich habe zwar jeden Monat meine Tage bekommen aber mal zwei Wochen zu spät, dann zwei Wochen zu früh... Seit vier Monaten bekomme ich sie jetzt aber regelmäßig, immer ca. zwei Tage früher als im Vormonat, was für mich aber immer noch sehr regelmäßig ist. Dass manche Frauen immer am gleichen Tag ihre Tage bekommen finde ich erstaunlich und ist glaube ich eher selten der Fall.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [mike.](#) on Sun, 02 Dec 2012 22:13:11 GMT

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

Augenbrauenknochen .. ok

Frontalansicht sieht auch sehr gut aus seitl. Perspektiv ist natürlich gemein.
(Ich habe jetzt einen überkritischen Blick, ich bitte das zu verzeihen .. jetzt bei mir nach HA.Stopp und Wiederwuchs als nächste Baustelle mein Stirnbild und Knochenausprägung und plane eine weichere feminere Stirn und Nasenübergang...)

Lies Dich ein, starte ein Treatment (das bei jeder anders und individuell ist).

Ich wünsche Dir viel Erfolg. Pass auf Dich auf.

GLG
Mike

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Mon, 03 Dec 2012 08:54:33 GMT

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

Diese "Wülste" stammen noch aus der Zeit wo wir uns von Ast zu Ast geschwungen haben. Siehe ein Bild von einem Schimpanse oder so.

Bei Männern kann dies Ausgeprägter sein, das ist richtig. Aber es ist Fakt das jeder Schädel eine leichte Verdickung an dieser Stelle hat, und auch haben muss. Zwecks der Stabilität. Das ist sofern man nicht wirklich aussieht wie ein Primat normal. Man merkt ja selbst im Laufe des Lebens wie oft man grade an den Stellen irgendwo aneckt. Die erblichen Aspekte darf man auch nicht ausser acht lassen wie ist die Stirnform bzw Brauenwölbung in der Familie.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Mon, 03 Dec 2012 12:08:05 GMT

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

mike. schrieb am Sun, 02 December 2012 23:13 jetzt bei mir nach HA. Stopp und Wiederwuchs als nächste Baustelle mein Stirnbild und Knochenausprägung und plane eine weichere feminere Stirn und Nasenübergang...)

mike, langsam machst du mir echt Angst.

Zuckerwatte, grundsätzlich kann JEDER Blutwert über die Kasse abgerechnet werden, und grundsätzlich auch von jedem Arzt. Es hängt (wie fellow schon gesagt hat) einfach komplett vom Arzt selber ab: Wenn DER findet, du brauchst für Diagnose und Therapie Blutwerte A und B, D bis Z allerdings nicht - dann rechnet er auch nur A und B über die Kasse ab und du musst die anderen selbst zahlen.

Was die richtige Arztwahl bzgl. der Blutwerte (und wieviele davon auf Kasse gemacht werden) angeht, hab ich folgende Erfahrung gemacht: Endokrinologen-Zentren sind zwar, was ärztliche Kompetenz betrifft, auch nicht besser als alle anderen (soll heißen, die Ärzte da erzählen da auch viel Schmonz und können dir bei HA nicht wirklich weiterhelfen) - ABER sie machen relativ viele Werte auf Kasse. Nährstoffe und Hormone. Also wenn du die Möglichkeit hast, dich an eine Endokrinologie überweisen zu lassen, könntest du Glück haben.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [HarleyQuinn](#) on Mon, 03 Dec 2012 15:00:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ein Endokrinologe wäre wirklich die beste Wahl.

Da würde ich dann auch direkt etwas auf die Tränendrüse drücken. Ich würde nicht nur Haarausfall erwähnen, sondern einfach auch ein paar andere Probleme, wie Haare an unerwünschten Stellen und Zyklusunregelmäßigkeiten. Dann kriegst du deinen Bluttest garantiert von der Kasse bezahlt. (Muss ja nicht alles 100% stimmen, was man denen erzählt. Kann ja keiner nachweisen)

Bei mir wurden alle Tests übernommen, wobei ich diese Symptome tatsächlich habe.

ZT ist Zyklustag und für die Blutabnahme sehr wichtig. Sexualhormone werden zwischen ZT3 und 5 bestimmt. Progesteron um ZT21 herum, also nach dem Eisprung. Ein Östrogen/Progesteron-Missverhältnis kann nämlich z.B. auch Haarausfall nach sich ziehen. Ein PCOS (PCO ist bedeutet übrigens nur, dass man diese "Zysten" hat, PCOS umfasst das ganze Syndrom mit Haarausfall, Akne, Behaarung etc) kann auch zu Haarausfall führen. Wenn deine Kopfhaut so extrem trocken und teilweise blutig ist, kann das übrigens auch der Grund für dein Haarproblem sein. Man muss dann die Ursache dafür finden.

Ein umfassender Bluttest ist also wichtig. Hier im Forum oben ist angepinnt, was man alles checken lassen sollte.

Mit Regaine kannst du es nochmal versuchen, aber ich würde Panthenol dazu geben, weil deine Kopfhaut sonst vll zu schuppig wird.

Leider muss man sich selbst sehr stark in das Thema einlesen, damit man den Ärzten deutlich machen kann, was man von ihnen erwartet.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [fellow](#) on Mon, 03 Dec 2012 15:10:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Harley

Das mit dem Progesteron juckt mich auch noch... der wurde bei mir nie bestimmt. Bei meinem letzten Besuch beim Gyn war leider 2-5 ZT sprach ich auf Progesteronwert an. Mir wurde dann auch mitgeteilt ab 21ZT. Aber mehr oder weniger unter den Teppich fallen lassen. Lohnt es sich diesen Wert mal checken zu lassen? Oder könnte man da ein Missverhältnis schon am Östrogen erahnen?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [HarleyQuinn](#) on Mon, 03 Dec 2012 15:21:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Progesteron lohnt sich immer. Das Östrogen/Progesteron-Verhältnis soll wohl 1:200 sein. Wenn man eine Östrogendominanz hat, kann der Progesteronwert zwar in der Norm sein, aber das Verhältnis stimmt nicht, weil zu viel Östrogen im Verhältnis zu Progesteron da ist. Das kann dazu führen, dass die zweite Zyklushälfte z.B. zu kurz ist, man vor seiner Periode schon Schmierblutungen hat, PMS, Haarausfall etc. Am besten ist wohl ein Speicheltest. Den muss man leider meist selbst bezahlen, aber wenn man sich ein Kit von ner Firma schicken lässt (einfach mal Progesteron Speicheltest googlen), kann man das direkt selber wegschicken. Kostet so um die 50-60 Euro. Ich hab keinen Test an ZT21 bekommen bzw machen lassen, weil mein Endokrinologe meinte, dass man bei PMS es auch so mit der Progesteroncreme probieren kann. Ich werde jetzt 3-6 Monate schauen, ob es meinen Haaren hilft (Progesteron reguliert wohl das Enzym runter, das Testosteron in DHT umwandelt) und wenn nicht, werde ich nochmal an Regaine denken. Blöderweise kennen sich die meisten Ärzte mit Progesteron nicht aus. Progesteron lässt sich von den Pharmafirmen halt nicht pantentieren.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [fellow](#) on Mon, 03 Dec 2012 15:28:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Okay also Zyklusstörungen hab ich schon mal nicht. Schmierblutungen auch nicht. Ich glaube ich werde aber trotzdem aber nochmal meinen Gyn bitten da ein Auge drauf zu werfen. Schaden kann es ja nicht. Östrogene scheinen normal bei mir...würde mir ja aber nichts nutzen wenn ich zu wenig Progesteron habe schließe ich mal daraus DHTs sind bi mir auch nicht hoch. Also zielt die Behandlung einfach auf ausprobieren und cremen ab?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [HarleyQuinn](#) on Mon, 03 Dec 2012 20:00:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe auch einen perfekten 28 Tage Zyklus und keine Schmierblutungen. Das einzige was ich habe, ist PMS. Meine Hormonwerte sind soweit auch alle ok. Progesteron wurde ja nie getestet. Im Endeffekt probiere ich quasi also nur aus und gucke, ob es hilft.

War bei dir nicht Androstendion erhöht? Dagegen kann man ja was machen. Wenn Progesteron dann auch noch nicht optimal wäre, könnte dadurch natürlich ganz schnell Haarausfall

entstehen.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Mon, 03 Dec 2012 20:25:44 GMT

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

Ja der Endo Gyn möchte mir aber dafür nichts geben da er sagt das Androstendion biologisch inaktiv ist und Testo und DHEAS nicht erhöht sind. Und das sind sie ja nicht.

Wie gesagt bald kann ich das sicher sagen ob da was mit dem Progesteron was nicht in Ordnung ist. Ich versuch noch mal nach zu bohren das es getestet wird.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [mike.](#) on Tue, 04 Dec 2012 06:12:33 GMT

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

fellow schrieb am Mon, 03 December 2012 21:25Ja der Endo Gyn möchte mir aber dafür nichts geben da er sagt das Androstendion biologisch inaktiv ist und Testo und DHEAS nicht erhöht sind. Und das sind sie ja nicht.

Wie gesagt bald kann ich das sicher sagen ob da was mit dem Progesteron was nicht in Ordnung ist. Ich versuch noch mal nach zu bohren das es getestet wird.

aber erhöht.. vollidiot

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Tue, 04 Dec 2012 06:20:51 GMT

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

Richtig..eigentlich möchte man ja schon werte haben die alle haben. Pauschal könnte ich ja eine Idiotin sein und die Pille nehmen. Aber den Teufel werde ich tun. Das würde wieder künstlichen Mist bedeuten. Eingriff in den Zyklus und eine Dauerlösung ist das zum ersten nicht. Und zum zweiten auch keine Garantie das dieser Wert runter geht Und zum dritten ganz sicher keine 100% ige Sicherheit das es meinen Haaren etwas bringt.

Viele tun das sicher in ihrer Panik und gutgläubigkeit. Aber ich bin von dem nutzen Faktor einfach nicht überzeugt. Und sollte ich doch mal ein Kind haben wollen ist das sicher unter der Pille sehr schwer anzustellen

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [mike](#). on Tue, 04 Dec 2012 08:00:35 GMT

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

<http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/t/2174/>

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Tue, 04 Dec 2012 08:46:36 GMT

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

Gut.. sehr informativ auf jedenfall.

Diese Dinge hatte ich auf der Seite mit der Hautpille auch schon erlesen.

Nichts desto trotz steh ich immer noch da wie vorher. Ich meine es gibt sicherlich Angebote auf dem schwarz Markt für Medikamente aber ob das so der richtige Weg ist. Die Docs wollen mir nichts geben.

Im Androstendion sehe ich zu den mitleidenden keinen Unterschied (eben auch erhöht). Wobei es schon Murks ist Androstendionwert Morgens zu nehmen da er gegen Mittag schon 30% niedriger ist. (Vielleicht interessiert das jemanden ja)

Großer Unterschied allerdings bei den DHEAs und teilweise Testosteron. Die Stimmen zum Glück bei mir. Bzw. im Vergleich wirklich schlappe Werte.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 12 Dec 2012 15:15:13 GMT

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

Hallo Leute,

bin heute endlich dazu gekommen beim Endokrinologen vorbei zu schauen. Neuen Termin habe ich leider erst im März bekommen, aber damit habe ich gerechnet, das dauert da immer so lange... Also ich habe mir meine Werte von der letzten Untersuchung jetzt mal ausdrucken lassen.

Die Untersuchung war im Januar 2012 also vor fast einem Jahr. Damals hab ich noch die Pille genommen, Madinette.

Hier die Werte:

| | | |
|-----------|-------------|-------------------------|
| freies T4 | 12.2 pmol/L | (Sollwert: 9.14 - 18.1) |
| freies T3 | 7.17 pmol/L | (Sollwert: 3.4 - 7.7) |
| TSH | 2.16 uU/mL | (Sollwert: 0.3 - 4) |
| Anti-TPO | 10.5 U/mL | (Sollwert: 0 - 35) |
| Ferritin | 22.7 ng/mL | (Sollwert: 5 - 148) |

Eigentlich sind die Werte doch ziemlich gut, oder? Bis auf das Ferritin, wenn man bedenkt dass es bis 148 geht und ich nur knapp 23 hab... das kommt mir wenig vor, ist ja nicht mal halb so viel. Was sagt ihr dazu??

Ich weiß natürlich nicht wie die Werte aktuell aussehen. Da könnte sich inzwischen natürlich was geändert haben, immerhin sind die Werte ein Jahr alt und außerdem nehme ich die Pille nicht mehr. Mich würde aber trotzdem eure Meinung zu den Werten interessieren. Meint ihr das Ferritin kann den Haarausfall auslösen? Wenn's das ist, was kann ich tun damit der Wert steigt??

Ich hatte die letzte Woche eine schlimme Scheideninfektion und weil ich so extreme Schmerzen davon im Unterbauch hatte wollte mir die Frauenärztin direkt wieder die Pille andrehen. Sie meinte mir würde es besser gehen wenn ich nochmal 3 Monate lang ne Hautpille nehme. Ich habe aber nein gesagt. Das halte ich für absoluten Schwachsinn, bringt doch nur unnötig den Hormonhaushalt total durcheinander, also ich hab den Sinn darin echt nicht gesehen...

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Wed, 12 Dec 2012 15:44:41 GMT

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

Hallo

Ja... das ferritin ist auf jeden Fall richtig mies. Ab 15 hättest du sogar schon nichts mehr in den lebenswichtigen speichern drin. Dein Körper geht also schon richtig auf den Felgen. Den Wert würde ich einfach mal etwas nach oben drücken. Solltest dir Eisen aus der Apo holen. Das kann zwar etwas dauern bis der sich nach oben bewegt aber nicht aufgeben und dran bleiben Ich hatte auch mal einen von 37 im Mai etwa und jetzt hab ich ihn auf 66 hoch bekommen. Die SD-Werte sind bei mir in anderen Mengenangaben deshalb kann ich da so aus dem Stehgreif nichts zu sagen. Müsste ich erst ummünzen, aber bis dahin hat sicher schon wer anders geschaut

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [mike.](#) on Wed, 12 Dec 2012 15:46:10 GMT

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

Ferritin zu weit unten. Das schadet den Haaren.

Das musst Du ausgleichen.

Ich möchte mich für die Bemerkung zu Deiner Stirn entschuldigen. Ich habe mich komplett geirrt. Eine harte/maskuline Stirn sieht ganz anders aus. Deine Stirn sieht völlig normal aus für eine junge Frau (Stirnbild feminin) und einen minimalen Höcker macht einen sexy Blick.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 12 Dec 2012 16:06:21 GMT

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

fellow schrieb am Wed, 12 December 2012 16:44Hallo

Ja... das ferritin ist auf jeden Fall richtig mies. Ab 15 hättest du sogar schon nichts mehr in den lebenswichtigen speichern drin. Dein Körper geht also schon richtig auf den Felgen. Den Wert würde ich einfach mal etwas nach oben drücken. Solltest dir Eisen aus der Apo holen. Das kann zwar etwas dauern bis der sich nach oben bewegt aber nicht aufgeben und dran bleiben Ich hatte auch mal einen von 37 im Mai etwa und jetzt hab ich ihn auf 66 hoch bekommen. Die SD-Werte sind bei mir in anderen Mengenangaben deshalb kann ich da so aus dem Stehgref nichts zu sagen. Müsste ich erst ummünzen, aber bis dahin hat sicher schon wer anders geschaut

LG

Vielen lieben Dank, fellow!! Ich wusste nicht dass Ferritin mit Eisen zusammenhängt! Ich hatte in meiner Pubertät schon öfters mit Eisenmangel zu kämpfen und da fing ja auch der Haarausfall an... Vielleicht hing das ja wirklich damit zusammen. Ärgerlich dass mich kein Arzt je darüber aufgeklärt hat. Die haben lediglich meine Müdigkeit und Gelenkschmerzen damit begründet... Oh je, wenn's ab 15 schon so kritisch wird... :S Da werd ich mir gleich morgen Eisentabletten besorgen!! Kannst du mir eine Dosis dafür empfehlen? Es gibt ja sooo unendlich viele Vitaminpräparate zu kaufen und die sind alle ganz unterschiedlich dosiert. Ich habe Sorge dass ich dann eine zu hohe Dosis nehme oder aber eine viel zu geringe und dann wirkt das gar nicht.

Kannst du mir vielleicht auch einen Tipp bezüglich Zink geben? (oder auch gerne jemand anderes). Ich nehme ja jetzt seit fast zwei Monaten 10mg Biotin und das will ich auch weiter so machen, aber durch das Biotin werden meine Hautprobleme noch schlimmer. Zink soll dagegen super helfen und außerdem ist es gut für's Immunsystem (was auch super wäre da ich dauernd erkältet bin) Ich weiß jetzt aber gar nicht an wie viel Zink ich mich heran trauen soll. In manchen Foren hab ich gelesen mindestens 35 mg sonst bringt das nichts... aber ist das nicht viiiiel zu viel?? Bei Zink muss man dann ja auch wieder auf seine Kupferwerte und so achten... Ich will nicht irgendwann 20 verschiedene Vitaminpillen schlucken müssen XD

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Wed, 12 Dec 2012 16:08:54 GMT

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

na da wird er ja mal zum handzahmen charmbolzen der mike

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 12 Dec 2012 16:13:27 GMT

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

mike. schrieb am Wed, 12 December 2012 16:46 Ich möchte mich für die Bemerkung zu Deiner Stirn entschuldigen. Ich habe mich komplett geirrt. Eine harte/maskuline Stirn sieht ganz anders aus. Deine Stirn sieht völlig normal aus für eine junge Frau (Stirnbild feminin) und einen minimalen Höcker macht einen sexy Blick.

lol danke! Entschuldigung angenommen

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Wed, 12 Dec 2012 16:23:43 GMT

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

Aaaaalsoooo

mit dem Eisen ist das so eine Sache... bei mir ist es so das mein Bauch das nicht so gerne mag. Deshalb vertrage ich leider nur eine halbe Tablette Tardyferon am Tag. Oder ich muss eben zweimal am Tag zeitversetzt ne halbe nehmen. Das klappt aber jetzt nicht mehr wegen dem Zink. Zink und Eisen gehören nie zusammen genommen weil Eisen die Zinkaufnahme hemmt. Mindestens vier Stunden zwischen der Einnahme platz lassen. Und ich nehme Zink zuerst, spät am Abend dann das Eisen. Eine Überdosierung gelingt dir nur sehr schwer mit gesundem Menschenverstand. Normal sollte man schon zusehen das man eine Tablette am Tag herunter würgt von dem Eisen. Biotin nehme ich auch 5mg täglich. Beim Zink nehme ich nun 20mg 11-12mg braucht der Mensch täglich habe ich gelesen. also leichte Überdosis... gehe ich aber davon aus das ein eventueller Mangel vorhanden ist füllt der sich ja auch nun damit dann wohl auf. Das mache ich jetzt erstmal noch einige Wochen und dann werde ich runter gehen auf die normale Tagesdosis von etwa 10mg. Dann wäre eine Blutuntersuchung sicher interessant aber die schenke ich mir wohl. Hab keine Lust auf nen Ringkampf mit nem überkandidelten Internisten schon wieder

Selbst wenn du mal ein wenig viel hast weiss der Körper sich schon zu helfen... das wirst du bei der Eiseneinnahme schnell bemerken und musst auch nicht erschrecken wenn dein großes Geschäft plötzlich schwarz ist das ist bloß das Eisen

Mit dem Zink war ich auch etwas vorsichtig aber hab jetzt eigentlich keine Berührungsängste mehr mit diesen Ergänzungsmitteln.

Und ja bei mir ist es so das ich den ganzen Tag über Pillchen esse.... Morgens Thyroxin für die SD Mittags mein Biotin Nachmittags dann das Zink und zum guten Schluß dann mein Eisen.

Etwas Disziplin gehört schon dazu..... aber niemand sagte mir das es leicht werden würde

Einfach weitermachen.. Schaden tut es sicher nicht dem Körper das zu geben was er braucht. Ob es nun für die Haare ist oder einfach bloß so.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Wed, 12 Dec 2012 16:33:19 GMT

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

So wie fellow das beschreibt, isses sinnvoll

Eisenmangel ist übrigens ein Hauptverursacher von Haarausfall und diversen anderen Beschwerden. Ärzte wollen davon oft nix wissen und haben bloß die mögliche Überdosierung im Auge ... was kompletter Schwachsinn ist, wenn man an der unteren Normgrenze rumdümpelt. Die meines Erachtens übrigens eh viel zu niedrig ist, mit nem Wert von 2X kanns einem eigentlich nur mies gehen. Aber mir hat letztlich erst ne Ärztin gesagt "iiiich hab auch nur 2X Eisen und mir geht's blendend!"

Die Pille ist übrigens ein klassischer Eisen- und andere Mineralstoffe-Räuber!

Genau, Eisen und Zink nie gleichzeitig, eins hemmt die Aufnahme des anderen. Wer Eisen oral nicht verträgt, kann auch Infusionen bekommen. Ich krieg grad welche und vertrage sie bestens. Aber es ist seeeeehr schwierig, einen Arzt zu finden, der das bei normniedrigen Werten macht.

Und dein TSH ist zu hoch! Ok, nicht wirklich ZU hoch, aber schon an der oberen Kante. Die Labor-Obergrenze von 4 ist alt, moderne Mediziner gehen davon aus, dass bei schilddrüsengesunden Menschen der Wert nicht über 2 oder höchstens 2,5 liegt (nicht mit deinem Arzt darüber diskutieren - viele werden dann bloß aggressiv Such dir lieber nen anderen Arzt!).

Die freien Werte sehen zwar gut aus, aber es kann eben sein, dass die Schilddrüse schon richtig schuften muss, um sie zu produzieren (siehe hoher TSH). Ich würde mir einen Arzt suchen, der sich mit der Schilddrüse auskennt (z.B. hier: www.top-docs.de) und ne vollständige, aktuelle Diagnostik machen lassen: TSH, ft3, ft4, Antikörper, Ultraschall.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Wed, 12 Dec 2012 16:58:42 GMT

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

Richtig..ausserdem ist es ja dann auch noch eine Frage der Kostenübernahme wenn der Normwert so angesetzt wäre das er passen würde.

Ich hab es mal so gelesen das bei einem Wert von weniger als 50 schon ein Mangel besteht. ab einem Wert von unter 15 ist schon nichts mehr übrig ist was das nötigste decken könnte. Dann hat der Körper schon sämtliche ressourcen ausgeschöpft.

Wenn dies so wäre müssten die Kassen die Medis ja übernehmen da es krankhaft ist und nicht "bloß" ein Mangel Und da dieser Eisenmangel eine typische Frauenkrankheit ist wären die Kassen arm dran wenn sie für so viele erstmal ne Runde Eisen spendieren müssten.

Also das Hautproblem kann ich allerdings beim Biotin nicht feststellen. Im Gegenteil seit knapp zwei Wochen futter ich nun Zink und Biotin und ich merk das meine Haut eher schön weich wird

Hehe... ja lass dich von den Ärzten nicht ärgern..und nicht verunsichern die kriegen gerne Haare auf den Zähnen.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [möchtegernrapunzel](#) on Wed, 12 Dec 2012 18:54:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Zuckerwatte,

ich schließe mich den anderen an. Eisenwert viel zu niedrig, TSH-Wert an der obersten Grenze. Wenn du eine Unterfunktion hast, kann das mit Eisenmangel, Vitamin B12-Mangel und sämtlichen anderen Mängeln einhergehen. Schade, dass du erst einen Termin im März hast. Allerdings solltest du sofort anfangen, zusätzliche Vitamine zu nehmen. Hier meine Empfehlungen:

Eisen => ich nehme Ferro Sanol duodenal und zwar nur abends vor dem Schlafengehen - hab es ein paar mal mittags probiert, aber absolut nicht vertragen - als man meinen Eisenmangel festgestellt hat, krepelte er bei 5 rum. Die Ärztin hat mich gefragt, wie ich noch laufen kann und wollte mich sofort ins Krankenhaus stecken. Tatsächlich fühlte ich mich wie eine 80jährige (mit 29). Ich bin der Meinung, dass dieser Mangel auch meinen Haarausfall verursacht hat und vielleicht auch die Unterfunktion? Wer weiß ... Auf jeden Fall habe ich den Mangel mit den Ferro Sanol gut in den Griff bekommen.

B12 => geht auch mit Eisenmangel Hand in Hand. Am besten Injektionsampullen kaufen und alle 4 Wochen beim Arzt spritzen lassen (keine Angst, das machen die ohne Einwände). B12 ist auch super gut für die Nerven. Ich merke es meistens sofort nach der Injektion.

Zink => Nehme ich früh vor dem Frühstück und zwar das von Alsiroyal (mit Vit. C und Histidin). Ich glaube, das Histidin ist entscheidend dabei. Gibt es in der Kombination auch in der Apotheke.

Ansonsten solltest du auf Fertigprodukte und prophylaktisch auf Jodsalz verzichten.

Verwöhne deinen Körper mit Vitaminen und Mineralien, d.h. VIEL Gemüse, Nüsse und Obst (auch Trockenobst wie z.B. Aprikosen). Wenn du wirklich eine Unterfunktion hast, wird er es dir danken.

Liebe Grüße
mgr

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [fellow](#) on Wed, 12 Dec 2012 19:25:52 GMT

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

Es ist zwar etwas mühsam aber du wirst dich sicher etwas einlesen müssen. Was deine Ernährung angeht. Welche Lebensmittel gut sind und welche du lieber meiden solltest. Ergänz das einfach so gut wie Du kannst. Aber verbiete Dir nicht alles und jedes. Das macht nur Frust. Futter dir Ruhig mal n Burger wenn dir danach ist
Und alles optimal hin zu bekommen wenn mehrere Baustellen vorhanden sind ist sowieso schwer.
Das merkt man allein ja schon daran das sich manche dinge gegenseitig hemmen.

Das Histidin meine ich.... ist gut bei der Aufnahme und pusht das ganze ein wenig.

Und bloß nicht auf Fleisch verzichten bei Eisenmangel

Ich versteh nicht wieso der Arzt der die Werte genommen hat nicht schon begonnen hat mit der SD was zu machen. Bei Symptomen sollte auch ein grenzwertiger TSH ja eigentlich behandelt werden man hätte ja ganz sachte mal was probieren können da eine Einstellung sowieso langsam erfolgen sollte.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Binne](#) on Wed, 12 Dec 2012 19:31:21 GMT

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

Wenn ich mich mal einklinken darf bei den Nem's

ZINK wird am Besten vom Körper ABENDS aufgenommen, viele Ärzte empfehlen die Uhrzeit von 17-20 Uhr....

von daher wäre es fast sinnvoll (für alle Eisenabendeinnehmer) Zink und Eisen im täglichen Wechsel zu nehmen!

LG!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Wed, 12 Dec 2012 19:32:01 GMT

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

fellow schrieb am Wed, 12 December 2012 20:25

Ich versteh nicht wieso der Arzt der die Werte genommen hat nicht schon begonnen hat mit der SD was zu machen. Bei Symptomen sollte auch ein grenzwertiger TSH ja eigentlich behandelt werden man hätte ja ganz sachte mal was probieren können da eine Einstellung sowieso langsam erfolgen sollte.

Laut Labor ist der TSH ja nicht grenzwertig

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Wed, 12 Dec 2012 20:00:32 GMT

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

danke für den Tip Binne. aber ungeduldige und oder Verzweifelte wollen ja jeden Tag dem Speicher was gutes tun Wen stört die Uhr? Wenn Haare wie Sekunden rieseln Ist ein super Tip wirklich... da ich aber nur ne halbe schaffe am Tag möcht ich ungern einen Tag verzichten in der Zeit wo ichs nehme. Halte ja schon Zwangspausen ab damit meine Verdauung nicht komplett verrückt spielt.

Ja...das kommt aufs Labor an. Und gute Ärzte wie gesagt behandeln ja auch bei einem Wert über 2,5 wenn Symptome da sind. es ist mies mit der Schilddrüse. Ich gehe damit ja jetzt auch meine eigenen Wege. Habe mir da auch gleich mal ein neues Motto zugelegt: Ärzte helfen mir nicht...Ärzte untersuchen nur. Von der Wechseldosis lasse ich auch schön meine Finger. Ich hab mich jetzt mit dem Thyrox einfach von 75mg auf 62,5mg runterdosiert. Komischerweise flauen jetzt die Symptome auch langsam wieder ab Naja wen wundert das T4 war ja zu 100% voll. Aber das auch noch mal zu dem Thema das die freien Werte nicht wichtig sind.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Wed, 12 Dec 2012 23:02:48 GMT

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

fellow schrieb am Wed, 12 December 2012 21:00 Und gute Ärzte wie gesagt behandeln ja auch bei einem Wert über 2,5 wenn Symptome da sind.

Agree! Aber diese guten Ärzte arbeiten meistens eben auch mit einem Labor zusammen, wo die Norm bis 2,5 geht. Ich hab noch nie einen erlebt, der die Norm-Obergrenze "seines" Labors in Frage gestellt hätte.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Thu, 13 Dec 2012 09:38:58 GMT

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

Also mein Gyn arbeitet mit nem Labor die auch den 4.0 Obergrenze haben. Aber bei meinem TSH bei Feststellung 4,62 konnte man ja nicht mehr vorbei schauen aber daher dann auch auffällig das der TSH unter Behandlung aber zurück um die knappe 1 gedrückt wird sehr misteriös das ganze wenn man mich fragt

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Tanjah](#) on Thu, 13 Dec 2012 09:50:38 GMT

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

Hallo zusammen,

wg. dem Eisen wollte ich auch noch was sagen...

ich bin Fan von Eiseninfusionen. Bis man den Eisenspeicher mit Tabletten aufgefüllt hat, kann das sehr lange dauern. Ich würde an deiner Stelle, Zuckerwatte, mir Infusionen geben lassen. Der Eisenspeicher sollte laut meiner Gyn bei Haarproblemen bei 100 liegen. Ich hatte immer 5 Infusionen bis es wieder gut war.

Danach fühlst du dich auch nicht mehr so müde und infektauffällig. Zahlt zwar die Kasse nicht, aber habt mir einfach gegönnt und nicht bereut. Würde es immer wieder machen.

Ig

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 13 Dec 2012 09:59:37 GMT

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

Ferro Sanol duodenal haben bei mir wunderbar den Ferritinwert erhöht. Im Oktober lag er bei 103. Zink nehme ich jetzt auch zusätzlich, aber ich vergess es so oft, obwohl es im Bad steht. Ich werde dann Eisen auf morgens und Zink auf abends verlegen.

Seitdem mein Eisenwert ok ist, wachsen Haare nach, die auch dran bleiben. Viele von den nachwachsenden fallen wieder aus, aber einige schaffen es und sind nun dicker und fest. Allgemein hat sich der Zustand dadurch aber noch nicht wirklich verbessert, aber mehr als Abwarten geht nicht.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Binne](#) on Thu, 13 Dec 2012 13:05:20 GMT

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

... ohne nun ein Spielverderber zu sein... ich habe mir im Frühjahr auch mehrere Eiseninfusionen geben lassen, der Wert stieg auf über 200... Haare fielen weiter aus.. mittlerweile denke ich, dass die Hauptursache für HA wirklich bei den Hormonen liegt...

Trotzdem tut natürlich ein gut gefüllter Eisenspeicher gut

LG!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Jolina](#) on Thu, 13 Dec 2012 13:22:08 GMT

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

Hallo,

ja Binne.

War bei mir ähnlich.

Hab jahrelang "gutes" Zink, Biotin und seid einem Jahr auch Eisen geschluckt, da der Wert bei 39 war (referenz 35 - 150).

Haare riesellten weiter, bzw. wurden immer dünner.

ALLERDINGS war ich nicht mehr so lange erkältet, das heisst, statt 1-2 Wochen waren es immer nur so drei bis vier Tage.

Bronchitis oder schlimmeres hatte ich seit einem Jahrzehnt nicht mehr. Ist ja auch ganz positiv.

Jolina

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [möchtegernrapunzel](#) on Thu, 13 Dec 2012 17:45:50 GMT

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

Binne schrieb am Wed, 12 December 2012 20:31 Wenn ich mich mal einklinken darf bei den Nem's

ZINK wird am Besten vom Körper ABENDS aufgenommen, viele Ärzte empfehlen die Uhrzeit von 17-20 Uhr....

LG!

Das würde erklären, warum ich letztes Jahr fast gar nicht erkältet war. Da habe ich Zink immer abends genommen und wenn was im Anflug war, gleich 2 Kapseln. Hat sehr gut gewirkt. Habe mich schon gewundert, dass ich diesen Winter gar keine Wirkung merke (bin ständig erkältet). Ergo, ab jetzt wieder Zink abends - im Wechsel mit Eisen.

Liebe Grüße

mgr

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 13 Dec 2012 18:28:59 GMT

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

Man sagt, mit Zink heilen Wunden besser und eine Erkältung verkürzt sich durch Zink um einen Tag.

Ig

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 09 Jan 2013 18:41:07 GMT

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

Huhu,

also heute hab endlich meine neuen Bluttestergebnisse. Diesmal beim Hausarzt machen lassen. Wie erwartet sind alle Werte noch schlechter geworden...

Hier nochmal die von Januar 2012:

freies T4 12.2 pmol/L (Sollwert: 9.14 - 18.1)
freies T3 7.17 pmol/L (Sollwert: 3.4 - 7.7)
TSH 2.16 uU/mL (Sollwert: 0.3 - 4)
Anti-TPO 10.5 U/mL (Sollwert: 0 - 35)
Ferritin 22.7 ng/mL (Sollwert: 5 - 148)

Und jetzt aktuell, Januar 2013:

freies T4 10.7 pmol/L (Sollwert: 9.3 - 17.0)
freies T3 3.4 pmol/L (Sollwert: 2.0 - 4.4)
TSH 3,910 uU/mL (Sollwert: 0.270 - 4.200)
Anti-TPO diesmal nicht gemacht
Ferritin 17 ng/mL (Sollwert: 15 - 150)

Man sieht auch dass die Sollwerte in dem Labor von jetzt etwas anders sind... Mein Hausarzt hat GAR NICHTS zu den Werten gesagt für ihn waren die normal. Erst als ich nachgefragt hab wie der Ferritin Wert ist hat er mir das überhaupt gesagt. Und erst DARAUF meinte er ja, is nich so gut der Wert, aber NOCH ist es ja keine Anämie deshalb DARF ich Ihnen nichts verschreiben, aber ich rate Ihnen nicht zu warten, gehen Sie am besten gleich in die Apotheke und lassen sich beraten, dass Sie Eisentabletten nehmen...

Ich muss dazu noch sagen ich habe seit einigen Wochen wahnsinnige Magen-Darm Beschwerden, was auch ein Grund war wieso ich beim Arzt war, mal abgesehen wegen dem Ferritin und so. Im Blut konnte man auch direkt ne Entzündung feststellen und er hat mir eine Überweisung für eine Darmspiegelung gegeben... Jetzt habe ich mir in der Apotheke, weil er ja gesagt hat ich soll, Eisentabletten geholt und ich hab extra gefragt ob es ok ist mit meinen Magen-Darm Beschwerden, sie meinte ja. Im Beipackzettel stehen aber Magen-Darm Beschwerden als sehr häufige Nebenwirkung und da steht wenn man eh schon Beschwerden hat soll man die Tabletten nicht nehmen. Im Internet hab ich dann sooo viel gefunden zu diesen Magen-Darm Beschwerden durch die Eisentabletten, scheint ja bei FAST jedem vorzukommen. Jetzt bin ich total unsicher ob die Tabletten überhaupt nehmen soll, wo ich wie gesagt eh schon voll die Beschwerden habe... Und find's echt scheiße dass der Arzt mir einfach dazu rät??

Die Tabletten sind übrigens ferro sandol duodenal... Weiß jetzt gar nicht was ich machen soll. Ich wär fast dafür die Darmspiegelung abzuwarten und erst dann die Tabletten zu probieren, aber wer weiß wie lang das jetzt wieder dauert, bestimmt wieder einen Monat mindestens. Und ich fühl mich so unglaublich schlecht wegen dem Eisenmangel. Ich komm kaum noch aus dem Bett morgens, ich hab für gar nichts mehr Kraft...

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 09 Jan 2013 19:09:03 GMT

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

Hast du auch Hormonwerte der Sexualhormone ????

Lg sun

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Ataba](#) on Wed, 09 Jan 2013 19:11:48 GMT

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

Auf alle Fälle musst du deinen TSH und den ferritin in Angriff nehmen.

De alten labornormwerte sind umstritten. Wer sich heute auskennt, nimmt als Obergrenze 2,5. aber ob 2,5 oder 4,5 Obergrenze..... Dein TSH ist inakzeptabel. Ganz einfach.

Mit ferro sanol wirst du den ferritin nicht hochbekommen. Mein ferritin lag damals bei 34. nach 3 Monaten ferrosanol hochdosiert war ich bei 37. hahaha.....

Dann hat mir die Ärztin Infusionen verschrieben und dann hat's geklappt. Zusätzlich mit einer Vitamin c reichen Ernährung. Das hilft zur besseren Aufnahme des Eisen.

Meine Ärztin sagte damals, eisentabletten darf sie nicht verschreiben. Infusionen schon.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Wed, 09 Jan 2013 19:21:24 GMT

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

Zuckerwatte schrieb am Wed, 09 January 2013 19:41 Und ich fühl mich so unglaublich schlecht wegen dem Eisenmangel. Ich komm kaum noch aus dem Bett morgens, ich hab für gar nichts mehr Kraft...

DAS kann übrigens genauso gut von der Schilddrüse kommen. Wäre bei deinem TSH echt kein Wunder - du bist bereits in der Unterfunktion!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [sunflower3](#) on Wed, 09 Jan 2013 19:21:33 GMT

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

Gebe Ataba recht Eisen und Schilddrüse sind wichtig damit du keinzusätzliches Effluvium gibt...

Aber so atrk wie es bei dir ist erinnert es an meinen Ausfall.... unter der Pille waren Werte gut aber in den Zellen wütet oft AGA weiter...

Ich weiß viele glauben nicht an AGA -- Ich schon , denn ich denke das es durch ein Hormonungleichgewicht ausgelöst wird.
Es wirkt auf Enzyme , vermehrte Talpruduktion und Mikro Entzündung auf dem Kopf durch angegriffene Haarwurzeln.
Ich habe oft so rote Pünktchen auf der Kopfhaut und da sieht man schon wie es entzündet ist.

auch scheint es bei dir nicht "nur" vorne zu sein sonder auch wie bei mir überall.
Hast du auch mal ein Trichoscan gemacht wieviel % zu Telogene Haare hast???

sun

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [lockentraum](#) **on** **Wed, 09 Jan 2013 19:32:28 GMT**

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

Hallo Zuckerwatte,
ich finde auch, dass der TSH runter muss. Hattest du schon einen Ultraschall der Schilddrüse und Antikörperbestimmung?
Dein Ferritin ist zu niedrig, das muss hoch. Deine Ausgangslage ist so ähnlich wie meine vor Beginn des Haarausfalls, nur waren meine Werte noch schlechter (TSH 7,8 und Ferritin 9). Ich bekam dann auch erstmal Eisentabletten (Tardyferon) und sollte zwei am Tag nehmen. Der Eisenwert ging nur sehr langsam hoch, aber ich bekam Verstopfung vom Feinsten. Also wenn du eh schon Darmprobleme hast, wäre ich vorsichtig. Vielleicht bekommst du ja Infusionen verschrieben, wenn nicht, kannst du es vielleicht erstmal mit Kräuterblut versuchen, das habe ich gut vertragen, es hat jedoch nicht gereicht.
Ich wünsche dir alles Gute
Lockentraum

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) **on** **Wed, 09 Jan 2013 20:36:39 GMT**

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

sunflower3 schrieb am **Wed, 09 January 2013 20:09** Hast du auch Hormonwerte der Sexualhormone ????
Lg sun

Nein leider nicht, das war ja beim Hausarzt der Test, der untersucht das nicht. Hab erst für März den Termin beim Endokrinologen, der macht dann die Sexualhormone, oder?? Oder doch nur der Frauenarzt?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) **on** **Wed, 09 Jan 2013 20:43:53 GMT**

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

Cora schrieb am Wed, 09 January 2013 20:21Zuckerwatte schrieb am Wed, 09 January 2013 19:41 Und ich fühl mich so unglaublich schlecht wegen dem Eisenmangel. Ich komm kaum noch aus dem Bett morgens, ich hab für gar nichts mehr Kraft...

DAS kann übrigens genauso gut von der Schilddrüse kommen. Wäre bei deinem TSH echt kein Wunder - du bist bereits in der Unterfunktion!

Das ist etwas was ich immer nicht verstehe... Die sehen die Werte doch, haben sie schwarz auf weiß vor sich liegen, kennen die Beschwerden... Und sagen trotzdem NICHTS!! -- Das macht mich so wütend! Ich hab grad mal die Symptome einer Schilddrüsenunterfunktion gegooglet... Ja, das trifft so ziemlich alles zu...

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 09 Jan 2013 20:47:18 GMT

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

lockentraum schrieb am Wed, 09 January 2013 20:32Hallo Zuckerwatte,
ich finde auch, dass der TSH runter muss. Hattest du schon einen Ultraschall der Schilddrüse und Antikörperbestimmung?
Lockentraum

Letztes Jahr hatte ich einen Ultraschall der Schilddrüse, aber keine Antikörperbestimmung. Im Ultraschall stand folgendes:

Das Volumen des rechten Lappens beträgt 5,7 ml und des linken 5,8 ml. Die Echotextur ist isoreflexiv und homogen. Beurteilung: Schilddrüsenvolumen 11,5 ml (normal bis 18 ml).

Weiß nicht was das alles heißt, aber er meinte auch damals Schilddrüse is ok und ich hab mir nie wieder Gedanken darüber gemacht.

Danke für den Tipp mit dem Kräuterblut, wenn das so gut verträglich ist versuch ich das erstmal, bis ich hoffentlich Infusionen bekomme. Macht die denn der Hausarzt??

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 09 Jan 2013 20:50:56 GMT

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

Ataba schrieb am Wed, 09 January 2013 20:11Auf alle Fälle musst du deinen TSH und den ferritin in Angriff nehmen.

De alten labornormwerte sind umstritten. Wer sich heute auskennt, nimmt als Obergrenze 2,5.

aber ob 2,5 oder 4,5 Obergrenze..... Dein TSH ist inakzeptabel. Ganz einfach.

Mit ferro sanol wirst du den ferritin nicht hochbekommen. Mein ferritin lag damals bei 34. nach 3 Monaten ferrosanol hochdosiert war ich bei 37. hahaha.....

Dann hat mir die Ärztin Infusionen verschrieben und dann hat's geklappt. Zusätzlich mit einer Vitamin c reichen Ernährung. Das hilft zur besseren Aufnahme des Eisen.

Meine Ärztin sagte damals, eisentabletten darf sie nicht verschreiben. Infusionen schon.

Ach Infusionen dürfen sie verschreiben?? Wieso macht er das dann nicht, das versteh ich nicht -. Ich glaube ich werde die Tabletten nicht nehmen, aber nächste Woche wieder hin und sagen dass ich die ganz schlecht vertragen hab und absetzen musste und ihn um die Infusionen bitten. Hab gelesen die kosten 200 Euro?? Ganz schön viel, aber so lang es mir dann besser geht...

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Ataba](#) on Wed, 09 Jan 2013 20:59:13 GMT

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

Weil es Geld kostet. Deshalb macht er es nicht. Und weil er damit deine Haare retten soll. D bist ja nicht ernsthaft krank

Du musst sagen, dass du sooooooooooo müde bist. Du kannst nicht mehr arbeiten, hast schon Rüffel vom Chef bekommen weil du immer soooo müde bist. Oder such dir mal sonstige Anzeichen von nem Eisenmangel. Aber hält nix kosmetisches wie Haarausfall. Manche Ärzte kapieren das nicht wie schlimm das für uns ist

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 09 Jan 2013 21:16:56 GMT

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

Ataba schrieb am Wed, 09 January 2013 21:59Weil es Geld kostet. Deshalb macht er es nicht. Und weil er damit deine Haare retten soll. D bist ja nicht ernsthaft krank

Du musst sagen, dass du sooooooooooo müde bist. Du kannst nicht mehr arbeiten, hast schon Rüffel vom Chef bekommen weil du immer soooo müde bist. Oder such dir mal sonstige Anzeichen von nem Eisenmangel. Aber hält nix kosmetisches wie Haarausfall. Manche Ärzte kapieren das nicht wie schlimm das für uns ist

Aber ich wäre ja sogar bereit, das aus eigener Tasche zu zahlen! So lang es mir nur besser geht dann... Und es ist nicht mal gelogen dass es mir schlecht geht eben nicht nur wegen dem Haarausfall. Das ist natürlich auch sehr belastend. Aber ich bin ja WIRKLICH total müde und kraftlos. Ich schaff es kaum noch aus dem Bett. Ich habe keine Kraft mehr für nichts, selbst vom rumsitzen bin ich erschöpft. Ich kann mich nicht mehr konzentrieren, habe ständig Muskelschmerzen, friere dauernd ohne Grund, habe ständig eiskalte Hände, ständig schlechte Laune, manchmal bin ich regelrecht depressiv... Kurz, mir geht es wirklich beschissen... da muss ich gar nich schwindeln beim Arzt.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Wed, 09 Jan 2013 21:33:55 GMT

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

Schau dir die Referenzwerte vom Labor an - da ist die Obergrenze über 4, und so hat das auch dein Arzt gelernt - wenn der TSH drunter ist, ist alles ok.

Bloß ist diese Ansicht eben mittlerweile überholt. Und nicht jeder Arzt bildet sich auf dem Gebiet der Schilddrüse weiter ...

Manche behaupten auch, die Obergrenze von 2,5 wäre "neumodischer Unsinn", und viele Patienten ließen sich SD-Medis verschreiben, weil sie abnehmen wollen und zu faul sind, Sport zu treiben. Hab ich mir genau so schon anhören müssen

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [fellow](#) on Wed, 09 Jan 2013 22:10:41 GMT

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

Liebe Zuckerwatte

Genau so ging es mir auch als ich unbehandelt in der Unterfunktion war. Kraftlos, ich hab nur geschlafen. Diese Muskelschmerzen haben mich fertig gemacht. Ich wusste erst seitdem wo man alles Muskeln hat Ständig war ich am rumheulen und wusste nicht mal wieso. Nachdem ich dann Thyroxin eingenommen habe und Eisen anfing auf zu tanken wurde das schon viel besser. Ich denke die 2,5 er Grenze ist bei diesem Befinden genau das richtige und mit der 4er braucht mir gar keiner mehr kommen.

Bleib hartnäckig und wenn es nötig ist wechsel den Arzt bei mir hat es auch erst beim zweiten geklappt

Um mit dem Thyroxin abzunehmen muss man das aber richtig derbe rein ballern das man quasi in der "künstlich provozierten Überfunktion" ist. Und bei den begleitenden Symptomen überlegt sich das glaub ich jeder Diät-Spinner schnell anders Es ist grauenvoll. Ich war überdosiert und hatte alle Symptome wie als wenn ich gar kein Thyroxin nehmen würde.

Bei normaler Dosierung nimmt man nicht ab. Der Stoffwechsel läuft ja nur wieder normal schnell. Eventuelle Kilos die durch Unterfunktion hinzugekommen sind die gehen wieder ja... ist möglich. Kann aber auch Wasser sein und kein Fett

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Thu, 10 Jan 2013 12:26:31 GMT

Das musste miiir doch nicht erzählen

Tatsächlich läuft es meistens so ... unterfunktionierende Patientin mit Symptom = unerklärliche Gewichtszunahme (neben anderen natürlich) sitzt bei Dr. XY in der Sprechstunde und hört, dass es nicht an der Schilddrüse liegt - denn der TSH ist ja brav unter 4, ist ja nur 3,5, nee das ist keine Unterfunktion. Patientin: "Aber ich hab gehört es gibt modernere Normwerte, und dass meine Gewichtszunahme auch von der Unterfunktion kommen kann!"

Das erlebt Dr. XY 2 oder 3 mal und bildet sich daraufhin ein großartiges, empirisch belegtes Vorurteil anstatt einfach mal in aktuelle Forschungen zum Thema Schilddrüse zu schauen

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Ataba](#) on Thu, 10 Jan 2013 13:32:56 GMT

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

GE nau SO ist es Caro.

Ich war selbst beim hochgelobten Wohlfühl TSH von 1,0 nicht lebensfähig und noch absolut in der Unterfunktion.

Eine falsch oder nicht behandelte Unterfunktion ist ein TRAUMA !!! Ich bin seineszeit nach 10 Minuten Autofahren eingeschlafen

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Thu, 10 Jan 2013 13:40:20 GMT

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

Cora schrieb am Thu, 10 January 2013 13:26Das musste miiir doch nicht erzählen

Edit: das mit dem Reinballern und der Überfunktion mein ich. Nehme an, dieser teil deines Beitrags bezieht sich auf MEIN Geschreibsel.

Tatsächlich läuft es meistens so ... unterfunktionierende Patientin mit Symptom = unerklärliche Gewichtszunahme (neben anderen natürlich) sitzt bei Dr. XY in der Sprechstunde und hört, dass es nicht an der Schilddrüse liegt - denn der TSH ist ja brav unter 4, ist ja nur 3,5, nee das ist keine Unterfunktion. Patientin: "Aber ich hab gehört es gibt modernere Normwerte, und dass meine Gewichtszunahme auch von der Unterfunktion kommen kann!"

Das erlebt Dr. XY 2 oder 3 mal und bildet sich daraufhin ein großartiges, empirisch belegtes Vorurteil anstatt einfach mal in aktuelle Forschungen zum Thema Schilddrüse zu schauen

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [sunflower3](#) on Thu, 10 Jan 2013 17:15:48 GMT

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

habe auch massive Muskelschmerzen und bin müde....

hab auch noch nicht rausgefunden was es ist auch schwilkt abends mein hals zu und tut weh.

Leukos auch erhöht aber Schildi ist es nicht ab die zu oft untersucht und Ultraschall und Zntigramm der wert war nur einmal nicht so ok gerade bei 2,5 aber die restlichen mal dann niedriger.

Eisen nehme ich auch schon lange das ist es nicht.

Habe gemerkt das ich nach der Pille absetzen wenig Muskelschmerzen hatte aber der Rest war schxxxx.

naja bin ja auch ratlos...

hast du dich schon um Haarersatz schlau gemacht?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Thu, 10 Jan 2013 21:30:50 GMT

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

Also erst einmal möchte ich mich nochmal gaaanz herzlich bei euch bedanken!! Ohne euch wüsste ich bis heute nicht, was die Ursachen meiner Beschwerden sind! Die meisten Ärzte hierzulande reagieren nur noch, wenn man schon halb tot in der Notaufnahme landet... Traurig aber war. So war das vor ein paar Jahren bei meiner Mutter, sie hatte ständig schreckliche Schmerzen im Herzen und hat tatsächlich sogar einen Herzinfarkt gehabt. Es gehörte schon fast zur Tagesordnung dass wir sie ins Krankenhaus fahren mussten. Einen Weihnachtsabend musst ich wieder den Krankenwagen rufen... Und doch hatten wir aus verschiedenen Krankenhäusern und Kardiologiepraxen SCHWARZ AUF WEISS dass mit ihrem Herzen alles in Ordnung sei. Immer hieß es 'is wohl nur ne Speiseröhrenentzündung'. Ein mal musste ich den Notarzt rufen nachts weil's ihr wieder so schlecht ging und er hatte keine Lust mehr vorbeizukommen, weil's nicht das erste mal eben war... meinte ernsthaft zu mir sie soll sich nicht so haben und falls es am morgen immer noch so schlimm ist soll sie mal zum Hausarzt... So ging das über ein Jahr, bis es ihr wieder super schlecht ging. Mein Vater hat sie selber ins Krankenhaus gefahren, sie mussten dort fast eine Stunde warten bis sie dran kam und dass sie überhaupt dran kam lag nur daran dass mein Vater da laut wurde. Die meinten nämlich meine Mutter sähe doch gut aus, sie soll wieder nach Hause... Dann hatte sie endlich mal Glück und hat den Chefchirurgen erwischt, der bei ihr ein Angio gemacht hat um zu sehen was da los ist. Und genau als er da drin war in ihrem Herzen hatte sie einen weiteren Herzinfarkt, er konnte es live auf seinem Monitor sehn. Erst dann wurde ihr geholfen... Kaum zu glauben, oder?? Der Arzt war dann auch so geschockt, dass ihr so lange niemand geholfen hat, dass er meine Mutter

gebeten hat ihn auf seine Vorlesung zu begleiten damit sie über ihre Erfahrungen spricht. Sozusagen als Lehre für seine angehenden Studenten, dass sie niemals eine Krankheit ausschließen sollten, nur weil es nicht genauso wie in ihren Büchern abläuft von den Symptomen etc... Sollten sich mehr Ärzte zu Herzen nehmen sowas...

Habt ihr vielleicht einen Tipp, was ich bezüglich der Schilddrüse machen kann? Ich hab im März den Termin beim Endokrinologen, das ist ja noch ne Weile hin... Und ich bin mir fast sicher er wird NICHTS dagegen tun, weil der Wert NOCH in seinem Normbereich ist...

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Thu, 10 Jan 2013 21:37:43 GMT

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

sunflower3 schrieb am Thu, 10 January 2013 18:15 habe auch massive Muskelschmerzen und bin müde....

hab auch noch nicht rausgefunden was es ist auch schwilkt abends mein hals zu und tut weh. Leukos auch erhöht aber Schildi ist es nicht ab die zu oft untersucht und Ultraschall und Zntigramm der wert war nur einmal nicht so ok gerade bei 2,5 aber die restlichen mal dann niedriger.

Eisen nehme ich auch schon lange das ist es nicht.

Habe gemerkt das ich nach der Pille absetzen wenig Muskelschmerzen hatte aber der Rest war schxxxx.

naja bin ja auch ratlos...

hast du dich schon um Haarersatz schlau gemacht?

Das tut mir Leid mit deinen Schmerzen Ich bin auch total ratlos. Man fühlt sich doch eh schon so schlecht und es kostet so viel Kraft und Überwindung Ärzte aufzusuchen... Und dann wird man einfach wieder weggeschickt ohne dass einem geholfen wird

Ja hab mich über Haarersatz schlau gemacht... Ich bin so unsicher mit Haarteilen... Ich habe da ganz große Angst dass Leute sehen können es ist nicht echt, das wäre mir super peinlich... Und soweit ich das richtig gelesen habe muss man sich ja auch immer wieder neue Haarteile kaufen? Und alle paar Wochen für fast 100 Euro nachziehen lassen in speziellen Friseursalons? Das könnte ich mir auf Dauer gar nicht leisten... Ich denke über Schütthaar nach, das würde ich wirklich gern mal ausprobieren, aber da gibt es ja auch sooo eine riesen Auswahl, hätt ich nie gedacht

Könnt ihr mir eine bestimmte Marke empfehlen bei Schütthaar? Und vor allem einen guten, vertrauenswürdigen Onlineshop dafür?? Oder sollte ich am besten dafür gleich nochmal nen neuen thread aufmachen?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [lockentraum](#) on Fri, 11 Jan 2013 06:13:36 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,
ich war mit meiner SD noch nie beim Endo, bis jetzt bin ich mit der Behandlung meines Hausarztes ganz zufrieden. Der hat zwar auch ein Labor mit der Obergrenze 4,2 für den TSH, aber immerhin ist der Bereich zwischen 2,5 und 4,2 als Graubereich angegeben. Als mein TSH bei der vorletzten Kontrolle bei 2,2 lag, hat er die Dosis dennoch leicht erhöht. Vielleicht könntest du dich ja auch mal nach einem anderen Hausarzt umschauen, wenn es dir bis zu deinen Endetermin noch zu lang ist und hoffen, dass der dich jetzt schon behandelt.
Dann wollte ich dir noch was zum Haarteil sagen. Diese monatlichen Kosten von knapp unter 100 Euro fallen nur bei den permanent befestigten Haarteilen an, weil die ja mit den eigenen Haaren rauswachsen und dann wackeln. Ich habe eins, dass mit Clipsen befestigt ist. Es ist aus Echthaar, mittellang und hat Locken. Es hat 1200 Euro gekostet, davon hat die Krankenkasse 800 Euro übernommen und es soll zwei Jahre halten. Dann übernimmt die KK auch wieder diesen Anteil. Von daher halten sich die Kosten eigentlich im Rahmen und für meinen Seelenfrieden war es mir das allemal wert.
Liebe Grüße Lockentraum

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 11 Jan 2013 16:09:08 GMT

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

lockentraum schrieb am Fri, 11 January 2013 07:13 Hallo Zuckerwatte,
ich war mit meiner SD noch nie beim Endo, bis jetzt bin ich mit der Behandlung meines Hausarztes ganz zufrieden. Der hat zwar auch ein Labor mit der Obergrenze 4,2 für den TSH, aber immerhin ist der Bereich zwischen 2,5 und 4,2 als Graubereich angegeben. Als mein TSH bei der vorletzten Kontrolle bei 2,2 lag, hat er die Dosis dennoch leicht erhöht. Vielleicht könntest du dich ja auch mal nach einem anderen Hausarzt umschauen, wenn es dir bis zu deinen Endetermin noch zu lang ist und hoffen, dass der dich jetzt schon behandelt.

Ohhh ok ich wusste gar nicht dass die Behandlung auch über den Hausarzt laufen kann! Wenn ich's schaffe da nächste Woche vorbeizugehen (geht immer nur mit Termin wenn man mit dem Arzt reden will und das geht manchmal nicht so schnell) dann werd ich ihn nicht nur auf das Eisen sondern auch auf die Schilddrüse ansprechen! Wenn er sich echt ganz stor stellt versuch ich es wie du vorgeschlagen hast einfach bei einem anderen Hausarzt... Irgendwann muss sich doch einer finden lassen der bereit ist einen zu behandeln! Ich geb die Hoffnung nicht auf.

Zitat:Dann wollte ich dir noch was zum Haarteil sagen. Diese monatlichen Kosten von knapp unter 100 Euro fallen nur bei den permanent befestigten Haarteilen an, weil die ja mit den eigenen Haaren rauswachsen und dann wackeln. Ich habe eins, dass mit Clipsen befestigt ist. Es ist aus Echthaar, mittellang und hat Locken. Es hat 1200 Euro gekostet, davon hat die Krankenkasse 800 Euro übernommen und es soll zwei Jahre halten. Dann übernimmt die KK auch wieder diesen Anteil. Von daher halten sich die Kosten eigentlich im Rahmen und für meinen Seelenfrieden war es mir das allemal wert.)

Oh wow, dass die Krankenkasse so viel davon übernimmt war mir gar nicht klar. Auch noch Echthaar, das ist ja super! Kriegst du das gut hin mit den Clipsen? Ich hab Sorge dass ich das nicht hinkriegen würde und man die Clips im Haar sieht! Und gerade an meiner Fronst ist es ja besonders schlimm, sieht man da den Übergang nicht..? Wenn es wirklich zwei Jahre hält

wären das nur 200 Euro im Jahr Eigenanteil, da hast du absolut Recht, dass sich die Kosten im Rahmen halten!

Edit:

Ach, vergessen zu Fragen... Also das Rezept für das Haarteil kriegt man ja sicherlich beim Hautarzt, oder? Aber wo geht man dann mit dem Rezept hin? Sicherlich nicht zu nem normalen Friseur..?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [lockentraum](#) on Fri, 11 Jan 2013 17:16:42 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,

das mit den Clipsen ist echt easy, das Teil aufsetzen, viermal Klack-Klack, ein bißchen schütteln und Schaum rein und fertig, das dauert zwei Minuten. Das ging echt von Anfang an so einfach.

Mein Rezept war vom Hausarzt, Hautarzt geht aber natürlich auch. Es muss die genaue Diagnose draufstehen (bei mir AGA) und dass es Echthaar sein soll (wenn du das willst). Du kannst das dann selbst zur KK schicken, oder so ich, ich habs zum Zweithaarstudio mitgenommen und die haben dann alles abgewickelt. Die Bewilligung dauerte etwa eine Woche. Ich glaube, der Anteil, der übernommen wird, schwankt von Kasse zu Kasse, es gibt auch welche, die bewilligen jedes Jahr, dann aber natürlich weniger. Ich glaube, meine Kasse ist recht großzügig.

Alles Liebe Lockentraum

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 11 Jan 2013 18:49:04 GMT

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

lockentraum schrieb am Fri, 11 January 2013 18:16 Hallo Zuckerwatte,
das mit den Clipsen ist echt easy, das Teil aufsetzen, viermal Klack-Klack, ein bißchen schütteln und Schaum rein und fertig, das dauert zwei Minuten. Das ging echt von Anfang an so einfach.

Mein Rezept war vom Hausarzt, Hautarzt geht aber natürlich auch. Es muss die genaue Diagnose draufstehen (bei mir AGA) und dass es Echthaar sein soll (wenn du das willst). Du kannst das dann selbst zur KK schicken, oder so ich, ich habs zum Zweithaarstudio mitgenommen und die haben dann alles abgewickelt. Die Bewilligung dauerte etwa eine Woche. Ich glaube, der Anteil, der übernommen wird, schwankt von Kasse zu Kasse, es gibt auch welche, die bewilligen jedes Jahr, dann aber natürlich weniger. Ich glaube, meine Kasse ist recht großzügig.

Alles Liebe Lockentraum

Das hört sich doch schon mal gut an! Darf ich fragen bei welcher Krankenkasse du bist? Ich bin bei der KKH, ich musste bis jetzt nie groß was in Anspruch nehmen, aber meine Eltern sind da

auch und die haben schon sehr viele Sachen bewilligt bekommen, die andere bei anderen Krankenkassen nicht bewilligt bekommen haben... Das stimmt mich etwas hoffnungsvoll. Werde mich mal nach so einem Zweithaarstudio in meiner Nähe umschauen. Die beraten einen ja sicher auch, was für ein Haarteil für einen am besten geeignet ist.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 11 Jan 2013 21:02:10 GMT

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

Also ich habe jetzt mal was in meiner Nähe gefunden zum Thema Zweithaarstudio... Aber wenn ich mir die Fotos da auf der Website angucke... Das sieht doch schrecklich unnatürlich aus!!
Bitte sagt mir dass das nur in dem Salon so ist...

<http://www.peruecken-berlin.de/wir.htm>

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Fidentia-Hair](#) on Thu, 14 Feb 2013 16:54:25 GMT

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

[quote title=Zuckerwatte schrieb am Thu, 10 January 2013 22:37]sunflower3 schrieb am Thu, 10 January 2013 18:15 Ich denke über Schütthaar nach, das würde ich wirklich gern mal ausprobieren, aber da gibt es ja auch sooo eine riesen Auswahl, hätt ich nie gedacht

Könnt ihr mir eine bestimmte Marke empfehlen bei Schütthaar? Und vor allem einen guten, vertrauenswürdigen Onlineshop dafür?? Oder sollte ich am besten dafür gleich nochmal einen neuen thread aufmachen?

Dir dürfte dieser Thread helfen:

<http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/mv/msg/3275/0/>

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [samy00](#) on Tue, 26 Feb 2013 13:47:17 GMT

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

Liebe Zuckerwatte

also ich bin jetzt 24 und habe auch erblich bedingten Haarausfall und das auch anscheinend schon seit der Pubertät zum Glück ist es bei mir noch ein ganz frühes Stadium, so das dieser auch schwer fest zu stellen ist und ich bei vielen Hautärzten war der eine sagt so der andere so. Das hat mich wirklich frustriert denn so wie mein Haar jetzt aussieht sah es schon mit 14 aus damals habe ich auch die Diane 35 genommen weil ein Männliches Hormon erhöht war. Es hat sich also äußerlich nix verändert das Haar war schon immer etwas dünner vorne als

hinten allerdings für andere anscheinend nicht wirklich Sichtbar.

Jetzt habe ich aber anscheinend wieder einen Schub deswegen fange ich wieder an mit der Diane 35 hatte sie nach drei Jahren abgesetzt. Ich war so frustriert denn bei meinem Bluttest kam nichts bei raus alles soweit ok und die Hautärzte haben mich irgendwie auch nicht ernst genommen.

Ich bin also heute ins Haarzentrum Berlin da sind Spezialisten und es werden Studien durchgeführt.

ich habe endlich Klarheit es ist erblich bedingt allerdings erstes Stadium und das einzige was man machen kann ist Regaine Lösung 2 % zwei mal am Tag auf die Kopfhaut und nach einem halben Jahr sieht man erst Ergebnisse. Es ist bislang das einzige das erwiesen hilft. Ich mache zur Sicherheit aber erstmal ein Trichogramm um 100% sagen zu können ob es erblich ist wenn ja fange ich mit Regaine an. Das Trichogramm würde ich dir auch empfehlen bevor du noch länger rum rätselst.

Ich kann dich total verstehen ich bin schon fix und fertig obwohl es bei mir nicht mal richtig sichtbar ist ich habe nur einen etwas breiteren Scheitel.

Aber Kopf hoch die Spezialistin meinte zu mir die arbeiten jeden Tag an neuen Mittelchen und haben bereits was Neues und wenns gut läuft ist dieses schon in 2 Jahren auf den Markt.

Erstmal würde ich wirklich abklären was es genau ist das Trichogramm denke ich kann da weiter helfen. Bei dir ist es ja wirklich schon weit fortgeschritten und das belastet ja auch die Psyche versucht doch mal über deine Krankenkasse einen Haarteil finanziert zu bekommen es gibt wirklich gute Sachen, das ist natürlich keine Lösung aber es hilft dir bestimmt dich etwas besser zu fühlen. Ich drücke dir die Daumen

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Tue, 26 Feb 2013 13:58:03 GMT

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

Hallo samy00, kurze Zwischenfrage...

Darf ich fragen bei welchem Haarzentrum in Berlin Du warst? Denn ich komme auch aus Berlin. Meinst du die Charité?

Ich war bei einem auf HA spezialisierten Dermatologen, der mir im I-net empfohlen wurde und der auch Androloge ist und in der Charité arbeitet. Auch dieser konnte und hat nur einen prüfenden Blick auf meinen Oberkopf geworfen und dann AGA "diagnostiziert"

Zitat: Ich mache zur Sicherheit aber erstmal ein Trichogramm um 100% sagen zu können ob es erblich ist wenn ja fange ich mit Regaine an

Wie kann man denn durch ein Trichogramm feststellen, ob man erblich bedingten HA hat?

Ich hatte auch eines und meiner Meinung nach kann eine AGA nicht durch ein Trichogramm sicher diagnostiziert werden, sondern lediglich z.B. einen Eisenmangel erkennen oder eben die Anagen- und Telogenrate der Haare.

LG
Cornelia

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [samy00](#) on Tue, 26 Feb 2013 14:09:35 GMT

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

Beim erblich bedingen HA werden die Ruhephasen länger und die Wachstumsphasen kürzer und das sieht man dann wohl beim Tichogramm laut meinem Arzt zumindest

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Tue, 26 Feb 2013 14:13:28 GMT

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

Hmm, das höre ich zum ersten Mal.

Hier haben nämlich viele User (mich eingeschlossen) das Problem, dass sie nicht zu 100% sicher sein können AGA zu haben.

Nun bin ich noch interessierter an diesem Haarzentrum. Kannst Du mir da evtl. einen Namen und eine Adresse geben? Gern auch per PM. Das wäre nett.

LG
Cornelia

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [samy00](#) on Tue, 26 Feb 2013 14:29:55 GMT

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

Das Trichogram mache ich beim Dermatologen im Haarzentrum habe ich mich nur untersuchen lassen und mache bei einer Studie mit zu dem Thema. Richtige Behandlungen machen die nicht nur Studien und Forschung aber google doch mal Charité Berlin Haarzentrum. In München gibt es auch eins mit hat es gut getan mal zu hören das es auch bald ein neues Medikament gibt

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Tue, 26 Feb 2013 14:38:27 GMT

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

Du meinst also das Haarkompetenzzentrum in der Berliner Charité, wovon es auch noch ein zweites im Benjamin-Franklin gibt?

Dann scheint das Zentrum wieder aktiv zu sein, denn ich hab vor einigen Wochen auch versucht dort einen Termin zu bekommen und da wurde mir gesagt, dass besagte Haarkompetenzzentren derzeit nicht besetzt sind und ich in ein paar Monaten nochmal anrufen soll. Darum ging ich dann zu einem auf HA spezialisierten Dermatologen.

Ja, das mit dem Trichogramm finde ich auch immer noch interessant, dass man dadurch wohl sicher AGA diagnostizieren kann. Hat mir bisher nie jemand gesagt, auch als ich damals eines

hatte.

Ich finde das auch immer noch seltsam, da es doch auch andere Gründe für einen vermehrten Anteil an Telogenhaaren geben kann, so jedenfalls meine Theorie.

Aber danke für die Info.

Ja, ein neues Medikament, das auch effektiver hilft, wäre natürlich toll, aber warten wir mal ab

Sorry Zuckerwatte, dass ich in Deinem Thread mal kurz diese Fragen gestellt habe, aber vielleicht ist es ja auch für andere ganz interessant.

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Biggi01](#) on Tue, 26 Feb 2013 15:15:46 GMT

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

Hallo,

Zitat:a, ein neues Medikament, das auch effektiver hilft, wäre natürlich toll, aber warten wir mal ab

Und gegen welche Art von Haarausfall wirkt dieses neue Medikament?

Ist es das, welches es schon in 2 Jahre geben soll? das Medikament von der die Ärztin der Charitee spricht? Oder jenes, was uns schon vor mindestens 6 Jahren wurde und bis heute nicht auf dem markt ist? Noch nicht einmal in weiter Ferne?

Es gibt eine Menge an Haarausfallursachen, bei denen die telogene Phase verlängert wird und es ist überhaupt kein sicheres Zeichen für AGA, sonst würden hier nicht so viele rätseln.

Ihr verrennt Euch da in etwas, permanent werden neue Naked Gene entdeckt und permanent wachsen Mäusen neue Haare von irgendwas, ohne das dies jemals am Menschen studiert oder publiziert wurde.

Sonst wären wir alle nicht mehr hier.

Ig

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Tue, 26 Feb 2013 15:33:13 GMT

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

Hallo Biggi1

Hm, warum sagst Du denn, dass IHR euch in etwas verrennt?

Ich habe doch nur Fragen an samy gestellt, im Bezug auf das Haarkompetenzzentrum, in dem sie wohl war, weil ich vor einigen Wochen die Info bekommen habe, dass das derzeit nicht besetzt ist, als ich dort einen Termin machen wollte.

Was ihre Aussage über die sichere Diagnosestellung der AGA durch die Anagen- und Telogenhaare betrifft, war und bin ich doch auch skeptisch und habe dieselbe Meinung wie Du.

Naja und dieses Mittelchen, was wohl in Arbeit ist, da hab ich nur gesagt, dass es schön wäre, wenn etwas neues, effektives auf den Markt käme, aber das ist ja nun Zukunftsmusik und daran kann und sollte man sich nicht festhalten.

Gegen welche Art des HA's es wirken soll, kann ich Dir nicht sagen, denn diese Info kam ja von samy

Liebe Grüße
Cornelia

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Tue, 26 Feb 2013 16:01:46 GMT

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

Hallo Sammy00

Zitat: Erstmal würde ich wirklich abklären was es genau ist das Trichogram denke ich kann da weiter helfen. Bei dir ist es ja wirklich schon weit fortgeschritten und das belastet ja auch die Psyche versuch doch mal über deine Krankenkasse einen Haarteil finanziert zu bekommen es gibt wirklich gute Sachen, das ist natürlich keine Lösung aber es hilft dir bestimmt dich etwas besser zu fühlen. Ich drücke dir die Daumen

Trichogram... weiß nicht ob mir das wirklich bringt, die sagen doch schon bei nem kurzen Blick aus der Ferne auf meinen Kopf, dass es AGA ist.. Wobei ich auch immer dachte AGA ist nur vorne am Ansatz und am Scheitel... aber bei mir ist es inzwischen der GANZE Kopf... naja, und Eisenmangel oder so mit Trichogram feststellen lassen kann ich mir auch sparen, bei meinem Ferritinwert ist klar, dass ich ganz akuten Eisenmangel habe, leider werde ich darauf ja NICHT behandelt weil mein Ferritinwert 'nur' bei 17 ist und noch nicht 15 und anscheinend erst ab da behandelt wird... Eisentabletten aus der Apotheke hab ich überhaupt nicht vertragen und die Infusionen kosten ja mindestens 200 Euro weil das die Krankenkasse eben nicht übernimmt, wegen dem nur beinah schlechten Wert Und 200 Euro habe ich nicht mal eben so... Das mit dem Haarteil.. ich fände ein Haarteil super, aber auch da muss ich ja noch was drauf zahlen und ich hab gelesen Echthaarteile bezahlt die Krankenkasse gar nicht oder nur nen ganz kleinen Teil davon, weiß da auch nicht wie ich mir das leisten soll. Und Kunsthaar kommt für mich nicht in Frage, das sieht super unecht aus :/

Übrigens, hilft dir die Diane 35 denn? Ich hatte gaaaanz am Anfang.. ich schätze da war ich auch 14, die Diane.. aber schon nach kurzer Zeit hat meine Ärztin gewechselt, ohne wirkliche Begründung, die Diane war ihr einfach zu teuer. Seither hab ich die nicht mehr und jetzt seit fast nem Jahr gar keine Pille mehr.

Liebe Cornelia

Zitat: Sorry Zuckerwatte, dass ich in Deinem Thread mal kurz diese Fragen gestellt habe, aber vielleicht ist es ja auch für andere ganz interessant.

Is doch kein Ding, ich finde das auch interessant

Sind ja doch mehr Leute aus Berlin hier als ich dachte!

Ich hätte nochmal eine Frage an alle. Und zwar rückt mein Termin beim Endokrinologen ENDLICH näher und ich würde euch bitten mir nochmal Tipps zu geben, welche Hormone ich von ihm untersuchen lassen soll. Ich bin mir sicher er wird erst meinen das sei unnötig bla bla, einfach weil das ja Geld kostet, das übliche. Ich will dann gern argumentieren können warum ich was untersucht haben möchte, damit er mich nicht einfach abspeisen kann.

Und ich hoffe inständig dass er, anders als mein Hausarzt, meine Schilddrüsenunterfunktion behandelt!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Biggi01](#) on Tue, 26 Feb 2013 17:08:01 GMT

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

Liebe Cornelia,

Entschuldigung, zum einen habe ich bei Deinem Beitrag auf "antworten" geklickt, meinte aber eigentlich Sammy.

Bei dem Satz: Ihr verrennt Euch hatte ich kurzfristig den Eindruck, als wenn Du und Sammy einer Meinung seid,
damit ziehe ich meinen Beitrag zurück.

@Sammy, ich habe aus Versehen Cornelia geantwortet, meine aber eigentlich Deinen Beitrag..

Tut mir leid.

Ig

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Ataba](#) on Tue, 26 Feb 2013 17:30:31 GMT

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

Also mein ferritin ist höher als deiner. Und ich bekomm die Infusionen. Heiz deinem Arzt mal ein.

Du musst halt dann was sagen von wegen bleibender Müdigkeit. Oder du bekommst schon Stress mit deinem Chef weil du nur müde und antriebslos bist. Nicht mit den Haaren begründen.

Wie fühlst du dich eigentlich mit deinem TSH? Also ich denke, da ging noch was.

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Tue, 26 Feb 2013 17:35:58 GMT

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

@Biggi1

Kein Problem.

Nein, ich bin nicht Samy's Meinung. Ich habe höflich/interessiert nachgefragt/hinterfragt, weil ich skeptisch war und bin. Das kann dann vielleicht als Zuspruch aufgefasst werden, ist aber nicht so. Durch ein TG kann man nun wirklich nicht sicher eine AGA diagnostizieren, sehe ich genauso. Also alles geklärt

Zurück zu Zuckerwatte's Problem:)

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Biggi01](#) on Tue, 26 Feb 2013 18:15:20 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,

Du bist jetzt mitte 20?

Also wenn ich mir so Deine Fotos ansehe, würde ich auch sagen: die Front ist ausgedünnt, ebenso die Geheimratsecken.

Wulstige Augenbrauen, also eine Vermännlichung sehe ich da nicht, ich finde Deine Augenbrauen völlig normal.

Was Du aber wirklich tun solltest, ist, Deinen Ferritinwert hochschrauben. Wenn nicht Deinen Haaren zuliebe, dann Deinem allgemeinen

Wohlbefinden zuliebe. Es gibt auch Eisenpräparate, die erst in Dünndarm wirken, und ich denke es muß eine Möglichkeit

für Leute mit nicht so viel Geld geben. Mach da bitte noch einmal Druck, flunker ruhig, nenne Deinem Arzt alle Symptome

die ein Eisenmangel so macht, dann geht das auch auf Kassenrezept. Und wenn Du Tabl. nicht verträgst müssen Infusionen

her, oder suche einen andeen Arzt auf.

Wenn Du schon mal Regain benutzt hast und vom Haaergebnis gute Erfolge hattest, es aber nicht verträgst, verdünne es mit Panthenol.

Schilddrüse ist natürlich die nächste Baustelle.

Und wenn Du ein Haarteil nutzen möchtest, solltest Du das übergangsweise tun.

Aber eigentlich würde ich an Deiner Stelle den Kampf nicht aufgeben.

ganz liebe grüsse

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [samy00](#) on Tue, 26 Feb 2013 19:26:29 GMT

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

Ich kann natürlich auch nur das weiter geben was ich von meinem Arzt höre. Ich werde die Untersuchung trotzdem mal machen, da ich sämtliche Blutwerte hab auswerten lassen und bei mir sonst alles super ist Eisen Schilddrüse Organe Entzündungen usw.

Bei mir ist halt auch nur der Vorderkopf betroffen bzw etwas dünner.

Leider hab ich keinen Hormonspiegel machen lassen und jetzt wo ich die Diane 35 nehme macht das nicht viel Sinn und falls es ein Hormonproblem ist wird das damit meist abgedeckt.

Das neue Medikament von dem ich gesprochen hab ist gegen bzw für den erblich bedingten HA gedacht ist aber in der Studienphase, die Ärztin hat es nur kurz angeschnitten betimmt ist auch das kein Wundermittel Leider

Ich finde die Tatsache das geforscht wird aber beruhigend mir bleibt bis dahin ja nur eine Option und zwar das Minoxidil das werde ich einfach mal probieren, es ist sicherlich nervig und wenn hilft es erst nach ca6 Monaten und das bei 2 mal Anwendung am Tag Aber einigen hats geholfen...natürlich nicht allen aber wenn ich eins gelernt habe dann das man die Hoffnung nicht verlieren darf und nach einigen Arztbesuchen nach denen ich raus gegangen bin und meinen Tränen zurück halten musste bleibe ich einfach Positiv zumindest versuche ich es

http://www.crcberlin.com/index.php?id=74&no_cache=1&tx_ttnews%5Btt_news%5D=67&cHash=81053245f3

Das ist der Link zu der Studie, die untersuchen ob es genetische Zusammenhänge gibt zwischen den betroffenen Blut wird abgenommen und man wird vorher von einer Spezialistin untersucht das war meine größte Motivation denn alle anderen nehmen direkt Geld (Privat). Die Ergebnisse kommen erst in 1-2 Jahren also das bringt einen nicht wirklich weiter aber mir hat es einfach geholfen das sich jemand der sich damit gut auskennt einfach mal mit mir unterhält und das länger als 5 Minuten und sich auch meine Kofhaut richtig anguckt Ich glaube das kam hier etwas falsch an ich verrenne mich da in nix und denke jetzt nicht das mir jemand nach egal welcher Untersuchung 100 helfen kann und 100 % weis was ich habe dazu war ich bei zu vielen Ärzten es ist nur gut sich mal zu informieren.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Biggi01](#) on Tue, 26 Feb 2013 19:56:03 GMT

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

Hi Samy00,

weißt Du, es wäre natürlich toll wenn es etwas geben würde, was uns hilft.

Deutschland's Eliteuni in Berlin wäre auch für mich eine Wahl gewesen, auch wenn ich 400km fahren müsste,

Aber in Deutschland forscht man lieber in Sachen Schlaganfall, Herz-, Kreislaufkrankheiten, Demenz .

Da wir ja nur ein "kosmetischs Problem" haben, gibt es einfach zu wenig Forschungsgelder. Die Uni Bochum forscht zwar auch, aber mit mäßigem Erfolg, vielleicht sind die Amerikaner weiter, dort ist ein kosmetisches Problem trotzdem Indikation genug um etwwas zu tun. Außerdem ist es dem Hersteller von Minox doch viel lieber ich kaufe sein Produkt noch viele Jahre lang, vielleicht Jahrzehnte.

Oder ich gehe gleich in den Perückenladen.

Wir probieren hier doch alle rum, mittlerweile mache ich es so, dass ich mir ansehe: was hilft mir und leite daraus meine Diagnose ab.

es gibt ja auch die Möglichkeit gesunde Haare vom Hinterkopf vorne einzupflanzen, weil nicht alles Haare gleich reagieren und es gibt die Möglichkeit neue Haare einzuschleuse, was fehlt ist das Taxi dorthin.

Wir werden wahrscheinlich noch viele Monate, wenn nicht Jahre rumexperimentieren müssen.

Ig

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 06 Mar 2013 18:32:38 GMT

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

Hatte gestern nun den Termin beim Endokrinologen... Ich war zu deprimiert gestern um noch zu berichten... Ich habe ja eigentlich damit gerechnet dass es so abläuft, aber irgendwie hatte ich doch mehr Hoffnung rein gesteckt als ich dachte... War wieder typisch, da kam überhaupt keine Hilfe... Ich habe ihm die Werte vom Januar vorgelegt die mein Hausarzt gemacht hat.

Der Endo meinte so schlimm seien die Werte doch gar nicht!!! Was meine Haare angeht meinte er auch immer nur "die sind ja 'nur' ausgedünnt" und "Sie haben ja keine kahle Stellen!". Als ich aus Frust meinte dass es ja nicht mehr viel fehlt bis ich kahl bin meinte er nur "ja das ist dann aber sehr subjektiv". Ihr habt das Foto von meinem Kopf gesehen und ich behaupte es ist sogar noch schlimmer geworden. Inwiefern ist das noch subjektiv??? Er kam auch direkt wieder damit

an dass es ne genetische Sache ist. Sexualhormone wollte er überhaupt nicht untersuchen, da meine Periode regelmäßig kommt. Dass es mit den Haaren schlimmer geworden ist meint er liegt NUR daran dass ich die Pille abgesetzt habe... Nicht mal die Schilddrüse hat er sich nochmal angeguckt, trotz der Werte. Und zu den ganzen Symptomen die ich beschrieben habe meinte er dann nur, dass eher so klingt als hätte ich eine Depression und ich solle mich mal lieber darum kümmern, meine Werte seien doch normal. Da ging's dann mit mir durch und ich fing aus Verzweiflung an zu weinen... Natürlich bin ich depressiv, aber ich bin depressiv WEIL die Werte so schlecht sind, WEIL ich fast keine Haare mehr habe, WEIL ich ständig müde und antriebslos bin, WEIL ich ständig Muskelschmerzen etc etc. Vor zwei Tagen bin ich völlig grundlos einfach ohnmächtig geworden. Ich hatte keinen Hunger, es war mir nich zu heiß, es war keine stressige Situation, ich bin nicht krank, nichts. Einfach so von einem Moment auf den nächsten wurde mir ganz komisch. Aber natürlich das hat alles nichts mit meinen Blutwerten zu tun... Ich kann langsam echt nicht mehr.

Durch mein weinen hat er sich dann noch dazu erbarmen lassen nochmal Blutwerte zu messen und meinte er misst noch ein paar andere Werte, welche weiß ich nicht. Allerdings meinte er auch direkt er schickt die Ergebnisse zu meinem Hausarzt dann und der soll sich drum kümmern. Der Endo selber will gar nichts mehr mit mir zu tun haben... Als ich nach Hause kam danach und gefragt wurde wie's lief fing ich auch nur direkt wieder an zu weinen... Was kann ich denn noch tun?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Wed, 06 Mar 2013 19:24:43 GMT

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

Zuckerwatte schrieb am Wed, 06 March 2013 19:32Was kann ich denn noch tun?

Ganz einfach, auch wenns nervt und anstrengend und frustrierend ist: ZU NEM ANDEREN ARZT GEHEN!

Ich weiß, wie Scheiße das alles ist. War selbst bei genügend ähnlichen boah mir liegt da so'n Wort auf der Zunge dass ich hier nicht schreiben darf Menschen, die Medizin studiert haben und sich jetzt Arzt nennen dürfen, obwohl sie nicht das geringste Mitgefühl ihren Patienten gegenüber haben und sich außerdem noch NICHT MAL AUSKENNEN. Ich könnt schreien, wenn ich deinen Bericht lese, so wütend macht mich das

Die meisten sind so, aber nicht alle. Deine Schilddrüse gehört behandelt, basta.

www.top-docs.de

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Wed, 06 Mar 2013 19:36:40 GMT

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

Zuckerwatte schrieb am Wed, 06 March 2013 19:32 Und zu den ganzen Symptomen die ich beschrieben habe meinte er dann nur, dass eher so klingt als hätte ich eine Depression und ich solle mich mal lieber darum kümmern, meine Werte seien doch normal. Da ging's dann mit mir durch und ich fing aus Verzweiflung an zu weinen... Natürlich bin ich depressiv, aber ich bin depressiv WEIL die Werte so schlecht sind, WEIL ich fast keine Haare mehr habe, WEIL ich ständig müde und antriebslos bin, WEIL ich ständig Muskelschmerzen etc etc. Vor zwei Tagen bin ich völlig grundlos einfach ohnmächtig geworden. Ich hatte keinen Hunger, es war mir nich zu heiß, es war keine stressige Situation, ich bin nicht krank, nichts. Einfach so von einem Moment auf den nächsten wurde mir ganz komisch. Aber natürlich das hat alles nichts mit meinen Blutwerten zu tun... Ich kann langsam echt nicht mehr.

Guck mal, was ich heute erst ner anderen hier geschrieben habe:

Cora schrieb am Wed, 06 March 2013 11:00

Viele Endos haben, genauso wie die meisten Gynäkologen (und Dermatologen und Allgemeinmediziner und und und), nicht WIRKLICH Ahnung von Hormonen. Die untersuchen zwar alles und geben dir auch anstandslos die Werte, richten sich aber oft nach veralteten Normbereichen oder verschreiben Hormone nur bei Kinderwunsch. Viele gehen da einfach sehr nach Schema F vor, und das Problem Haarausfall wird selten ernst genommen. Ist ja keine "schlimme" Krankheit". Wenn man dann über die psychische Belastung spricht, wird einem gern das Wort im Mund rumgedreht, und plötzlich ist ein psychisches Problem der GRUND für den Haarausfall. Am Ende spaziert man mit nem Rezept für ein Antidepressivum und ner Überweisung zur Psychotherapie aus der Praxis, obwohl man eigentlich Schilddrüsenhormone und ein paar Eiseninfusionen bräuchte. Ich WEISS, wovon ich rede.

Lass den Kopf nicht hängen. Irgendwo findet sich schon ein Arzt, der dich behandelt. Tipp: NIE den Haarausfall als Hauptproblem schildern, immer mit den anderen Symptomen anfangen - denen, die dich am Arbeiten hindern oder richtig gefährlich sind, wie z.B. deine spontane Ohnmacht. Haarausfall nimmt leider kaum einer ernst.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Wed, 06 Mar 2013 20:03:46 GMT

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

Liebe Cora,

vielen Dank! Deine Worte haben mich wieder etwas aufgemuntert.

Zitat:Cora schrieb am Wed, 06 March 2013 11:00

Viele Endos haben, genauso wie die meisten Gynäkologen (und Dermatologen und Allgemeinmediziner und und und), nicht WIRKLICH Ahnung von Hormonen. Die untersuchen zwar alles und geben dir auch anstandslos die Werte, richten sich aber oft nach veralteten Normbereichen oder verschreiben Hormone nur bei Kinderwunsch. Viele gehen da einfach sehr nach Schema F vor, und das Problem Haarausfall wird selten ernst genommen. Ist ja keine

"schlimme" Krankheit". Wenn man dann über die psychische Belastung spricht, wird einem gern das Wort im Mund rumgedreht, und plötzlich ist ein psychisches Problem der GRUND für den Haarausfall. Am Ende spaziert man mit nem Rezept für ein Antidepressivum und ner Überweisung zur Psychotherapie aus der Praxis, obwohl man eigentlich Schilddrüsenhormone und ein paar Eiseninfusionen bräuchte. Ich WEISS, wovon ich rede.

Lass den Kopf nicht hängen. Irgendwo findet sich schon ein Arzt, der dich behandelt. Tipp: NIE den Haarausfall als Hauptproblem schildern, immer mit den anderen Symptomen anfangen - denen, die dich am Arbeiten hindern oder richtig gefährlich sind, wie z.B. deine spontane Ohnmacht. Haarausfall nimmt leider kaum einer ernst.

Ja was du da schreibst, das war tatsächlich beinahe so. Er meinte ja direkt zu mir, ich sollte mich lieber eher nach einem Psychologen umsehen..?! Erst weil ich dann in Tränen ausgebrochen bin war er überhaupt dazu bereit, noch einen Bluttest zu machen. Der mir sicherlich nicht helfen wird, aber naja, habe ich wengistens nochmal aktuelle Werte...

Ich warte jetzt einfach ab bis ich die Werte habe, der will die ja an meinen Hausarzt schicken. Dann geh ich wieder zum Hausarzt und versuch Druck zu machen. Wenn das immer noch nicht geht lass ich mir die Ergebnisse ausdrucken und such mir wieder nen anderen Arzt...

Ich hatte ja auch beim Endo erwähnt, dass ich bereits versucht habe Eisentabletten zu nehmen, die aber nicht vertrage. Da meinte er auch nur, dass ich dann eben andere Tabletten versuchen soll, die besser verträglich sind. Dabei habe ich laut Apothekerin bereits die verträglichsten genommen, diese Ferro sanol duo blub Teile. Dass es prinzipiell überhaupt Eiseninfusionen gibt hat mir noch KEIN Arzt überhaupt erzählt, davon weiß ich nur dank euch hier im Forum. Ich finde das sowas von unter aller Sau, dass sie einem nicht mal sagen, dass es noch andere, verträglichere und effektivere Behandlungsmethoden gibt. Sie können ja von mir aus den Zusatz "ist aber teuer, müssen sie selber zahlen" dazu sagen, aber wenigstens dass es sowas überhaupt gibt...

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Wed, 06 Mar 2013 20:53:43 GMT

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

Hallo Zuckerwatte

Ich habe hier im Forum auch schon vom Floradix Kräuterblut gelesen, um den Eisenspeicher zu füllen. Falls Du das noch nicht probiert hast, wäre es evtl. eine Alternative zu den für Dich unverträglichen ferro sanol Kapseln.

LG
Cornelia

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Taurig](#) on Wed, 06 Mar 2013 21:07:39 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,

dass die Werte an den überweisenden Arzt weitergeschickt werden ist normal. Ich musste mehrfach zur Blutabnahme bei Endo und hatte den Arzt auch genau einmal am ersten Tag gesehen, danach nie wieder und alles lief über den Hausarzt.

Ich bin aber wirklich schockiert mit was für Ärzten viele es hier zu tun haben (und kann es mir kaum vorstellen wie das sein kann) !! bei Hautärzten habe ich auch sehr viele schlechte Erfahrungen gemacht..aber sonst? ich war echt bei vielen Ärzten, weil ich mehr Meinungen hören wollte und hab zum Teil auch nur Haarausfall gesagt und die haben ohne murren Blut abgenommen und weil ich einen auffälligen Wert hatte gleich noch sofort weitere Tests angeordnet...

Ich würde einfach munter weiter zum Arzt gehen (insfern du die Zeit hast) bis du einen netten gefunden hast, es gibt nämlich auch wirklich viele die sich auch bei Haarausfall Mühe geben, nicht verzweifeln!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cora](#) on Thu, 07 Mar 2013 10:19:35 GMT

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

Zuckerwatte schrieb am Wed, 06 March 2013 21:03

Ich hatte ja auch beim Endo erwähnt, dass ich bereits versucht habe Eisentabletten zu nehmen, die aber nicht vertrage. Da meinte er auch nur, dass ich dann eben andere Tabletten versuchen soll, die besser verträglich sind. Dabei habe ich laut Apothekerin bereits die verträglichsten genommen, diese Ferro sanol duo blub Teile. Dass es prinzipiell überhaupt Eiseninfusionen gibt hat mir noch KEIN Arzt überhaupt erzählt, davon weiß ich nur dank euch hier im Forum. Ich finde das sowas von unter aller Sau, dass sie einem nicht mal sagen, dass es noch andere, verträglichere und effektivere Behandlungsmethoden gibt.

Leider verschreiben die meisten Docs sehr ungern Eiseninfusionen. Ich hab grad erst welche bekommen, weil ich bereits ne Eisenmangel-ANÄMIE hatte (also die roten Blutkörperchen waren auch im Keller). Grund: zuviel Eisen ist schädlich. Dabei wird dann halt total ignoriert, dass man mit 6 Infusionen auf keinen Fall ZUVIEL Eisen bekommt, wenn der Ausgangswert am unteren Rand der Norm oder sogar drunter rumdümpelt.

Ist also schwierig, jemanden für Infusionen zu finden. Versuchen würd ichs trotzdem. Ansonsten kanns auch sein, dass du die Tabletten schlecht vertragen hast, weil du sie - streng nach Anweisung - nüchtern genommen hast. Hast du? Das vertragen viele gar nicht, und dann würd ich sie einfach gnadenlos ZUM Essen (und dann vielleicht zwei am Tag statt einer) nehmen. Ist auf alle Fälle besser als gar nix!

Randbemerkung: Falls du das ausprobieren solltest, lass irgendwann außer deinen Eisenwerten

auch mal den Zinkwert machen. Eisengabe verursacht gerne mal nen Zinkmangel (gilt übrigens umgekehrt auch).

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 18:24:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cornelia schrieb am Wed, 06 March 2013 21:53 Hallo Zuckerwatte

Ich habe hier im Forum auch schon vom Floradix Kräuterblut gelesen, um den Eisenspeicher zu füllen. Falls Du das noch nicht probiert hast, wäre es evtl. eine Alternative zu den für Dich unverträglichen ferro sanol Kapseln.

LG
Cornelia

Hallo Cornelia,

ich habe mal nach dem Kräuterblut gegooglet. Das gibt es einmal zum trinken und dann in Form von Dragees. Sind beide gleich gut, hast du dazu Erfahrungen? Ich habe mal nachgerechnet, so ne Flasche zum trinken von dem Zeug kostet 15 Euro, ich bräuchte 6 Flaschen im Monat, wenn ich jeden Tag zwei Kappen davon trinke, was ich müsste. Das kann ich mir gar nich leisten! Eine Packung Dragees kosten nur knapp 8 Euro, da soll man zwei Stück von nehmen. In einer Packung sind 84 Stück. Da komme ich also mit einer Packung nen ganzen Monat hin. Da der Preisunterschied aber so riesig ist frage ich mich schon, womit das gerechtfertigt ist. Wirkt die Tinktur besser?

Traurig schrieb am Wed, 06 March 2013 22:07 Hallo Zuckerwatte,

dass die Werte an den überweisenden Arzt weitergeschickt werden ist normal.

Die Sache ist ja, dass ich überhaupt gar keine Überweisung hatte. Ich bin auf eigene Faust zum Endo, dennoch wurde ich sofort wieder auf den Hausarzt abgeschoben Ich werde es einfach weiter versuchen, danke!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 18:28:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cora schrieb am Thu, 07 March 2013 11:19

Zitat:Ist also schwierig, jemanden für Infusionen zu finden. Versuchen würd ichs trotzdem. Ansonsten kanns auch sein, dass du die Tabletten schlecht vertragen hast, weil du sie - streng nach Anweisung - nüchtern genommen hast. Hast du? Das vertragen viele gar nicht, und dann würd ich sie einfach gnadenlos ZUM Essen (und dann vielleicht zwei am Tag statt einer) nehmen. Ist auf alle Fälle besser als gar nix!

Ja das hatte ich, aber ich trau mich auch gar nicht mehr die Tabletten nochmal zu probieren. Ich habe nur Stress mit meinem Darm, ich weiß nicht wieso, denke eine Darspiegelung ist fällig :S Und die Tabletten machens dann nicht gerade besser...

Zitat:Randbemerkung: Falls du das ausprobieren solltest, lass irgendwann außer deinen Eisenwerten auch mal den Zinkwert machen. Eisengabe verursacht gerne mal nen Zinkmangel (gilt übrigens umgekehrt auch).

Oh, das macht mir jetzt Angst. Ich habe seit ein paar Tagen angefangen zu meinem Biotin zusätzlich Zink einzunehmen, da ich durch das Biotin echt schlechte Haut bekomme, darauf aber nicht mehr verzichten kann, ohne sind Haare ade... Jetzt habe ich aber Angst, dass mit das Zink einen noch größeren Eisenmangel macht, das wär natürlich nicht gut... :S

Ich überlege wie im Beitrag oben erwähnt, Kräuterblut auszuprobieren. Das soll ja sehr viel besser verträglich sein, dafür glaube ich nicht so stark dosiert? Aber ich denke erstmal wäre das besser als gar kein Eisen. Aber ich weiß nicht ob ich jetzt die Tinktur oder die Dragees kaufen soll. Die Tinktur ist VIEL teurer, die kann ich mir auf Dauer ja gar nicht leisten, da könnte ich gleich für die Eiseninfusionen sparen.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 09 Mar 2013 18:45:32 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,

das Kräuterblut mit Eisen von Floradix habe ich jetzt auch lange genommen. Immer in Verbindung mit frischgepresstem Orangen- oder Zitronensaft. Mein Wert ist dabei eher wieder gesunken. Zum pushen von Eisen nutzt es nichts, bestenfalls zum erhalten.

Aber lecker schmeckt es. Ja, 15 Euro ist viel für so eine Flasche . Aber im Müller oder dm-Markt gibt es die Flasche, 250 ml, für 8 Euro.

Was verträgst du an den ferro sanol duodenal nicht? Ich bekomme davon leider Verstopfungen. Wenn ich die nehme, muss ich parallel dazu immer mit ein paar Tropfen Laxoberal anschubsen, sonst habe ich nach fünf Tagen einen Zementbauch.

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Sat, 09 Mar 2013 18:55:14 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,

Zitat: Jetzt habe ich aber Angst, dass mit das Zink einen noch größeren Eisenmangel macht, das wär natürlich nicht gut..

Ich denke, dass Du dem ausreichend entgegenwirken kannst, wenn Du zwischen der Zinkeinnahme und der Eiseneinnahme ausreichend Luft lässt.

Bsp.: Morgens Eisen, am späten Nachmittag oder Abend Zink oder andersherum. Ein paar Stunden sollten schon dazwischen liegen.

Mit Kräuterblut habe ich keine persönlichen Erfahrungen gemacht.

Ich habe hier im Forum nur von einigen gelesen, dass sie es substituieren und es gut vertragen haben.

Ich habe meinen FE-Wert mit ferro sanol 100 gepusht.

Anfangs einige Wochen 2 täglich, auf nüchternen Magen mit O-Saft 1 Stunde vor dem Frühstück, später dann nur noch eine.

@Wallemähne

Mir wurde damals dringend angeraten unter der Einnahme von ferro immer ausreichend zu trinken, um eine Verstopfung zu vermeiden. Frag mich aber bitte nicht nach dem genauen Zusammenhang.

Nimmst Du evtl. zu wenig Flüssigkeit zu Dir?

Falls sich der Stuhl schwarz färbt und härter ist, ist das unter Eiseneinnahme normal.

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 09 Mar 2013 19:03:34 GMT

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

Ups, habe gerade deine Ferritinwerte in der Signatur gesehen. Also den wirst du mit Floradix nur sehr schwer hochkiegen. Wie ist denn dein Eisenwert?

Meine Hausarztpraxis zickt inzwischen auch herum, wenn es um die Transfusionen geht. Die haben mir das Eisen immer als Kurzinfusion reingedonner, hat so ca. 10 Minuten gedauert. Letzte Aussage der Praxis, man würde mir das nicht mehr so infundieren, ich müsste das pro Sitzung mit 20 Euro berappen, da es keine ordentliche Abrechnungsziffer dafür gibt und die Länge der Kurzinfusion in keinster Relation zur Abrechnungsziffer stünde.

Und letzte Aussage, nein, Infusionen gar nicht mehr, Tabletten tun es auch. Aber die Praxis ist inzwischen eh für den xyxyxy. Rezept für die Perücke gab es auch nicht mehr, man sehe

keinen Bedarf und ich solle mich nicht so anstellen und immer so fordernd sein. Punkt und aus.

Aber dass DU bei diesem Ferritinwert keine Infusionen bekommst, finde ich Hammer !

Keine Ahnung, was mit den Ärzten inzwischen los ist, sind die neu budgetiert worden? Weiß das zufällig jemand?

Was heißt, du hast nur Stress mit deinem Darm, hast du einen Reizdarm?

P.S. Ich vertrage die ferro sanol duodenal übrigens besser, wenn ich in den Saft etwas Leinsamenöl gebe

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 19:04:34 GMT

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

Wallemähne schrieb am Sat, 09 March 2013 19:45 Hallo Zuckerwatte,

das Kräuterblut mit Eisen von Floradix habe ich jetzt auch lange genommen. Immer in Verbindung mit frischgepresstem Orangen- oder Zitronensaft. Mein Wert ist dabei eher wieder gesunken. Zum pushen von Eisen nutzt es nichts, bestenfalls zum erhalten.

Aber lecker schmeckt es. Ja, 15 Euro ist viel für so eine Flasche . Aber im Müller oder dm-Markt gibt es die Flasche, 250 ml, für 8 Euro.

Was verträgst du an den ferro sanol duodenal nicht? Ich bekomme davon leider Verstopfungen. Wenn ich die nehme, muss ich parallel dazu immer mit ein paar Tropfen Laxoberal anschubsen, sonst habe ich nach fünf Tagen einen Zementbauch.

LG

Hallo Wallemähne,

wenn's den Eisenwert gar nicht pusht, bringt es ja gar nicht so viel... aber ich denke einen Versuch ist es Wert. Und wenn es zumindest dafür sorgt dass der Wert nicht noch weiter runtergeht, wäre das ja schon mal etwas. Vielleicht finde ich ja dann doch noch einen Arzt für die Infusionen.. Auch wenn das wohl eher Wunschdenken ist...

8 Euro für 250ml finde ich immer noch viel! Guck mal bei Amazon. Da gibt es die 700 ml Flasche für 15 Euro. Mit Porto kommt man auf 18,50. Das ist auch schon viel, aber immer noch günstiger als diese 250 ml für 8 Euro. Da gibst du ja dann schon 16 Euro aus für nur 500 ml.

Von dem ferro sanol habe ich wahnsinnige Bauchschmerzen bekommen. Oder eher Darmeschmerzen... tat unglaublich weh, wirklich kaum noch auszuhalten, hätte ich absolut nicht erwartet. Ja, Verstopfung war die Folge, und bereits am zweiten Tag nach Benutzung kam noch Erbrechen dazu :S

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 09 Mar 2013 19:05:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Cornelia,

ertappt.... Nee, ich vergesse das Trinken oft. Danke nochmal, ist gar nicht so verkehrt, die Leute manchmal daran zu erinnern.

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 19:12:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wallemähne schrieb am Sat, 09 March 2013 20:03Ups, habe gerade deine Ferritinwerte in der Signatur gesehen. Also den wirst du mit Floradix nur sehr schwer hochkiegen. Wie ist denn dein Eisenwert?

Meine Hausarztpraxis zickt inzwischen auch herum, wenn es um die Transfusionen geht. Die haben mir das Eisen immer als Kurzinfusion reingedonnert, hat so ca. 10 Minuten gedauert. Letzte Aussage der Praxis, man würde mir das nicht mehr so infundieren, ich müsste das pro Sitzung mit 20 Euro berappen, da es keine ordentliche Abrechnungsziffer dafür gibt und die Länge der Kurzinfusion in keinster Relation zur Abrechnungsziffer stünde.

Und letzte Aussage, nein, Infusionen gar nicht mehr, Tabletten tun es auch. Aber die Praxis ist inzwischen eh für den xyxyxy. Rezept für die Perücke gab es auch nicht mehr, man sehe keinen Bedarf und ich solle mich nicht so anstellen und immer so fordernd sein. Punkt und aus.

Aber dass DU bei diesem Ferritinwert keine Infusionen bekommst, finde ich Hammer !

Keine Ahnung, was mit den Ärzten inzwischen los ist, sind die neu budgetiert worden? Weiß das zufällig jemand?

Was heißt, du hast nur Stress mit deinem Darm, hast du einen Reizdarm?

P.S. Ich vertrage die ferro sanol duodenal übrigens besser, wenn ich in den Saft etwas Leinsamenöl gebe

Oh, ich sehe erst jetzt deine Ergänzung. Dann antworte ich nochmal.

Also wie mein Eisenwert ist weiß ich nicht. Der wurde gar nicht mitgemessen da es hieß, der ist sowieso unzuverlässig, da er sich je nach Tageszeit sehr ändert. So kann man wohl in der 'Momentaufnahme' einen guten Wert haben, obwohl man eigentlich einen Eisenmangel hat. Deshalb wurde nur das Ferritin gemessen. Übrigens mit der gleichen Begründung wurde

auch mein Zinkwert nicht gemessen.

Du ich würde ja sogar 20 Euro für ne Infusion zahlen, wenn es denn hilft. Aber es wird mir ja nicht mal angeboten, weil meine Werte 'doch noch völlig in Ordnung' sind...

Ich weiß auch nicht was mit den Ärzten heutzutage los ist. Dass die sich immer so anstellen... Kann ich echt nicht verstehen, ich bin einfach nur genervt. Die Pille zum Beispiel wird ohne wenn und aber einfach so an jeden verschrieben der sagt der will die haben, dabei kann die sooo viel Schaden anrichten, aber das interessiert keinen Arzt. Immer so wie es ihnen gerade passt...

Ja ich denke ich habe einen Reizdarm. Ist auch immer so dass ich, wenn ich unter Stress stehe, Schmerzen im Bereich Darm bekomme, wo es bei den meisten eher der Magen ist, der ihnen dann Probleme macht. Bei mir ist es immer der Darm.

Tut mir leid, dass deine Praxis sich jetzt plötzlich so doof stellt :/ Ich hoffe du findest bald eine neue Praxis!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 19:15:02 GMT

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

Cornelia schrieb am Sat, 09 March 2013 19:55 Hallo Zuckerwatte,

Zitat: Jetzt habe ich aber Angst, dass mit das Zink einen noch größeren Eisenmangel macht, das wär natürlich nicht gut..

Ich denke, dass Du dem ausreichend entgegenwirken kannst, wenn Du zwischen der Zinkeinnahme und der Eiseneinnahme ausreichend Luft lässt.

Bsp.: Morgens Eisen, am späten Nachmittag oder Abend Zink oder andersherum. Ein paar Stunden sollten schon dazwischen liegen.

Mit Kräuterblut habe ich keine persönlichen Erfahrungen gemacht.

Ich habe hier im Forum nur von einigen gelesen, dass sie es substituieren und es gut vertragen haben.

Ich habe meinen FE-Wert mit ferro sanol 100 gepusht.

Anfangs einige Wochen 2 täglich, auf nüchternen Magen mit O-Saft 1 Stunde vor dem Frühstück, später dann nur noch eine.

Danke für den Tipp mit ausreichend Zeit dazwischen zu lassen. Aber ich muss sagen ich traue mich einfach nicht mehr an das ferro sanol ran... :/

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 09 Mar 2013 19:15:20 GMT

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

Oh ! Nee, dann sind die Kapseln wirklich nichts für dich, Zuckerwatte. Mist. Super mit dem Tipp der 700 ml Flasche! Wusste gar nicht, dass es die so groß gibt. Und ja, zum Eisenwert halten ist Floradix gut. Immer schön Vitamin C dazu, weißt du ja sicherlich.

Was die Infusionen anbelangt, vielleicht macht es Sinn, die Praxen vorher anzurufen, und zu fragen, ob sie das rezeptieren (ist doch eh ein Privatrezept und muss selbst bezahlt werden) und auch infundieren würden (gut, dass man sich da auch nicht blöd bei vorkommt). Habe ich mir auch schon überlegt, aber dazu fehlt mir derzeit der Nerv.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 19:22:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wallemähne schrieb am Sat, 09 March 2013 20:15Oh ! Nee, dann sind die Kapseln wirklich nichts für dich, Zuckerwatte. Mist. Super mit dem Tipp der 700 ml Flasche! Wusste gar nicht, dass es die so groß gibt. Und ja, zum Eisenwert halten ist Floradix gut. Immer schön Vitamin C dazu, weißt du ja sicherlich.

Was die Infusionen anbelangt, vielleicht macht es Sinn, die Praxen vorher anzurufen, und zu fragen, ob sie das rezeptieren (ist doch eh ein Privatrezept und muss selbst bezahlt werden) und auch infundieren würden (gut, dass man sich da auch nicht blöd bei vorkommt). Habe ich mir auch schon überlegt, aber dazu fehlt mir derzeit der Nerv.

Die gibt's sogar in ner 1000ml Flasche

Das ist ein guter Tipp, einfach mal ein paar Adressen raussuchen und telefonisch anzufragen, ob die sowas prinzipiell überhaupt machen. Aber mir geht es so ziemlich wie dir im Moment, dass ich keinen Nerv mehr habe.

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 09 Mar 2013 20:38:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1000 ml gibt es auch? Oha. Na, dann war mein Tipp mit der 7Euro-Flasche zu 250 ml ein ganz, ganz toller Tipp

Zitat: Du ich würde ja sogar 20 Euro für ne Infusion zahlen, wenn es denn hilft. Aber es wird mir ja nicht mal angeboten, weil meine Werte 'doch noch völlig in Ordnung' sind...
Ja, hätte ich auch ohne zu murren gezahlt!! Aber die dissen mich gerade raus und ich weiß auch warum. Die neue Arzthelperin, ein dummer Trampel vorm Herrn, die liebe Professorengattin und leider auch die neue Ärztin können mich a) nicht leiden und wollen b) langfristig auf

Privatklientel umrüsten. Der Prof. selbst ist okay und den brauche ich auch noch, deswegen kann ich da nicht weg.

Aber dass man dir sagt, dein Ferritin wäre super in Ordnung, ist doch gequirlte Kacke. Da werde ich gleich schon wieder sauer. Ich habe doch dein Bild gesehen und die sehen dich doch auch. Deine Lichtungen könnten nämlich nebst AGA-Muster, hormonell, etc. auch ein Eisenmangel sein. Außerdem bist du noch so jung! Was wollen die eigentlich von uns sehen? Dass wir mit Halbglatze anrauschen und um Hilfe wimmern, obwohl es da wahrscheinlich schon zu spät ist?

Biggi sagt immer, bei jungen Mädchen und Frauen kann der HA ganz oft ein Eisenmangel sein. Wie waren denn dein Hämoglobin und die Erythrozyten?

Jep, Arztpraxen durchrufen. Bist du aus einer Großstadt? Da wäre die Auswahl größer. Schade, dass mein Gedächtnis so schlecht ist. Weil nicht dass ich jetzt was durcheinander bringe, aber gibt es nicht spezielle "Eisenzentren"? Müsste ich mal Wuschel interviewen, ich glaube, sie wusste das.

Bei einem anderen Arzt würde ich die ganzen Eisenmangelsymptome vorjammern, vielleicht hilft das was? Wenn du dauernd müde, schlapp und lustlos bist, dauernd frierst und dich kaum noch auf die Arbeit konzentrieren kannst? Wegen der Haare lassen sich die Ärzte ja ganz offensichtlich nicht erweichen.

Und Infusionen sind immer dann angezeigt, wenn man Eisen oral überhaupt nicht verträgt, so wie du.

@ Cornelia:

Zitat:Ich habe meinen FE-Wert mit ferro sanol 100 gepusht.
Anfangs einige Wochen 2 täglich, auf nüchternen Magen mit O-Saft 1 Stunde vor dem Frühstück, später dann nur noch eine.

Zäh wie Leder, hart wie Kruppstahl, die Frau mit dem Eisenmagen . Ich bekomme schon Magenschmerzen, wenn ich das nur lese. Und dann auch noch in der Früh eine Stunde lang keinen Kaffee? Das könnte ich gar nicht, aber ich bewundere deine Disziplin!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Cornelia](#) on Sat, 09 Mar 2013 21:04:54 GMT

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

Zitat:Zäh wie Leder, hart wie Kruppstahl, die Frau mit dem Eisenmagen

oh man Wallemähne, jetzt musste ich lachen.

Ich muss einen Schreibfehler eingestehen. Ich habe nicht zwei morgens genommen, sondern eine morgens nüchtern und eine abends.

Eine Stunde lang auf Kaffee zu verzichten war echt hart, zumal ich eine Kaffeetante bin. Morgens hätte ich meine Koffeindosis am liebsten intravenös!

Sorry, Zuckerwatte, für die kurze Abweichung

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!
Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 22:35:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wallemähne schrieb am Sat, 09 March 2013 21:381000 ml gibt es auch? Oha. Na, dann war mein Tipp mit der 7Euro-Flasche zu 250 ml ein ganz, ganz toller Tipp

Aber dass man dir sagt, dein Ferritin wäre super in Ordnung, ist doch gequirrte Kacke. Da werde ich gleich schon wieder sauer. Ich habe doch dein Bild gesehen und die sehen dich doch auch. Deine Lichtungen könnten nämlich nebst AGA-Muster, hormonell, etc. auch ein Eisenmangel sein. Außerdem bist du noch so jung! Was wollen die eigentlich von uns sehen? Dass wir mit Halbglatze anrauschen und um Hilfe wimmern, obwohl es da wahrscheinlich schon zu spät ist?

Biggi sagt immer, bei jungen Mädchen und Frauen kann der HA ganz oft ein Eisenmangel sein. Wie waren denn dein Hämoglobin und die Erythrozyten?

Jep, Arztpraxen durchrufen. Bist du aus einer Großstadt? Da wäre die Auswahl größer. Schade, dass mein Gedächtnis so schlecht ist. Weil nicht dass ich jetzt was durcheinander bringe, aber gibt es nicht spezielle "Eisenzentren"? Müsste ich mal Wuschel interviewen, ich glaube, sie wusste das.

Bei einem anderen Arzt würde ich die ganzen Eisenmangelsymptome vorjammern, vielleicht hilft das was? Wenn du dauernd müde, schlapp und lustlos bist, dauernd frierst und dich kaum noch auf die Arbeit konzentrieren kannst? Wegen der Haare lassen sich die Ärzte ja ganz offensichtlich nicht erweichen.

Und Infusionen sind immer dann angezeigt, wenn man Eisen oral überhaupt nicht verträgt, so wie du.

Also ich habe es ja diesmal versucht. Ich fing nicht direkt mit dem Haarausfall an sondern erstmal mit meinen anderen Symptomen, ala müde, schlapp, lustlos, kann mich konzentrieren, was du eben auch aufgezählt hast. Daraufhin bekam ich dann aber zu hören, dass es doch viel mehr nach einer Depression klingt und ich mich lieber bemühen soll einen Psychologen aufzusuchen, statt mich auf meine Blutwerte, die ja völlig in Ordnung sind, zu konzentrieren

Ich schau mal schnell nach wegen den Werten. Also im Januar wars:

Hämoglobin: 13,8

Erythrozyten: 5,11

Ergebnisse vom März habe ich noch nicht, aber vermutlich wird sich in zwei Monaten nichts groß geändert haben, oder?

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Sat, 09 Mar 2013 22:37:50 GMT

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

Cornelia schrieb am Sat, 09 March 2013 22:04Zitat:Zäh wie Leder, hart wie Kruppstahl, die Frau mit dem Eisenmagen

oh man Wallemähne, jetzt musste ich lachen.

Ich muss einen Schreibfehler eingestehen. Ich habe nicht zwei morgens genommen, sondern eine morgens nüchtern und eine abends.

Eine Stunde lang auf Kaffee zu verzichten war echt hart, zumal ich eine Kaffeetante bin. Morgens hätte ich meine Kaffeindosis am liebsten intravenös!

Sorry, Zuckerwatte, für die kurze Abweichung

LG

Absolut kein Problem

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Thu, 14 Mar 2013 19:58:32 GMT

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

Ich wollt euch mal zeigen wie's auf meinem Kopf inzwischen aussieht, wenn ich Concealer und Schütthaar benutze. Sicherlich noch nicht optimal aber ich fühl mich schon sooo viel sicherer damit. Ich kann schon gar nicht mehr nachvollziehen wie ich ohne dieses Zeug auf'm Kopf noch auf die Straße gehen konnte. Jetzt wo ich sehe wie es wieder aussehen kann finde ich es nur noch schlimmer, wenn meine Haare in natura sind... ich bin richtig froh, dass es sowas wie Concealer und Schütthaar gibt!

Die Fotos habe ich nach einem langen anstrengenden Tag gemacht, wo die Haare sogar eine Mütze überstehen mussten.

File Attachments

1) [Untitled-1.jpg](#), downloaded 1523 times



Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Strohkopf](#) on Thu, 14 Mar 2013 20:14:11 GMT

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

Hallo Zuckerwatte

Ich hatte deine Bilder beim ersten Thread gesehen, und sah schon die Kopfhaut durchleuchten. Jetzt bei deinen Bildern sieht es wirklich total echt und gesund aus.

Ich würde dann jetzt auch endlich gerne mal "Schütthaar" bestellen - aber kannst du mir was zu der Farbe sagen?!

Mir hat im letzten Thread leider keiner geantwortet..

Wenn ich das geöffnet habe, kann ich es auch nichtmehr einfach so zurückschicken, daher würde ich lieber gleich die richtige Farbe bestellen..

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/258389/#msg_258389

Ich will auch Schütthaar, ich weiß doch nur nicht, welche Farbe!

Ich habe jetzt deine Antwort gelesen und so wie es aussieht, brauche ich das Pfefferstreuer Haar UND das Puder?

Bei mir ist das halt auch so eine Geldsache. Ich muss mir überlegen, ob ich 2 Wochen Marmeladentoast essen will, bevor ich mir Schütthaar bestelle.. daher würde ich gerne von anfang an richtig liegen.

Der Filadentia (odert so) scheint seine Werbung auch nich mehr im Forum zu machen, denn er hat nicht geantwortet..

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Thu, 14 Mar 2013 20:55:52 GMT

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

Hallo Strohkopf, ich habe dir eine pm geschickt

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Strohkopf](#) on Thu, 14 Mar 2013 21:19:57 GMT

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

Ich danke Dir für die PM.

Ich antworte baldmöglichst, und danke für deine Infos.

Bin nur gerade wieder in so einem "Was soll ich hier als fette mit dünnen Haaren auf der Welt!"-Status

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Media](#) on Thu, 14 Mar 2013 22:10:50 GMT

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

HALlo Strohkopf,

wollte dir nur nochmal sagen, wie froh ich war, dass du mich im Forum "abgeholt" hast, als ich den ersten Beitrag schrieb. War soooooo froh

PS: Elne ganz dumme Frage - was ist ein/e PM? Und wann schreibt man so eine/s? Bin leider wirklich gaaanz unerfahren mit so was...

Media freut sich auf deine Antwort

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Media](#) on Sat, 16 Mar 2013 01:32:02 GMT

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

Hallo Zuckerwatte,

die Frisur/Fotos von dir sehen sehr gut aus, kann ich nur sagen. Im Zweitberuf fotografiere ich manchmal und von daher weiß ich ein bisschen Bescheid.

Liebe Grüße

Media

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [samy00](#) on Sat, 16 Mar 2013 12:55:31 GMT

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

hi

darf ich fragen welches produkt und wo du bestellt hast ? es gibt ja mehrerer anbieter.
ich weiss zwar gar nicht ob es sich bei mir lohnt aber so richtig volles haar wäre ja auch mal cool

nochmal eine frage an alle wie viele haare verliert ihr so durchschnittlich ich habe nämlich mal gezählt mehr als 40-50 sind es bei mir nicht mal mehr mal weniger und jetzt wo ich meine haare nur alle 5 tage wasche fallen bei der wäsche ca 80 -100 aus.

laut arzt kann man da ja nicht von haarausfall sprechen aber ich find es trotzdem viel

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [mrs.xy](#) on Sat, 16 Mar 2013 22:20:31 GMT

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

Hi Zuckerwatte,

ich find, Du hast das super mit dem Schütthaar gemacht ! Sieht klasse aus und befreit seelisch ungemein, oder?

Ich selbst verwende auch Schütthaar (hairoreal und das von hairmax) und bin super zufrieden ! Ordentlich mit Glanz-Haarspray festsprühen und eine Sorge weniger haben;)

Trägst Du den Concealer nach dem Waschen auf ?

Ich finde die "Schmier- und Streuvariante" nur bißchen unpraktisch, da ich 2x täglich Minoxidil auftrage und es dann leicht grau wird...

Aber zum Foto: gutes Ergebnis !

LG Nina

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Thu, 21 Mar 2013 20:22:02 GMT

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

Hallo Media,

danke für die Komplimente zu meinen Haaren. Das baut auf Eine pm ist eine private Nachricht. Die kannst du versenden wenn du auf das Profil der Person gehst, der du eine private Nachricht schreiben willst. Dort gibt es dann die Option, dass du eben ne private Nachricht schreiben kannst

Liebe samy00,

ich habe mir meine Produkte im fidentia shop bestellt. Das war der einzige Onlineshop den ich gefunden habe, der mir seriös erschien (ich will um Gottes Willen nicht sagen dass es nicht noch andere seriöse Shops gibt, ich habe nur keine anderen gefunden/weiß von keinen anderen). Ich habe mir dort den Hair Concealer von K-Max in dunkelbraun bestellt, von einer anderen Marke gibt's den in dem Shop auch gar nicht. Das Schütthaar hab ich von Ecobell bestellt da es das günstigste Produkt war und ich ja erstmal austesten wollte. Mir hat die Farbe davon aber nicht ganz so gut gefallen. Da habe ich halt auch dunklebraun bestellt, aber die Farbe ist sehr rötlich. Wenn man's gut im Haar verteilt dann merkt man's nicht mehr, habe von Natur aus rötliche Reflexe im Haar, da passt es, aber an manchen Stellen will ich's halt nicht so viel verteilen, beim verteilen wisch ich's nämlich oft weg, weiß nicht ob ich mich da einfach nur doof anstelle oder ob's wirklich nicht gut geht mit verteilen, da ich so wenig Eigenhaar habe. Jedenfalls habe ich ein kleines Döschen als Probe noch mitgeliefert bekommen, wieder dunkelbraun, diesmal von K-Max, also die Marke von Concealer. Hier finde ich die Farbe wesentlich besser, dunkelbraun ist wirklich dunkelbraun und kein warmes Schokobraun wie bei dem Ecobell. Dafür ist das Produkt aber teurer. Beide Schütthaarmarken sind sehr fein. Ich glaube etwas faseriges Schütthaar wäre besser für Leute wie uns, die wirklich wenig Eigenhaar haben. Sowohl Ecobell als auch K-Max ist schon richtiges Pulver, Fasern erkennt man mit dem bloßen Auge gar nicht mehr.

Richtig volles Haaar kriegt man davon aber nicht. Bei mir ist es halt so dass es die lichten Stellen kaschiert, dafür ist es ja auch gedacht. Aber mehr Volumen kriegt man davon nicht. Meine Haare liegen trotzdem platt auf dem Kopf.

mrs.xy schrieb am Sat, 16 March 2013 23:20Hi Zuckerwatte,

ich find, Du hast das super mit dem Schütthaar gemacht ! Sieht klasse aus und befreit seelisch ungemein, oder?

Ich selbst verwende auch Schütthaar (hairoreal und das von hairmax) und bin super zufrieden ! Ordentlich mit Glanz-Haarspray festsprühen und eine Sorge weniger haben;)

Trägst Du den Concealer nach dem Waschen auf ?

Ich finde die "Schmier- und Streuvariante" nur bißchen unpraktisch, da ich 2x täglich Minoxidil auftrage und es dann leicht grau wird...

Aber zum Foto: gutes Ergebnis !

LG Nina

Vielen Dank! Ja, das baut unglaublich auf!! Als ich zum aller ersten Mal den Concealer und das Schütthaar benutzt habe habt ich ein paar Freunde für einen Filmeabend eingeladen. Denen fiel sofort auf dass etwas anders an mir ist, aber sie konnten nicht so recht sagen was. Schließlich meinte eine Freundin 'du siehst heute einfach so glücklich aus!'. Das sagt doch schon alles, oder?

Ich trage den Concealer auf sauberes Haar auf, aber nicht immer gleich nach dem Waschen. Ich wasche mir die Haare meist Abends und den Concealer trag ich dann erst am nächsten Morgen auf, bevor ich aus dem Haus gehe.

Wegen dem Minoxidil mit Concealer kann ich dir nichts sagen... Da hab ich auch schon drüber nachgedacht. Ich wollte es mal mit Pantostin versuchen (bin nicht dazu gekommen mir das zu besorgen) und da habe ich auch überlegt, wie das überhaupt gehen soll dann... Ich habe eigentlich gar nicht so sehr daran gedacht, dass dann der Concealer vielleicht mit in die Kopfhaut einwirkt wenn man Lösung einreibt, sondern viel mehr an die Kostenfrage, da ich dann ja jeden Tag neu 'schminken' müsste statt jetzt nur alle paar Tage, halt nach jeder Haarwäsche, denn der Concealer hält lange...

LG

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Strohkopf](#) on Fri, 22 Mar 2013 00:00:32 GMT

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

Also ich muss noch einmal sagen:

Deine Bilder die ich Anfangs gesehen habe, da hat man schon Kopfhaut gesehen.
Und die Bilder die du hier zuletzt gepostet hast, da sieht alles total dicht aus und vot allem sieht es aus wie HAARE! - hat das wirklich alles nur das Schütthaar getan?!
Hattest du seitdem keinen Neuwuchs mehr?

Ich mag es dann kaum glauben - das Zeugs scheint besser, als ich dachte.

Ach ja, was ich eigentlich wollte:

Habt ihr keine Angst, den Concealer oder Haarspray oder Haarlack zu benutzen?
Sei es nun beim Thema Schütthaar oder sonstwas - ich lese hier oft, dass ihr gerne Haarspray oder Haarschaum benutzt.
Ich habe eher Angst vor sowas, weil die Haare bei mir sich durch Haarspray anfühlen wie angetrocknete Eiszapfen oder so... so zerbrechlich. Und ich mag ja jedes Haar, welches ich noch habe schützen...
Da ist ein Haarspray oder ein Haarlack bestimmt nicht sehr förderlich.. oder?

Ich würde mir auch gern mal den Pony nach rechts fixieren, aber ich habe einfach total Angst, mir da noch Haargel oder sonstwas reinzuschmieren, weil das ja dann hart wird und beim durchkämmen abends noch mehr Haare in der Bürse hängen - ?!

Subject: Aw: Neu hier und super unglücklich, bitte um Rat!

Posted by [Zuckerwatte](#) on Fri, 03 May 2013 18:28:13 GMT

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

Hallo Strohkopf, es tut mir Leid, dass ich dir erst jetzt antworte, ich hatte so viel um die Ohren, ich habe einfach nicht mehr ins Forum geschaut. Schade dass dir niemand sonst geantwortet hat.

Also um deine erste Frage zu beantworten:

Zitat: Und die Bilder die du hier zuletzt gepostet hast, da sieht alles total dicht aus und vot allem sieht es aus wie HAARE! - hat das wirklich alles nur das Schütthaar getan?!

Nein. Schütthaar allein bewirkt bei mir nicht viel, da ich am ganzen Kopf sehr viele Haare verloren habe. Nur mit Schütthaar sehe ich trotzdem kahl aus und man sieht das Schütthaar auch deutlich, da ich zu wenig Eigenhaar besitze. Was du auf den Fotos siehst die Kombination aus Concealer/Haarpuder und dem Schütthaar. Tatsächlich benutze ich nur sehr wenig Schütthaar. Den Concealer trage ich Schicht für Schicht auf dem ganzen Kopf auf, beginnend am Mittelscheitel, dann jeweils runter bis zu den Ohren. Nur den Hinterkopf spare ich aus, da habe ich keine kahlen Stellen. Dann kommt nur an den Scheitel etwas Schütthaar für mehr Volumen, damit es eben mehr nach Haar aussieht. Das ganze wird dann mit ganz wenig Haarspray fixiert.

Zitat: Hattest du seitdem keinen Neuwuchs mehr?

So sieht's aus, leider kein Neuwuchs

Zitat: Habt ihr keine Angst, den Concealer oder Haarspray oder Haarlack zu benutzen?

Deine Sorge kann ich verstehen. Ich hatte auch bedenken Haarspray an meine super feinen wenigen Haare ran zu lassen... Aber bisher hat sich das nicht negativ auf meine Haare ausgewirkt. Ich benutze aber ohnehin auch nur gaaanz wenig. Ich trage Concealer und Schütthaar auf wie oben beschrieben, und gehe dann ganz kurz einmal mit nem Glanzhaarspray über den Scheitel wo das Schütthaar drauf ist. Das wars. Nur ganz wenig reicht völlig, einfach damit das Schütthaar mir nicht auf die Stirn fliegt. Und es reicht völlig aus bis zur nächsten Haarwäsche. Ich bürste mir die Haare bis nur nächsten Haarwäsche nur noch in den Längen und maaal wenns nötig is vorsichtig am Ansatz, achte aber darauf dass ich nicht über die Kopfhaut kratze dabei. So überbrücke ich manchmal bis zu vier Tage bis zur nächsten Haarwäsche ohne dass die Haare fettig aussehen. Wenn ich nichts in den Haaren drin habe (sprich Concealer und Co) dann sehen meine Haare noch am gleichen Tag fettig aus, weil halt die Kopfhaut so stark sichtbar ist...

Wenn du magst kann ich dir auch sagen welches Haarspray ich benutze (ist ein Drogerieprodukt). Weiß nicht ob ich das hier im Forum einfach sagen kann.
