

---

Subject: Pille absetzen oder abwarten

Posted by [Fisch82](#) on Mon, 11 Mar 2013 14:38:15 GMT

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

---

Hallo!

Ich lese schon seit längerer Zeit mit und habe mich heute angemeldet, weil ich alleine nicht weiter weiß.

Ich habe seit Oktober 2012 Haarausfall. Im Oktober und November war es ganz schlimm (im Schnitt 300 Haare täglich). Seitdem wird es stetig etwas besser, so dass ich jetzt bei 120 Haaren angekommen bin (ca. 30 - 70 an Nichthaarwaschtagen und rund 450 Haare an Waschtagen). Trotzdem ist das noch weit über dem, was ich gewohnt bin. Ihr kennt das ja sicher...

Ursachen kommen einige in Frage:

- Pillenwechsel Mitte April 2012 (von Femigyne auf Bella Hexal), im September wieder 1 Monat zurück auf Femigyne und seit Oktober wieder Bella Hexal
- schwere Erkältung im August - Mitte September (Bindegewebeschädigung, Bronchitis, Kehlkopfentzündung, Ohren, Nase...alles was man am Kopf haben kann), gleich hintendran eine Mandelentzündung, habe aber nur antibiotische Augentropfen genommen und Aspirin
- Schilddrüsenunterfunktion / Hashimoto (Diagnose im November 2012), bin seit Februar bei 100 µg L-Thyroxin
- (mal wieder) Eisenmangel (Diagnose November 2012, habe zur Zeit der Blutabnahme schon 3 Wochen Eisentropfen genommen)
- Stress: ja Uni-Stress/Abschlussprüfungen, Vater immer wieder im Krankenhaus wegen dem Herzen

Meine Laborwerte vom Dezember bis Januar habe ich einfach mal in der PDF-Datei angefügt.

Dazu hätte ich nämlich eine Frage:

Ich überlege nun die Pille abzusetzen (würde heute die letzte nehmen). Ich weiß, die Wahrscheinlichkeit, dass der Haarausfall an einer antiandrogenen Pille wie der Bella Hexal liegt, ist vielleicht nicht so hoch, aber ich habe das Gefühl, dass irgendwie alles durcheinander geraten ist und da der Haarausfall trotz Eiseneinnahme und L-Thyroxin-Einnahme noch vorhanden ist, wäre das wohl der nächste Schritt oder?

Ich habe im Juli wieder einen Termin beim Endokrinologen zur Überprüfung der Schilddrüsenwerte und wollte da die Chance nutzen, vielleicht die Geschlechtshormone gleich nochmal mitbestimmen zu lassen. Ich weiß, dass die Hormone unter Pilleneinnahme nicht aussagekräftig sind (die Blutabnahme war am letzten Tag der Pilleneinnahme). Aber trotzdem verwirrt mich zum Beispiel dieser sehr niedrige Östrogenwert. Ich bin da leider aber auch der absolute Laie. Vielleicht kann sich ja jemand die Werte einfach mal anschauen und seine Meinung dazu äußern.

Leider verliere ich auch kurze Haare, so 10 cm, auch kürzere oder etwas längere und natürlich die ganz langen Haare. Probleme gibt es in meiner Familie nur bei meinem Vater. Er selbst meint, es kommt von den vielen Medikamenten, die er seit jungen Jahren nimmt (Antidepressiva, Insulin, Blutdrucktabletten, Schilddrüsenhormon und wahrscheinlich noch ne ganze Menge mehr). Bei allen anderen (meinem Bruder, Mutter, (Ur-)Omas/Opas, Tante,

Cousine) ist nichts, im Gegenteil, die vollsten Haare. Die hatte ich auch, bis eben zum Oktober.

Was denkt Ihr darüber? Dem Eisen und dem Schilddrüsenhormon noch länger eine Chance geben sich wieder zu regulieren oder den Schritt wagen?

Ich habe wirklich Angst, den falschen Schritt zu gehen. Bin für jeden Rat dankbar!!!

Sorry für den umfangreichen Text.

---

#### File Attachments

1) [Werte.pdf](#), downloaded 494 times

---

---

Subject: Aw: Pille absetzen oder abwarten

Posted by [Traurig](#) on Mon, 11 Mar 2013 14:59:09 GMT

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

---

Hallo und Willkommen

also dass das Östrogen so niedrig ist, kommt von der Pille. Ich persönlich würde die Pille absetzen an deiner Stelle (aber so generell, nicht unbedingt wegen den Haaren). Dass dir die Haare momentan verstärkt ausfallen, könnte denke ich an dem ganzen Pillenrumgewchsel liegen (insofern die Inhaltsstoffe der Pillen nicht identisch sind). Die Schilddrüse könnte den Ausfall davor bedingt haben, bis sich da was tut dauert es..(hast ja erst im Feb mit Medikamenten angefangen). Aber die Profis können dir hier sicherlich mehr sagen!

Lg

---

---

Subject: Aw: Pille absetzen oder abwarten

Posted by [Cora](#) on Mon, 11 Mar 2013 15:01:11 GMT

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

---

Hi.

Du hast ja beeindruckende Antikörperzahlen. Gut, dass die Diagnose Hashimoto schon vorliegt ... auch der ft4 war ziemlich im Keller, von daher glaube ich, dass du - vorläufig - mit 100 µg LT ganz gut fährst. Allerdings wäre es gut, wenn deine Schilddrüsenwerte auf alle Fälle vor Juli (im Idealfall alle 6 bis 8 Wochen) kontrolliert würden. Nicht nur TSH, auch die freien Werte. Je schneller du bei der für dich idealen Dosis bist, um so besser.

Pille absetzen ist (auch in diesem Zusammenhang, Pille begünstigt die Unterfunktion!) auf alle Fälle eine gute Idee. Ich gehe stark davon aus, dass der häufige Pillen-Wechsel in Verbindung mit Hashimoto deinen Haarausfall verursacht. Also bei deiner Geschichte und deinen Werten liegt das einfach seeeeehr nahe. Mach dir mal vorläufig nicht so viele Gedanken über mögliche andere Ursachen - dafür ist später noch Zeit, wenn das Hormonchaos vorbei ist und deine

Haare trotzdem noch ausfallen sollten.

Und dann heißt das Zauberwort natürlich vor allem Geduld - auch wenn das irre schwer ist. Ich hatte in der gleichen Phase irgendwann überhaupt keine mehr, bzw. Panik zu spät das Richtige zu unternehmen ... hab dann wieder die Pille genommen und bin damit grandios gescheitert. Ich habe Haarausfall seit August 2008 und bin mir mittlerweile sicher: Die Pille hat damals nicht nur den Haarausfall, sondern auch ne Schilddrüsen-Unterfunktion (bei mir ohne Hashi) ausgelöst, und das Chaos war für meinen Körper einfach zu groß, als dass er es alleine geregelt bekommen hätte. Nehme seit 3 Jahren SD-Hormone und kann JETZT langsam behaupten, dass der HA sich bei richtiger Dosierung zumindest auf einem erträglichen Niveau einpendelt \*auf Holz klopft\*

---

---

**Subject:** Aw: Pille absetzen oder abwarten  
**Posted by** [Fisch82](#) **on** Mon, 11 Mar 2013 15:22:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Vielen Dank für die schnellen Antworten.

L-Thyroxin nehme ich seit dem 01. Dezember, angefangen mit 25 µg und bin nun bei 100 µg angelangt. Habe am 18.03. wieder einen Termin bei der Nuklearmedizinerin. Dann nehme ich die 100 µg etwas über 4 Wochen. Gehe immer im Wechsel zum Endo und zur Nuk. Habe vorher schon gelesen, dass gerade in der Einstellungsphase öfter kontrolliert werden sollte und nicht nur aller 3 - 6 Monate.

Am 03.04. habe ich auch einen Termin beim Hautarzt. Möchte dort gerne einen Trichoscan machen lassen. Einfach um zu sehen, ob miniaturisierte Haare dabei sind und wie viele überhaupt noch wachsen.

Ich habe bis jetzt rund 40.000 Haare verloren (ja, ich zähle)  
Es wachsen auch einige nach, aber so viele dann doch nicht. Im November war ich bereits bei meiner Hautärztin und habe ein Trichogramm machen lassen. Ich habe mir die genauen Werte nicht geben lassen. Das hätte mich nur noch mehr runter gezogen. Aber es tat nicht weh...und das sagt schon einiges. Weiß halt nur, dass sie ein Telogeneffluvium diagnostiziert hat.

---

---

**Subject:** Aw: Pille absetzen oder abwarten  
**Posted by** [Cora](#) **on** Mon, 11 Mar 2013 15:32:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich habe mittlerweile schon mehrfach gehört / gelesen, dass starke Ausfallzahlen in den allermeisten Fällen einen hormonellen Hintergrund haben. Keinen "erblichen", sondern einen pathologischen.

Und sowohl die SD-Unterfunktion (bzw. Hashimoto) als auch der häufige Pillenwechsel (als auch die Pille ganz allein!) können jedes für sich genau so einen Haarausfall auslösen!

Also wäre ich an deiner Stelle, würde ich mir z.B. momentan keine Gedanken über Regaine o.ä. machen. Ich finde übrigens auch nicht, dass du ein Trichogramm oder einen Trichoscan brauchst. Auch wenn dein HA durch hormonelles Chaos bedingt ist, können miniaturisierte Haare entstehen - die werden dann wieder ausfallen und irgendwann kommen wieder stärkere Haare nach, WENN das Chaos erstmal beseitigt ist. Der Hautarzt wird beim Anblick der miniaturisierten Haare aber auf alle Fälle AGA sagen - das muss deswegen noch lange nicht stimmen.

---

---

**Subject:** Aw: Pille absetzen oder abwarten

**Posted by** [Fisch82](#) **on** Mon, 11 Mar 2013 16:55:07 GMT

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

---

Nun...dann heißt es wohl, Augen zu und durch. Früher oder später muss ich die Pille ja eh mal absetzen. Mal schauen, wie es weiter geht. Ich hoffe, dass ich hier irgendwann etwas positives berichten kann.

Vielen Dank. Ihr habt mir auf jeden Fall etwas weiter geholfen und Mut gemacht.

---