

---

Subject: AKUT Immer lichtere Haare, aber KEIN Haarausfall

Posted by [erdbeerkati](#) on Tue, 14 May 2013 07:47:51 GMT

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

---

Hallo,

ich bin Kati, bin 26 Jahre alt und Mama von zwei Kleinkindern... (1 1/2 + 4 Jahre)

Ich habe seit 2 Wochen plötzlich, AKUT diffusen Haarausfall...

Ich weiß nicht, Haarausfall bedeutet ja eigentlich mehr als 100 Haare am Tag zu verlieren, dass ist bei mir aber nicht so... Sie fallen ganz normal im Rahmen aus, nur anscheinend wachsen keine Neue... Selbst wenn ich durch meine Haare fahre, habe ich kein Haar in der Hand, vielleicht nach dem dritten Mal ein Haar oder so...

Mein oberes, vorderes Kopfhaar ist innerhalb zwei Wochen soo extrem dünn geworden, dass man die Kopfhaut sieht. Wenn das so weiter geht, habe ich in zwei, drei Wochen KEINE Haare... Bin ich mir sicher...

Ich bin mehr als verzweifelt, wirklich, ich kriege fast jeden zweiten Tag fast einen kompletten Nervenzusammenbruch...

An einer Stelle sind sie extrem dünn, das sie so im Scheitel gar nicht mehr liegen können...

Es fing an am Scheitel... An dem, den ich immer trug. (seitenscheitel) Eine winzige, diffuse Lücke... mittlerweile ist mehr oder weniger mein ganzer Oberkopf vorne betroffen...

Letzte Woche habe ich ein komplettes Blutbild machen lassen. Alle Werte okay... Nix auffälliges, keine Mängel.. nix...

Gestern war ich beim Gynakologen.

Er nahm Blut ab um die Hormone zu prüfen.

Ich habe so gar keine weiteren Anzeichen auf eine Hormonstörung.

Allerdings habe ich trotz Beendens der Stillzeit vor 10 Monaten immer noch Muttermilch. Daher prüft er auch das Prolaktin, was nach seiner Aussage auch eine Hormonstörung hervorrufen könne.

Allerdings hatte ich das nach meiner ersten Schwangerschaft auch, sogar zwei Jahre danach auch, und nicht so plötzliche Probleme mit meinen Haaren.

Ich habe sicher meine Haare sehr strapaziert durch vieles Färben, Tönen und Glätten.. aber das machen andere auch, da passiert sowas doch auch nicht...

Das lass ich auch jetzt seit einiger Zeit schon.

Mein blonder (zu braun-rot gefärbten Haaren) macht es sicher noch auffälliger... Wobei vorne so ein kleiner Ansatz nur ist... Ich glaube da wachsen die Haare auch extrem langsam oder gar nicht mehr...

Nach dem Ansatz her wachsen sie ja, aber anscheinend nach Ausfallen keine neuen Haare!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Hinten kommt es mir noch normal vor...

Ich habe von Haarstrukturschäden gelesen, die auch lichtetes Haar verursachen, da die Haare am Haarschaft abbrechen.

Hinkommen könnte es ja, habe sehr brüchiges Haar.

Aber würde man dann nicht Stoppeln sehen?

Ich kann nicht mehr, ich hatte immer soooo lockige, dicke, auch krausige Haare... SIE SIND GESAMT AUCH SEHR SEHR DÜNN GEWORDEN Ich bin so verzweifelt, bin doch erst 26...

Stress? Jaa.. in dem letzten halben Jahr extrem.. Versuche das jetzt schon irgendwie, dass ich mehr Ruhe hineinbekomme... Ernährung war in den letzten zwei Jahren auch ne Katastrophe... Kann mir ja vorstellen, dass es davon kommt, aber gleich sooooo?

Grunderkrankung habe ich nur Neurdermitis (aber seit Dezember eigentlich sogar eine Ruhephase) Kopfhautjucken ist schon da... Aber wie immer...

Ich nehme Lamictal (lamotrigin) wegen eines einmahligen Krampfanfalls vor zwei Jahren (aber wahrscheinlich durch Antibiotika ausgelöst)::

Wie kann ich bitte Stress verringern, wenn ich jedes mal psychisch am Ende bin wegen meiner Haare...

Ich mache mir sooo Gedanken, fühle mich so hässlich, mich kennen auch in der Umgebung soo viele Leute...

Mittwoch habe ich einen Termin beim Hautarzt, aber viel verspreche ich mir davon nicht. Denn die allersympatischste ist sie mir nicht, aber woanders ist alles voll.

Ich nehme momentan seit zwei Wochen ein Multivitaminpräparat (300% Biotin) und Zink, außerdem 3 mal Kieselerde pro Tag.

Was kann ich noch tun?

Wachsen die Haare nach, oder niemals?

Wie kann ich sehen, dass sich neue Haare bilden?

Könnte ich sehen, wenn sie am Haarschaft abbrechen, durch Stoppeln?

Wachsen die Haare denn wieder nach, wenn eine eventuelle Hormonstörung behoben wäre?

Übrigens kann es nicht anlagebedingt sein... Mein Opa hat mit 70 noch volles Haar...  
Beiderseits gibt es sowas in der Familie nicht.

AAAH... Ich könnte so weinen...

Ich finde darüber auch echt nix im Internet.. Vor allem so plötzlich..-

---

Subject: Aw: AKUT Immer lichtere Haare, aber KEIN Haarausfall

Posted by [Tanjah](#) on Tue, 14 May 2013 09:00:05 GMT

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

Hallo Kati,

herzlich willkommen hier....

leider fing es bei mir auch nach der 2ten Schwangerschaft extrem an, dass die Haare ausfielen und immer dünner wurden.

Spontan fällt mir ein, dass die Stillzeit und zwei Schwangerschaften kurz hintereinander für den Körper auch eine Belastung sind.....Hormone rauf und runter, rauf und runter usw...und natürlich die enorme Mehrmenge, die dein Körper an Vitalstoffen braucht. Du sagst, du hast dich schlecht ernährt. ..Zusätzlich bedeutet es großen Stress, zwei kleine Kinder zu versorgen, stillen etc...

ich würde mir an deiner Stelle mal Vitamin- Mineralanalyse machen lassen, Eisen, Vit.B12, D, Folsäure, Zink und mir danach sogar Vitamin-Mineralstoffinfusionen geben lassen. Machen manche HP (evtl musst du selbst zahlen). Dein Hormonstatus wird ja gerade untersucht.

Stressreduzierung ist natürlich auch immer gut. Wenn es am Vitaminmangel liegt, können sich deine Haare wieder erholen.

Nimmst du irgendwelche Hormone/Pille?

wenn in deiner Familie kein Aga vorkommt ist es eher unwahrscheinlich, dass du das auch hast.  
lg T

---

Subject: Aw: AKUT Immer lichtere Haare, aber KEIN Haarausfall

Posted by [erdbeerkati](#) on Tue, 14 May 2013 19:45:19 GMT

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

Nein ich nehme keine Pille o.ä.

Nach einigen Recherchen bin ich mir fast sicher, dass der Wert Prolaktin erhöht sein wird. Würde auf mich passen... Kann man da gegen was tun? Wachsen dann wieder Haare...

Ich denke auch, dass es ein Zusammenspiel aus allen ist, aber es kommt mir gerade alles so plötzlich vor... Jeden Tag bilde ich mir ein fehlt ein Stück.

Der Haarausfall ist ja nicht extrem,eher so schleichend.. Und jetzt sieht man das total. Ich hätte niemals gedacht, dass mir das passiert, weil ich immer so dickes, krauses, lockiges Haar hatte... Das ist der Vorteil, ich kann gerade noch so alles halbwegs verstecken, wenn ich mir die Haare irgendwie mit 1000 Spangen hochstecke... Eben weil da noch Locken sind.

Ich will, das neue Haare wachsen Ich will wenigstens wissen, ob da an den freien, lichten Stellen wieder was wachsen kann...

Das Foto wäre jetzt vom Haaransatz vorne, seitlich.. Die Haare sind ja am ganzen vorderen Oberkopf und an den Seiten licht, und mein blonder Ansatz macht das ja auch noch so auffällig, wobei zum Glück wachsen diese Haare wenigstens noch...

#### File Attachments

1) [2013-05-13 18.29.35.jpg](#), downloaded 711 times

