
Subject: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Sat, 09 Aug 2014 19:11:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo alle zusammen.

Mir geht's so schlecht in den letzten Tagen. Bin wegen meinem Haarausfall wirklich mit meinen Nerven am ende. Ich kann mir meine Haare einfach so ausziehen. Bei jedem Zug durch die Haare habe ich Haare zwischen den Fingern hängen. Ich entwickel schon einen Zwang, indem ich mir den ganzen Tag durch die Haare fahre. Ich kann es nicht ignorieren.

Ich weine fast täglich weil ich Angst habe bald einen Kahlschlag zu kriegen. Wird nicht mehr lange dauern wenn das so weiter geht. Ich weiß nicht mehr was ich machen soll. Ich fliege in einer Woche in den Urlaub und kann mich nicht mal drauf freuen.

Als ich vor ca. 8 Monaten mit der Pille angefangen habe ging es mir zwischenzeitlich gut und es wuchsen sogar ein paar Haare nach. Aber seit ein paar Wochen ist es wieder ganz schlimm. Und der psychische Stress macht das ganze wahrscheinlich noch schlimmer.

Wie geht ihr nur damit um?

Ich bin so traurig, hätte nie gedacht das Haare einen so fertig machen können

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [VRoth](#) on Mon, 11 Aug 2014 09:56:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Das könnte ich geschrieben haben.. Fahre selbst am Donnerstag in den Urlaub und ich war immer so ne Wasserratte.. Jetzt hab ich regelrecht Angst davor, baden zu gehen, weil ich denke, dass ich den ganzen Pool vollhaaren werde vor 3 Monaten war alles noch gut.. Mittlerweile denke ich, meine Haare sind gar nicht mehr wirklich verankert, weil man sie auch einfach so rausziehen kann.. Ich hasse das! Manchmal ist es besser und dann denke ich, alles wird wieder gut - tja und am nächsten Tag sind's dann wieder weit über 100..

Ich hoffe für uns alle, dass es irgendwann einfach mal aufhört! Auch wenn man es nicht will, bestimmt es doch irgendwo den Alltag.

Liebe Grüße

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [Cora](#) on Tue, 12 Aug 2014 09:29:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich denke, die meisten von uns kennen diesen Zustand. Also die, die auch massiven Haarausfall hatten, auf jeden Fall.

NICHTS hat mich in meinem Leben bisher so ausgeknockt wie die Phasen, in denen ich mir Strähne um Strähne vom Kopf ziehen konnte. Man dreht einfach irgendwann hohl.

Drum kann ich dir nur diesen einen Tipp geben: Augen zu und durch. Die Haare, die jetzt

ausfallen, kannst du nicht mehr aufhalten. Versuch das zu akzeptieren (ich WEISS, ist irre schwer). Und versuch auch zu akzeptieren, dass es dir im Moment einfach beschissen geht damit. Das ewige Gedöns von anderen á la "Ach komm, geh doch mal wieder raus, denk doch mal an was anderes, sind doch nur Haare" ... hat mich immer nur zusätzlich aggressiv gemacht.

Der hardcore-Haarausfall hört irgendwann auf. Ja klar, spätestens, wenn man gar keine Haare mehr hat. Aber das passiert wirklich nur in Ausnahmefällen, und auch DAS kann man irgendwann akzeptieren. Mit Haarteil, Perücke etc. Es gibt auf jeden Fall auch für dich ne Lösung, sollte der allerschlimmste Fall eintreten.

Bleib an der Ursachenforschung dran, aber versuch, dich nicht völlig verrückt damit zu machen.

Bei den meisten wachsen die Haare wieder nach. Vielleicht nicht alle, aber genug

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Tue, 12 Aug 2014 13:28:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für eure Antworten.

Ich versuche mich selber aufzubauen indem ich nach Perspektiven suche für die Zukunft wie tolle Perücken aber richtig klappen tut es nicht. Perücken ist leider ein Horrorgedanke auch wenn es schöne gibt. Aber das wird doch meinem Umfeld sofort auffallen wenn ich plötzlich mit dichtem Haar in der Arbeit auftauche.

Machmal frage ich mich auch ob die Psyche nicht auch eine große Rolle spielt. Je mehr ich mich hinein steigere desto mehr Haare gehen aus. Kann aber auch Einbildung sein. Ich weiß es nicht. Hab im Moment jegliche Lebensfreude verloren und das tatsächlich wegen Haaren. Ich schaue jeder Frau auf die Haare und frage mich dann "Warum nur ich?"

Ich glaube, ich befinde mich zur Zeit in einem Schub, keine Ahnung. Ich hoffe es hört irgendwann auf.

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [Cora](#) on Tue, 12 Aug 2014 17:33:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

M.E.85 schrieb am Tue, 12 August 2014 15:28 Perücken ist leider ein Horrorgedanke auch wenn es schöne gibt. Aber das wird doch meinem Umfeld sofort auffallen wenn ich plötzlich mit dichtem Haar in der Arbeit auftauche.

Lies doch hier mal ein paar Threads zum Thema Perücke, Wig, Haarteil. Die allerallermeisten berichten, dass das Umfeld normalerweise GAR NIX checkt. Die denken, man hat ne neue Frisur,

ne neue Farbe, ein neuer Frisör hat sooo tolle Strähnchen gemacht, dass es jetzt viel voller aussieht ...

Du musst dir bewusst machen, dass kein anderer Mensch deinen Haarausfall als so massiv wahrnimmt wie du.

Und selbst WENN. Letzten Endes muss man dann mal zwei Wochen lang durch ne nervige Erklärphase, und danach ist gut. Ich persönlich ziehe eh meinen Hut vor Leuten, die locker zu ihrem Problem und vor allem der Lösung stehen. Ne Lösung zu suchen und zu finden ist etwas, auf das man stolz sein sollte!

Aber wie gesagt - es ist normal, dass du jetzt, in der Horror-Ausfallphase, nur schwarz sehen kannst. War bei mir genau so. Es wird wieder besser

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Tue, 12 Aug 2014 17:44:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, da magst du vollkommen recht haben. Es ist aber nicht nur die Erklärungsnot die mir sorgen macht. Ich stelle es mir sehr aufwändig vor mit den Clips usw. Hinzu kommt dieses Fremdkörpergefühl auf dem Kopf, das starke Pflegen der Perücken und das allerschlimmste: das Abnehmen der Perücke abends und diese schreckliche Wahrheit wieder zu sehen. Ich möchte gerne was dauerhaftes aber das ist nun mal schwierig. Da geht nur eine Haartransplantation
Ich hab auch Respekt vor jeder Frau die selbstbewusst damit umgehen kann.

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [Cora](#) on Tue, 12 Aug 2014 19:33:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hast du dich schon mal umfassend informiert? Es gibt doch zig Lösungen, wo der Haarerersatz nur alle paar Wochen beim Frisör abgenommen wird und man sich das Elend eben nicht angucken muss.

Außerdem kann mich sich wirklich an viiiiiel viel mehr gewöhnen, als man so denkt. Ich hab z.B. seit 8 Jahren einen dauerhaften, schrillen Pfeifton im Kopf. Ein echt übler Tinnitus. Das ist ne andere Sorte von Gewöhnung als an Haarerersatz. Logisch hab ich anfangs gedacht, ich muss aus dem Fenster springen, wenn das nicht aufhört. Und mittlerweile nervt der zwar immer mal wieder gewaltig, aber ich kann gut damit leben.

Dann kannst du das zur Not auch mit Haarerersatz.

Davon mal abgesehen, hab ich im anderen Forum ein Foto von dir gesehen. Dein Problem ist

momentan nur der Scheitel, oder? Hast du mal Toppik o.ä. probiert?

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Wed, 13 Aug 2014 06:20:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey wir können uns die Hand reichen, ich hab auch seit 10 Jahren einen Tinnitus. Hab sogar mehr Geräusche im Ohr. Hatte auch erst Schwierigkeiten mich daran zu gewöhnen.

Aber was die Haare angeht, bin ich da glaube ein extrem eitler Mensch. Lege mehr wert auf Haare wie viele andere Menschen. Würde für schöne Haare wirklich so einiges auf mich nehmen.

Ich hab zwar überwiegend Probleme mit dem Scheitel allerdings hab ich auch extreme Geheimratsecken wo mir zur Zeit besonders viele Haare ausgehen. Am Oberkopf gehen aber auch sehr sehr viele aus, leider auch viele miniaturisierte.

Toppik oder ähnliches habe ich noch nicht versucht. Mit meinem Ist - Zustand kann ich ja noch leben aber mir macht halt die Zukunft wahnsinnige Ängste. Klingt jetzt hart aber bevor mich der Kahlschlag trifft, sterbe ich lieber vorher

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [Cora](#) on Wed, 13 Aug 2014 09:05:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

M.E.85 schrieb am Wed, 13 August 2014 08:20Hey wir können uns die Hand reichen, ich hab auch seit 10 Jahren einen Tinnitus. Hab sogar mehr Geräusche im Ohr. Hatte auch erst Schwierigkeiten mich daran zu gewöhnen.

Na dann ... *Hand reich*

Da komm ich ja schon wieder ins Grübeln, ob die ganze Angelegenheit nicht doch stressbedingt ist. Und ob Leute wie du und ich eben einfach extrem stressempfindlich sind und uns drum alle möglichen Symptome einhandeln.

Ich weiß, die meisten behaupten immer "Ich hatte keinen Stress, geregelte Arbeitszeiten, glückliche Beziehung etc., bevor der HA anfing" aber viele Sorten von Stress nimmt man doch gar nicht als solche wahr. Weil man sich dann hysterisch vorkommt. Wenn ich dran denke, wieviele Frauen sich jeden Morgen akribisch stylen, bis alles perfekt ist ... da fängt der Stress doch schon an.

M.E.85 schrieb am Wed, 13 August 2014 08:20

Aber was die Haare angeht, bin ich da glaube ein extrem eitler Mensch. Lege mehr Wert auf Haare wie viele andere Menschen.

Nee. Auch das geht den meisten hier so. Erst mit Haarausfall fällt allen auf, wie irre wichtig das Kopfgestrüpp ist. Frau braucht schöne Haare, um jung und begehrenswert auszusehen. PUNKT. Das Schönheitsideal in unserer Gesellschaft funktioniert nun mal so.

Trotzdem denkt man nach ner Weile einfach um, wenn man das Problem lang genug hat. Ich hab's jetzt seit 2008. Da sucht man einfach irgendwann nach ner Lösung, weil man keinen Bock mehr hat, sich ständig schlecht zu fühlen. Ok, dann genüge ich dem Schönheitsideal eben nicht mehr. Brauch ich halt andere Prioritäten

Sterben wollen wegen Haarausfall? Nie und nimmer!

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Wed, 13 Aug 2014 11:13:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du schreibst mir aus der Seele.

Frage mich auch oft ob Stress u.a. eine große Rolle spielt in punkto Haarausfall. Wie bereits geschrieben hatte ich das Gefühl weniger Haarausfall zu haben in der Zeit wo ich mich mal nicht damit beschäftigt habe weil ich anderes im Kopf hatte (Papa war schwer krank). War zwar auch Stress, aber auf was anderes bezogen. Noch ein Beispiel: Mir ist leider häufig schwindelig. Ich muss nur ein Infekt haben und schon dreht es sich in der Birne. Leider auch nicht gerade angenehm. Mir ist aufgefallen, wenn ich mich ständig auf den Schwindel konzentriere wird er schlimmer. Sobald ich ihn ignoriere geht er weg. Ich weiß zwar nicht in wie weit das mit Haarausfall möglich ist aber vielleicht spielt auch dabei die Psyche eine kleine Rolle? Ist ja auch eine Art Stress. Keine Ahnung.... Trotz allem ist es nun mal sehr frustrierend aber ich bin froh mich hier mit Gleichgesinnten austauschen zu können. Ich kenne sonst niemanden mit diesem Problem und der eigene Umfeld nimmt einen doch eh nicht ernst. Man muss es selber erlebt haben um zu wissen wie schlimm das für eine Frau ist.

Wie sieht dein Haarstatus im Moment aus? Bist du sehr lichte?
Und wieviele Haare gehen dir so aus?

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [Cora](#) on Wed, 13 Aug 2014 12:23:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir ist das nicht gut mit anderen vergleichbar. Habe sehr krause, wuschelige Haare, so dass einige IMMER NOCH sagen, man sieht nichts.

Ich selbst und mir nahestehende, ehrliche Personen sehen natürlich was. Sehr auffällig sind die Seitenpartien ... man sieht zwar nirgendwo Kopfhaut, aber die längeren Haare fehlen

mittlerweile fast komplett. Die verbliebenen Locken-Strähnen sind höchstens ein Fünftel so dick wie früher.

Bei mir wächst permanent was nach, deshalb wie gesagt keine sichtbare Kopfhaut. Sogar der Scheitel ist graaaade noch so okay. Aber die Haare werden nicht mehr länger als ... hmmm vielleicht sechs, sieben Zentimeter. Und ich seh mit kurzen Haaren leider echt furchtbar aus ... rund, trutschig, alt. Steht mir GAR NICHT. So eitel bin ich dann mit 45 schon noch, dass ich nicht rund und trutschig und alt aussehen möchte.

Behelfe mir derzeit mit selbstgebastelten Clip-In Extensions (MANN war das ne Odyssee, Haare zu finden die meinen ähneln!) und empfinde das als ziemliche Erleichterung.

Die Scheiße mit dem Stress ... ja, als mein Freund total krank war, war mein HA auch besser. Genau wie bei dir. Trotzdem kam der hardcore-Ausfall einfach so zurück, in einer guten, ziemlich entspannten Phase OHNE Gedanken über die Haare. Also als alleiniger Auslöser taugt Stress definitiv nicht ...

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Wed, 13 Aug 2014 12:34:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nee Stress als alleiniger Auslöser glaube ich auch nicht. Aber ich glaube das ein kleiner Teil dazu beiträgt. Ich weiß es nicht.

Nächste Woche fahre ich nach Leipzig zu einem Haarspezialisten. Mal sehen was er mir erzählen wird

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [VRoth](#) on Wed, 13 Aug 2014 13:29:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Stress ist aber schon ein großer Faktor. Meine Oma leidet immer mal wieder unter diffusem Haarausfall, der kommt und geht, wie er will (sie hat eine Schilddrüsenunterfunktion.. Oder Überfunktion... Eins von beidem). Und bei ihr merkt man, dass der HA wieder kommt, wenn sie sich grad wieder mal wegen irgendwas verrückt gemacht hat. Sobald sich dann der psychische Stress etwas gelegt hat, verschwindet auch der HA wieder..

Die Psyche ist schon ein hinterhältiges Ding!

Ich hab ja grad 2 Wochen Urlaub und bei mir ist es grad auch vergleichsweise weniger. Zwar immer noch mehr als normal, aber weniger als zur Arbeitszeit. Ich denke, der Körper sucht sich seine Ventile, wenn er denkt, dass der Akku (psychisch oder physisch) leer ist und sucht sich die schwächste Stelle des Körpers, um das auszudrücken. Beim einen ist es dann der Magen-Darm-Bereich.. Tja und beim anderen die Haare. Mein Psycho-Lehrer nannte das "organisches Entgegenkommen".

Sorry, langer Text

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Wed, 13 Aug 2014 13:33:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja da gebe ich dir recht.
Meine Ärztin sagte auch mal zu mir das jeder Körper Schwachpunkte hat. Bei mir wäre es der Schwindel sowie leider auch Haarausfall
Aber es ist schwer daran was zu ändern finde ich.

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [VRoth](#) on Wed, 13 Aug 2014 13:39:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja das stimmt. Mein Hautarzt haut letztens raus: "Ach, Sie sind Angestellte, da hat man ja nicht allzu großen Stress." Da hab ich gedacht, mein Schwein pfeift! Und dann der weise Ratschlag, meinen Stresspegel zu sinken...
Das ist im Alltag schwerer umzusetzen, als man denkt. Vor allem psychischen Stress zu reduzieren, den man vllt sogar nur unbewusst hat..

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Wed, 13 Aug 2014 13:45:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja solche Ratschläge kann man echt nicht gebrauchen. Finde psychischen Stress zu reduzieren auch extrem schwer. Manchmal merkt man es wirklich nicht. Kenne ich zu gut.
Diese ständigen sorgen um die Zukunft und dem Haarausfall ist auch psychischer Stress. Aber wie will man den nur vermeiden

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [Cora](#) on Wed, 13 Aug 2014 13:58:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also bei mir ist der Zusammenhang nicht im mindesten so sichtbar wie bei VRoths Oma. Mir fallen seit 6 Jahren die Haare aus, in stressigen genau so wie in ganz entspannten Phasen.

Dazu kommt, dass ich seit ca 1,5 Jahren an einem größeren, privaten Projekt arbeite, dass mich total ... glücklich macht. Trotzdem hat genau vor einem Jahr der Haarausfall mördermäßig angezogen und ist vor ein paar Monaten NOCH schlimmer geworden (ca. 500 Haare beim Waschen, sonst zähl ich nicht). Ich hab mich die ganze Zeit geweigert, mich wieder reinzusteigern. Hat auch geklappt! ... aber besser wirds trotzdem nicht.

Ich bin echt zur Zeit ziemlich planlos. Vielleicht sollte ich meinen Freund rauschmeißen und meinen Job kündigen, beides sind ziemliche Stressfaktoren. Aber eigentlich MAG ich die. Daran kanns doch bitteschön nicht liegen?!

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [VRoth](#) on Wed, 13 Aug 2014 14:00:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich weiß auch nicht so recht.. Mein Freund möchte mir bezüglich der Haare gern ne "sch..egal"-Stimmung angewöhnen. Hab ihm gesagt, dass ich die gern hätte (zumal man es nach knapp 3 1/2 Monaten HA nur sieht, wenn man mich schon länger kennt).. Aber spätestens wenn dann wieder der grauenhafte Haarewaschtag da ist und man die Hände voller Haare hat, ist es schwer, abzuschalten. Ich hab ja insofern "Glück", dass ich früh beim kämmen nie viele Haare hab (allerhöchstens 30). Aber dann am Tag fallen so viele aus. Und dann macht man sich ja innerlich doch wieder Stress..

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [VRoth](#) on Wed, 13 Aug 2014 14:03:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nein, meinte auch nicht, dass es immer 100% daran liegt, aber dass es doch auch Formen von HA gibt, die extrem mit der Stresssituation einhergehen.

Wenns danach ginge müsste ich aber auch kündigen und ewiger Single sein

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Wed, 13 Aug 2014 14:21:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja man kann drehen und wenden wie man will, letztend weiß man eh nicht woher dieser Haarausfall kommt
Es ist und bleibt furchtbar

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [kati82](#) on Sat, 23 Aug 2014 17:57:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo du! mir ging es eine weile genauso wie dir! habe auch schon diesen zwang entwickelt. aber

irgendwann habe ich damit aufgehört und bürste die haare nur noch morgens und abends einmal durch, danach schaue ich einmal grob was zusammengekommen ist. alle zwei tage werden die haare gewaschen. bei mir scheint es der immense, emotionale stress zu sein. den habe ich jetzt seit ca. einem drei viertel jahr gehabt. ganz langsam versuche ich wieder anders mit mir und meinem alltag umzugehen. seit ich ruhiger bin scheint auch der ha sich etwas zu legen. habe mal eine liste geführt und da konnte ich tatsächlich einen zusammenhang erkennen.. nach besonders stressigen tagen hatte ich dann immer schlimmeren haarausfall.. übrigens, man selbst sieht die ausmaße oft viel extremer, als sie andere wahrnehmen.. du solltest vielleicht erstmal dein blut untersuchen lassen und dich gut durchchecken lassen, wenn alles negativ sein sollte, kannst du durchaus mal in deinem alltag schauen, ob du vielleicht auch zuviel um die ohren hast.. viel glück..

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Sun, 24 Aug 2014 13:30:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo und Danke für deinen Kommentar.
Wie hast du nur geschafft diesen zwang abzustellen? Ich bin im Urlaub zur Zeit und trotzdem kann mich nix ablenken und alle Gedanken drehen sich um Haare. Hab so enorme Zukunftsängste und ich glaube das das mein enormer Stress ist und sicher auch den Haarausfall verstärkt. Kann es aber nicht abstellen
Blut werde ich nächste Woche checken lassen wenn ich wieder zu Hause bin. Dann werde ich entweder mit Regaine anfangen oder mir die Diane verschreiben lassen, wobei dies eine gefährliche Option für mich wäre. Aber für meine Haare würde ich alles in kauf nehmen.
Hast du auch lichte stellen? Was hast du alles ausprobiert?

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [VRoth](#) on Sun, 24 Aug 2014 20:22:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!
Wollt mich auch nochmal bei dir melden. Ich war jetzt im Urlaub und muss sagen: es war besser als befürchtet. Als wir in der Türkei ankamen und ich die hohe Luftfeuchtigkeit merkte, hab ich mich innerlich schon von vielen Haaren verabschiedet. Muss aber sagen, dass es in der Zeit des Urlaubs sogar wieder so gut war, wie schon lange nicht mehr! Die höchste Ausfallzahl, die ich hatte, waren 80 Haare am Washtag!! Das hatte ich das letzte Mal vor 4 Monaten... In letzter Zeit kämpfte ich mit 200+..
Seitdem ich wieder zuhause bin, ist es wieder schlechter geworden, aber lange nicht mehr so schlimm wie vor dem Urlaub, mal sehen, wie lang es denn so bleibt..
Soviel zum Thema "Stress und Belastung wirkt sich auf die Haare aus"
Hoffe, du konntest/kannst deinen Urlaub genießen.
LG

Subject: Aw: Ich kann nicht mehr :-(
Posted by [M.E.85](#) on Tue, 26 Aug 2014 11:10:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wollt mich nochmal kurz zurück melden.

Sagt mal, ich habe am Pony wo die Geheimratsecke eine lockige Strähne die aus etwa 80 Haaren besteht. Allein aus dieser Strähne ziehe ich mir jeden Tag 5-10 Haare aus. Einfach so! Und jeden Tag! Ich weiß das dieser Beobachtungswahn krank ist aber ich kann es einfach nicht abstellen und frage mich ernsthaft wo das hinführen soll. Heißt es, dass ich in ein paar Wochen keine Haare mehr in dem Bereich haben werde? Hab jetzt schon das Gefühl es sind viel weniger Haare in dem Bereich geworden als noch vor ein paar Wochen
Hab echt angst. Kennt hier jemand so ein ähnliches Phänomen?
