Subject: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 17 Feb 2015 22:03:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo ihr Lieben,

heute habe ich mich nun entschieden, die Pille endgültig abzusetzen und das möchte ich nicht alleine machen, deswegen dieses Tagebuch. Vielleicht liest ja wer mit (Oder kann selbst damit was anfangen o.ä....)

Kurz zu mir:
Mein Haarausfall begann im Nov. 2013 mit ca. 200-400 Haaren am Tag (habe erst im Juni 2014 angefangen zu zählen.. warum auch immer; die Mengen waren immer ähnlich). Habe erst im März 2014 angefangen zu forschen, da ich immer hoffte, dass es "nur" der saisonale Haarausfall ist, der halt mal etwas länger dauert...
Da ich einen starken Eisenmangel (leider ohne Anämie) hatte, dachte ich, dass es daran liegt. Da mein Ferritin nun seit Oktober 2014 immer über 200 ist, kann es daran nicht mehr liegen. Andere Mängel habe ich alle ausgeschlossen und/oder beseitigt. Ebenso seit Oktober 2014.
Mir ist leider erst vor wenigen Wochen eingefallen, dass ich im August 2013 einen Pillenwechsel hatte. Und das auch nur, weil ich seit 2 Monaten starke Schmerzen in der Brust sowie seit dem dauerhafte Zwischen- und Schmierblutungen habe. Deswegen gehe ich davon aus, dass mein Haarausfall hormonell bedingt sein "muss". Deswegen setze ich jetzt die Pille ab und schaue was passiert.
Bei einem Hormonstatus während der Pilleneinnahme im letzten Jahr wurde ein sehr niedriger Progesteronwert festgestellt; allerdings ohne Bemerkung des Arztes; in einem anderen Forum wurde mir deswegen geraten, eine Progesteronsalbe zu verwenden... da traue ich mich aber noch nicht dran; vor allem.. so ganz ohne ärztlichen Rat...

Mein Haarausfall liegt im Moment bei durchschnittlich 95 Haaren am Tag (Wochendurchschnitt); natürlich kein Weltuntergang, manche hier würden sich da freuen, allerdings fallen alle neuen Haare wieder aus und es wird auch leider nur schlimmer, statt besser (im November bis Mitte Dezember hatte ich einen Durchschnitt von 40 Haaren... das waren Zeiten...)

Ich habe vor, alle paar Tage oder jede Woche, mal sehen, zu schreiben, wie es mir damit ergeht, was die Haare machen... und hoffe, dass ich dieses Hormonchaos hier mit wem teilen kann und ich das nicht ganz alleine durchstehen muss (ich habe natürlich meinen Mann, aber der hat solche Probleme, wie wir hier ja "leider" nicht..)

Auf gehts...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Tue, 17 Feb 2015 22:38:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey,

mir geht es genauso wie dir. Nehme die Pille auch schon jahrelang und glaube auch das dieser

Schuld ist an meinem Haarausfall. Blutwerte unter Pilleneinnahme auch estradiol und progesteron sehr niedrig. Grade diese Hormone spielen eine große Rolle beim Haarwuchs. Traue mich leider

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 17 Feb 2015 22:43:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen nina!

Ja, diese Angst habe ich natürlich auch; da meine Haare seehr seehr empfindlich geworden sind. Aber, man muss positiv denken: Das geht, wenn der Körper alles wieder auf die Reihe kriegen sollte, doch hoffentlich bald vorbei. Außerdem kann der Haarausfall schlimmer werden, er muss ja nicht. Und: Danach kann man dann endlich sehen, was die Pille alles so angerichtet hat.
Ich zumindest, habe jetzt nach 1 1/4 Jahr Haarausfall die Schnauze voll, es kann nichts anderes mehr sein, habe ja all die anderen Faktoren nun hinter mir.

Vielleicht ein voreiliger und/oder doofer Vorschlag: mach doch mit und wir stehen das gemeinsam durch!...?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 18 Feb 2015 14:44:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So, Tag 1: Keine Veränderung ^^ Tja, am Anfang täglich schreiben wird keinen Sinn machen

Der Pillenwechsel von vor 2 Wochen (vom Generikum aufs Original) merke ich allerdings schon: Heute 90 Haare verloren; und der Tag ist ja leider noch nicht rum. Ich frage mich nur, ob das ein eher gutes oder eher schlechtes Zeichen ist, wenn der Körper so "schnell" reagiert... Das einzig gute: Nur 10 lange Haare verloren; der Rest waren die neuen kurzen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Feb 2015 15:12:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 2: Die Hölle. Warum in aller Welt fallen jetzt wieder soo viele? Heute morgen 120... und ich muss heute abend noch waschen Zum Glück aber immer noch wenige langen.
Naja, bald beginnt wieder ein Ärztemarathon, Freude!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Cora on Thu, 19 Feb 2015 15:24:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Tue, 17 February 2015 23:03(im November bis Mitte Dezember hatte ich einen Durchschnitt von 40 Haaren... das waren Zeiten...)

Wir hattens ja schon per PN davon .... ich find es sooo schräg, dass bei dir AUCH der Nov und der Dez SO viel besser waren als vorher und nachher. Wie bei mir! 40 Haare kommt auch hin. Momentan isses wieder einiges mehr

ABER. Ich mache mal wieder ein Experiment ... nehme ja seit August Vitamin D3. Arzt sagte 20.000 iE, und ich hab auf eigene Faust ne Weile 40 iE in der Woche genommen (hatte ja nen Mangel). So, und daraufhin wurde es besser. Zumindest hab ich mir das eingebildet. Bin dann auf 20.000, und es wurde schlechter. Wieder rauf, wieder besser. Letzte Werte Anfang Januar, Ergebnis: Mangel beseitigt. Also wieder zurück auf 20.000 ... und der HA ist wieder schlimmer. IST DOCH KOMISCH.

Seit 2 Wochen nehm ich wieder 40.000, einfach um mal zu gucken. Bin gespannt.

Jo, das hat nu mit Pille absetzen GAR NÜSCHT zu tun. Sorry. Ich finds gut, dass du das machst, und drück dir die Daumen, dass es langfristig dadurch besser wird. Und lurzfristig zumindest nicht schlimmer!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Feb 2015 15:39:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Vielleicht sollte da nochmal eine Umfrage gestartet werden, um zu sehen, ob das bei allen so war! Stell dir das mal vor: eine Haarverschwörung!! Oooooder es waren die Vorweihnachts-Freude-Hormone, die da ausgeschüttet worden sind!! Geheimnis gelüftet! Das erklärt bei mir zumindest, dass es nach Weihnachten wieder doofer wurde

Das ist echt... seehr, ich nenns mal: interessant bei dir. Wie ist denn dein Wert aktuell? Ich hab rein gar nichts von dem Dekristol gemerkt... aber ich nehm das auch so, wie ich grade denke... die Ärzte mit ihren 20.000 einmal die Woche... ich nehm sie derzeit 3x die Woche und mein Wert liegt bei 120, also nehm ichs wohl ganz gut ein.

Jo, da haste ma recht ^^ Aber ich freu mich ja auch so von dir zu lesen
Lieben Dank fürs Daumen drücken!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Fri, 20 Feb 2015 13:17:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo, der einzige Mangel der bei Marvel festgestellt wurde war Vitamin D. Im Juli 2013 lag er unter der Norm sollte 1000iE nehmen. Im November 2013 lag er gerade in der Norm . Im Januar 15 wieder gerade so in der Norm. Letztes Jahr war der Sommer erstmals einigermaßen gut. Der HA war zwar permanent da aber verstärkt erst im Okt sonst immer im Juni stärker. Kann das an der Vitamin d einnahme gelegen haben? Seit Sommer 2014 nehm ich Vitamin d nur sporadisch. Aktuell ist der HA wieder stärker lg Milena

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Fri, 20 Feb 2015 20:27:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen,

ja komme auch nicht drum rum werde bis zur nächsten Regel noch die Pille durch nehmen und

wenn ich lese das du jetzt schon so viele Haare verlierst. wie lange dauert es denn bis sich der Körper wieder in Gleichgewicht bringt oh man die pille ist echt schon ein blödes Zeug

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Sat, 21 Feb 2015 02:05:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Also der Klassiker auf Pillenentzug sind so ca. 3 Monate verstärkter HA. Bei manchen sinds nur 3 Wochen, bei anderen 6 Monate. Hier im Forum gabs mal eine, bei der hat es 2 Jahre gedauert. ABER: Danach wars bei ihr komplett ausgestanden, und die Haare sind nachgewachsen.

Allgemein bin ich der ganz festen Überzeugung, dass man dem Körper (und damit auch der Seele!) einen Riesengefallen damit tut, die Pille abzusetzen. Das blöde Ding legt so viele natürliche Prozesse im Körper lahm ... hebelt die Hormonproduktion aus, frisst Vitamine und Mineralstoffe, bringt die Schilddrüse durcheinander ... da bleibt in meinen Augen nicht mehr viel Positives. Verhüten kann man auch anders.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Sat, 21 Feb 2015 11:04:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Leute,

Ich mische mich auch mal ein, weil ich ähnliche Erfahrungen gemacht habe. Seit November 2013 starker Haarausfall mit schwankenden zahlen. eisenmangel festgestellt und durch Infusionen behoben, dann alles ausprobiert über Pantovigar, Pantostin, Regaine. Natürlich

auch NEMs Regaine nehme ich immer noch einmal täglich 0.5ml.
Letzten September hab ich dann nach 8 Jahren die Pille abgesetzt, obwohl Hormone unter ihr super waren. Es hat einen guten Monat gedauert und in der Zwischenzeit fielen ne Menge Haare, aber dann ging der Haarausfall erstmals weg! Zwar spinnt die Kopfhaut, Haare fetten, habe teilweise auch Pickel, aber von November bis Februar endlich kein Haarausfall mehr.
Jetzt kommt das ABER: nun geht es wieder los. Ich verliere statt 20-30 nun im Schnitt so ab 50 Haare täglich. Tendenz scheint steigend zu sein. Ich verstehe es nicht! Ich habe zwar mit den infusionen aufgehört, aber im Spätsommer war der Ferritinwert so hoch, dass ich dachte das reicht erst mal für ne Weile. Außerdem schienen es ja wirklich die Hormone zu sein. Warum

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 21 Feb 2015 11:33:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 4 (wenn ich mich nicht verrechnet habe^^): Es ist immer noch die Hölle...
Wochendurchschnitt 130 Haare Klar, das kann jetzt nicht vom Absetzen kommen, aber ich denke doch vom Pillenwechsel von vor knapp 2 Wochen, aber das meine Haare soo schnell darauf reagieren, finde ich unglaublich. Ich würde nur zu gerne wissen, was da in den Haaren so los ist; kollektiver Selbstmord?! Ich freue mich wahnsinnig auf die nächsten Monate, wenn das jetzt schon so viele sind... Außerdem mache ich mir Sorgen wegen dem blöden Ferritin, wo ich ja nun wieder jeden Monat meine Periode bekommen werden (hoffentlich), zwar habe ich bald in meiner Stadt einen Termin bei einem Naturheiltypen, der auch Eiseninfusionen gibt, aber wenn ich die ganzen Diskutierereien mit den vielen Ärzten denke, die ich letztes Jahr so hatte, wird mir ganz schlecht!
(kurzer Ausflug: Nachdem mein Ferritin endlich super war, leider aber wieder sehr schnell sank und ich nach 3 Monaten endlich den Termin beim Hämatologen hatte, da ich immer noch auf ne Aufnahmestörung tippe, ich ziehe mir schließlich so viel Eisen rein; meinte er nur: "kommen Sie wieder, wenn der Mangel wieder da ist, dann schauen wir weiter, solange der Wert gut ist, mache ich nichts" Aha...)
Aber vielleicht finde ich ja endlich mal jemanden, der mich ernst nimmt. Aber das geht euch allen ja leider nicht anders. Macht es aber nur noch trauriger.

Achja heute ist auch noch Stichtag für mein Monatsdurchschnitt: 89 im letzten Monat. Toll toll... Das heißt, ich bin Haarmäßig wieder im Oktoberer letzen Jahres angelangt -.-
Im November warens in der Woche 45; Anfang Januar eine Woche lang sogar nur 40 und das ist ja alles noch gar nicht lange her Und mit dieser 3-Monats-Regel: das kann bei mir echt nicht hinhauen; weder hatte ich (wenn man von heute an zurückrechnet: also Mitte/Ende November) maßiven Stress, noch irgendeinen Mangel, noch ein Hormonchaos (sodass ichs auch merkte; das tat ich Ende Dez. das erste mal; gut, kann ja sein, dass eins da war, ohne dass ichs merkte; aber das spricht ja dann wieder dafür, dass es gut war, die Pille abzusetzen)

So nun zu euch:
@nina: Ich denke, dass wird vernünftig sein Bis er wieder im Gleichgewicht ist, kann ja leider dauern... aber, wenn ich merke, dass es bei mir besser wird, schreibe ich es hier, dann hast du es ganz genau von mir!

@cora: 2 Jahre, hammer... Ich stimme dir mit dem Riesengefallen nur zu; habe ja nun schon recht viel gelesen und viele Frauen berichten auch, dass sie sich irgendwie "freier" fühlen und auch ich habe das Gefühl, meinem Körper damit etwas gutes zu tun; ich hoffe nur, er dankt es mir auch mal...
Ein Hautarzt sagte mal zu mir, dass, wenn der Haarausfall nach 2 Jahren immer noch nicht weg ist, die Wurzeln langsam verkümmern und dann nie wieder was wächst??! Da meine Schläfen ja besonders gelitten haben... habe ich da echt Angst, wenn sich der Spaß hier noch ewig hinzieht...

@Brain: Schön, dass du dich "eingemischt" hast
Was ich hier so krass finde: Kommen den Eisenmangel und Hormonstörungen irgendwie gerne gleichzeitig vor? Finde das auch so fies vom Körper, da hat man eine Baustelle beseitigt und da kommen zig andere dazu...
Ich glaub dir, dass das ohne so schön war Hatte ich ja auch knapp 2 Monate; aber mal ne Frage: Hast du denn dein Ferritin seit September nicht mehr kontrollieren lassen? Ich muss meinen monatlich, lieber öfter machen, da ich unglaublich viel Eisen verbrauche...

ABER: @Cora nochmal: ist es nicht seltsam: wieder ab November Da steckt ne Sekte oder so dahinter!! Wir sollten mal ne Umfrage starten

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Sat, 21 Feb 2015 20:36:46 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Zitat:Wochendurchschnitt 130 Haare Klar, das kann jetzt nicht vom Absetzen kommen, aber ich denke doch vom Pillenwechsel von vor knapp 2 Wochen, aber das meine Haare soo schnell darauf reagieren, finde ich unglaublich.

War bei meinen auch immer so! Verbesserungen brauchen eeeewig ... also ob ein Hormonwert besser war oder Eisen aufgefüllt oder oder oder .... die Haare haben immer erst viele Monate später reagiert. Aber Pille anfangen, Pille absetzen, Pille wechseln - der HA hat immer SOFORT zugeschlagen *kotz*

Zitat:Ein Hautarzt sagte mal zu mir, dass, wenn der Haarausfall nach 2 Jahren immer noch nicht weg ist, die Wurzeln langsam verkümmern und dann nie wieder was wächst??!

Ich denke, das kann man so nicht pauschalisieren. Ich bin selber das beste Gegenbeispiel - HA seit 7 Jahren, und mir sprießen permanent neue Haare am ganzen Kopf. Zwar sind die teilweise schwach und fallen wieder aus, aber manche sind auch kräftiger.

Ich kenne nur die Aussage: Wenn 2 Jahre lang nichts nachgewachsen ist, können die Wurzeln verkümmern. Aber auch da bezweifle ich einfach mal, dass das auf jeden zutrifft.

Zitat: ABER: @Cora nochmal: ist es nicht seltsam: wieder ab November Da steckt ne Sekte oder so dahinter!! Wir sollten mal ne Umfrage starten

g ... gibt ja die Theorie bzw. die Beobachtung des Sommer-Haarausfalls / saisonalen Haarausfalls. Dafür spricht - oberflächlich betrachtet - dass Nov und Dez eigentlich seit Jahren meine besten Monate sind. Genauer betrachtet ist aber genau das ja völliger Unsinn. Wenn das saisonal sein soll, gibt es genau zwei Jahreszeiten für meine Haarwurzeln: November / Dezember und den Rest des Jahres

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Sun, 22 Feb 2015 07:21:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tja also: Pille ist seit Mitte Dez weg. - seit kurzem habe ich auch endlich meine Tage wieder.
Schilddrüse ist im Ultraschall mal wieder kontrolliert und für gut befunden.
Ferritin über 200.
Aber der TSH liegt bei 3,3 - nun soll ich Thyronajod 50 Henning Tabletten nehmen. ABER ich mag meinen Urintest für den anderen neuen Arzt nicht "zerstören" (vielleicht gäbe es da dann auch ne Zusatzaussage), da ich für diesen noch bis zum 10.März warten soll. Schwer, bei über 100 Haaren pro Haarwäsche, die gerade fallen und vor allem: es wächst nichts nach Bin so froh, dass ich endlich mal wieder etwas neues ausprobieren kann und der TSH auch mal hoch ist (die Jahre davor wurde der nämlich mit 2,6 und 1,4 getestet), aber das Warten auf den März zermürbt mich gerade.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Sun, 22 Feb 2015 20:01:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Haihappen schrieb am Sun, 22 February 2015 08:21Tja also: Pille ist seit Mitte Dez weg. - seit kurzem habe ich auch endlich meine Tage wieder.

Yaaaayyyy Das ist doch schon mal super.

Zitat:
Schilddrüse ist im Ultraschall mal wieder kontrolliert und für gut befunden.
Aber der TSH liegt bei 3,3 - nun soll ich Thyronajod 50 Henning Tabletten nehmen. ABER ich mag meinen Urintest für den anderen neuen Arzt nicht "zerstören" (vielleicht gäbe es da dann auch ne Zusatzaussage), da ich für diesen noch bis zum 10.März warten soll. Schwer, bei über 100 Haaren pro Haarwäsche, die gerade fallen und vor allem: es wächst nichts nach

Kannst du dir sicher denken: ICH würde auf alle Fälle warten. Zumal ich denke, dass Dr. M dir was anderes als Thyronajod verordnen wird, und dir vor allem empfehlen wird, nicht mit 50 einzusteigen, sondern einzuschleichen.

10. März ist quasi übermorgen. DAS SCHAFFST DU.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Sun, 22 Feb 2015 20:52:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mein Ferritin war im September vor der letzten infusion bei 130 und ich bekomme infusionen, wann ich will. Eisen testen tut die Ärztin nur, wenn ich drum bitte. Was den Hämatologen betrifft, das hab ich auch schon durch. Hat auch nix gebracht, denn ne Aufnahmestörung hab ich nicht. Nächster möglicher schritt wäre magen - und darmspiegelung. Nein, danke! Letzlich scheint die Pille Nährstoffe zu rauben. Dass so viele Frauen eisenmangel haben, kann ja kein Zufall sein.
Mädels, ich glaub aber auch bei im Schnitt unter 100 Haaren pro Tag muss man auch ruhig bleiben und darf nicht jede Schwankung von 20 Haaren zu ernst nehmen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 23 Feb 2015 13:21:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 7: Mein neuer Nickname sollte eher Rapunzel sein... die Haare fallen wie blöd. Gestern vorm/beim/nachm Waschen wieder 180... und es hört ja leider nicht auf tagsüber... zum Glück aber wieder nur 25 Lange, die vielen kurzen machen mir aber dennoch Sorgen; vor allem da, wo ich schon lichte Stellen habe...
Ansonsten merke ich wohl grade die hormonellen Schwankungen, ob nun vom Pillenwechsel oder schon vom Absetzen (was ich eher nicht glaube):
Negativ: Herzklopfen wie blöd (ich denke, dass die SD rumzickt... das gleiche hatte ich nämlich, als ich mal nicht "meinen Hersteller" der SD Tabletten bekam..), komische Hitzewallungen (hatte ich noch nie im meinem Leben) und irgendwie spinnt der Blutdruck; natürlich der Mehr-Haarausfall
Positiv: leider noch nichts...
Werd Donnerstag mal wieder Ferritin messen lassen und hoffen, dass meine mega starken Blutungen grade nicht sonst wie viel geraubt haben

@Cora: Ist doch wirklich seltsam... das glaubt einem ja auch keiner. Ich frag mich auch langsam... da mein Haarausfall ja genau 2 Monate nach den Eiseninfusionen besser wurde.. und die "Wirkung" nach knapp 2 Monaten wieder weg war... ob das viiele viiele Eisen, also dieser plötzliche Schub, irgendwas mit den Hormonen gemacht hat, was den Haaren gefallen hat?! Weißt du da irgendwas?
Hmm komische Saisonen kennen unsere Haarwurzeln^^ Vielleicht irren sich ja auch nur die

Jahreszeiten!
Danke für deinen kurzen Bericht; ja finde das auch etwas komisch, diese 2 Jahre so zu pauschalisieren... ehrlich gesagt, würde es mich bei meinen Haaren NULL wundern, wenn ich eines morgens mit Glatze oder roten vollen Locken o.ä. aufwachen würde...

@Haihappen: Ich stimme Cora da zu! Die Zeit bekommst du rum! Glückwunsch zur Periode! Gibts Grußkarten für so einen Anlass?!

@Brain: Und zwischendurch keine Ferritin Kontrolle?! Ich bin auch sehr gespannt, wie sich das Eisenproblem verhält, wenn die Pillenabsetzerei erst mal durch ist..
Naja, ich glaube kaum, dass ich so "rumjammern" würde, wenn ich mal statt 80 Haaren nun 100 verliere o.ä., wenn ich mich aber so zurückbesinne... früher (also bevor der ganze Haarausfall losging) hatte ich max. 20-40 Haare am Tag inner Bürste.. eher noch weniger... hach das waren Zeiten... hat mich ja nicht umsonst knapp 2,5 cm Zopfumfang gekostet...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 23 Feb 2015 21:18:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,
ich bin gerade auf deinen Thread gestoßen und lese sehr gerne mit! Das Thema betrifft mich momentan auch! Hab vor 7 1/2 Wochen die Pille nach 7 Jahren abgesetzt! Mein Haarausfall hat sich nach etwa 5 Wochen von im Schnitt 200 Haaren täglich auf im Schnitt etwa 35 Haare am Tag reduziert! Das ist für mich eine komplett verrückte Zahl, da ich seit über einem Jahr an Haarausfall leide! Ich bin sehr gespannt, wie es bei dir weitergeht und was du uns berichten kannst! Falls sich bei mir noch was tut, würde ich es hier auch mal reinschreiben, falls es dafür Interesse gibt!

Ich wünsch dir alles Gute und viel Durchhaltevermögen für die Pille-freie-Zeit!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Tue, 24 Feb 2015 09:29:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Haihappen schrieb am Sun, 22 February 2015 08:21Tja also: Pille ist seit Mitte Dez weg. [...] und vor allem: es wächst nichts nach

Dazu wollte ich noch sagen: Das ist normal. Jedenfalls meiner Erfahrung nach. Als ich die Pille abgesetzt habe, hatte ich erstens ca. 3 Monate lang noch krasseren Haarausfall als früher, und zweitens etwa genau so lang ÜBERHAUPT keinen Neuwuchs. Das ist völlig logisch, wenn man dem Körper erstmal den Hormonhahn zudreht, und die eigene Produktion noch nicht wieder auf Touren gekommen ist! Du hast jetzt deine Tage wieder - heißt, sie kommt langsam wieder auf Touren - und Haare brauchen wie immer länger, bis sich das an ihnen zeigt.

Wart mal so bis April, ob dann nicht doch wieder was wächst Bei mir war das jedenfalls so.

@ Pfannkuchen ... nee, ich kann dir leider nicht sagen, ob Eisen einen speziellen, direkten Einfluss auf die Hormonlage hat. Aber ich kanns mir gut vorstellen. Und es ist ne Frage, die ich meinem Hormon-Doc mal stellen könnte ... muss ich eh nächsten Monat mal wieder hin

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 24 Feb 2015 12:13:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Ihr,
Danke fürs Mut-machen! Ich nehme die Tabletten erst mal nicht und lasse den TSH TSH sein und warte ab. Nun hat der gute Dr. aber an meinem 21. Tag Urlaub und ich muss alles ein paar Tage vorziehen. Ist mir nun auch egal. Machen wir nun so - schließlich muss ich dann ja auch noch 4 Wochen auf die Ergebnisse warten... Allerdings muss ich auch sagen, dass der Haarausfall wirklich runter ist. Ob das nun an der abgesetzten Pille liegt oder am Haarwasser kann ich nu leider nicht sagen.
Ok, ich soll also warten wegen dem Neuwuchs - hab immer noch das Gefühl dass sich da nie wieder was tut. Ende nächsten Monat starten dann auch die Termine beim Psychologen - nun gehts mir gemütstechnisch nun aber wirklich besser ohne Pille. Ich geh nun dennoch hin.

Etwas positives ist mir noch in den Schoß gefallen - ich muss an der Hochzeit doch nicht den Fotograph machen und im Rampenlicht stehen. Jemand anders hat übernommen, ohne das ich absagen musste. Wunderbar. Nun muss ich bis dahin "nur" noch drei Kilo abnehmen, dann hab ich evtl. auch Lust mitzufeiern.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 24 Feb 2015 13:43:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 8: Hölle Hölle Hölle, wer singt mit? Nachdem mein Blutdruck eeendlich wieder unten ist.. was das gestern war?! Aber die Haare fallen... 100 heute morgen.. freu mich auf den Wochendurchschnitt.
Ab heute wird es interessant: Hätte gestern theoretisch nach meiner Periode ja wieder die Pille anfangen müssen.. und jetzt bekommt mein Körper sie nicht... ich hoffe, dass das hormonmäßig nicht weiter so abgeht. Ich kann ja nicht jeden Tag nur im Bett liegen und warten, bis es besser wird... da bin ich echt froh, dass gerade Semesterferien sind und ich nur noch eine Hausarbeit schreiben muss.. Aber das Leben genießen.. ist grade echt nicht drin...

@apfelbonon:: Ich freue mich, dass du dich dazu gesellst
Deine Erfahrungen sind super interessant, könntest du sie ein wenig ausbreiten? Also wie der Haarausfall war etc. pp.
Dankeschön!!

@Cora: Du machst mir da schon Angst, was du da Haihappen so schreibst... ist es denn bei dir auch so gewesen, dass vorallem am Anfang die neuen kurzen Haare vermehrt gefallen sind? Oder ist das nur bei mir so Ich merke nämlich, dass alle alle Haare, die ich so im Moment verliere, vorweigend von vorne (also vorderer Scheitelbereich und Schläfen) kommen.. Oh Gott, wenn das so weitergeht seh ich aus wie ein alter Mann!! Da ich ja aber die langen Haare zum Glück behalte, kann ich die drüberkämmen...

@Haihappen: 4 Wochen bis die Ergebnisse da sind? Krass.. ist das normal?!
Wie, der Haarausfall ist runter? Erzähl mal bitte genauer Freut mich aber! Ich drück dir auch ganz feste die Daumen, dass da bald wieder was wächst!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Tue, 24 Feb 2015 14:53:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das mach ich sehr gerne! Also im Januar 2014 hat mein Haarausfall angefangen (bzw. ich habe ihn bemerkt, ich hatte ihn mit Sicherheit schon 2-3 Monate länger). Dann hab ich also den großen Ärztemarathon angefangen und nach zig Blutuntersuchungen bis hin zu Bioresonanztherapie konnte man nichts auffälliges feststellen. Der einzige Verdacht lag bei der Pille, diese hatte ich im August 2013 gewechelt (von der Bellissima zur Maxim; beide antiandrogen). Also sah ich in der Maxim den Übertäter und bin im Februar zurück zur Bellisima und hatte von Ende März bis Juli Ruhe. Die Ausfallzahlen pro Tagen lagen von Januar bis März bei etwas 180 Haaren täglich (ich wasche jeden Tag deshalb weiß ich das recht präzise). Aber ich bekam eben auch unter der Belissima wieder Haarausfall. Auf Anraten zweier Hautärzte und zweier Frauenärzte sollte ich also wieder die Maxim nehmen (die sei nämlich die Beste für die Haare und das Wechseln sei voreilig gewesen und ein Fehler). Das tat ich also Ende Juli. Ab August/September bekam ich dann grauenhaften Haarausfall mit etwa 300 täglich. Ich solle durchhalten meinten die Ärzte, es pendle sich erst wieder ein und der vorübergehende Haarausfall sei normal. Ich hielt es also bis ende Dezember aus und dann konnte ich nicht mehr. Das hieß weg von den synthetischen Hormonen begleitet mit furchtbarer Angst nach dem Absetzten alles noch viel schlimmer zu machen. Die ersten 3 Wochen war der Haarausfall dann bei etwas 250 Haaren am Tag, Woche 3-5 war er bei gut 300-350. Ab Woche 5 dann ein drastischer Rückgang auf mittlerweile 35 Haare (heute sogar nur knapp 20).
Natürlich will ich mich nicht zu früh freuen ,weil ich so lange damit kämpfe und ich die Pille erst vom kurzem abgesetzt hab, aber es macht mir hoffnung auf dem richtigen Weg zu sein. Parallel habe ich eine super Homöpathin und leite die Pille durch pflanzliche Mittel aus und unterstütze auf natürlichem Wege meinen Hormonhaushalt. Ich weiß, viele können nichts damit anfangen, aber ich bin mir sicher dass ich ohne ihre Hilfe nicht solche Erfolge hätte. Neuwuchs habe ich im Übrigen massig. Das fing relativ zeitgleich mit dem Haarausfall-Stopp an, mein Kopf ist quasi ein Igel Also ich denke, dass man das nicht pauschalisieren kann, sondern es bei jedem individuell varriert.
Jetzt bleibt nur zu hoffen, dass der Trend bleibt. Zudem will ich allen "Pille-Absetzern" Mut machen weil ich so große Angst hatte!
Mir gehts ohne Pille so viel besser und bisher lässt der Horror-Haarausfall auf sich warten - ganz im Gegenteil, er hat momentan aufgehört und das 100 mal früher als ich es je erwartet hätte!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Tue, 24 Feb 2015 17:27:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

apfelbonbon schrieb am Tue, 24 February 2015 15:53 Also im Januar 2014 hat mein Haarausfall angefangen (bzw. ich habe ihn bemerkt, ich hatte ihn mit Sicherheit schon 2-3 Monate länger). [...] Natürlich will ich mich nicht zu früh freuen ,weil ich so lange damit kämpfe
Sei mir nicht böse ... aber du kämpfst NICHT lange damit. Ich habe seit 2008 Haarausfall ohne echte Unterbrechung, war nur zwischendurch mal ein Jahr lang (und ab und an mal zwei Monate) besser. Und andere hier haben teilweise 15 Jahre und länger HA.

Zitat: aber es macht mir hoffnung auf dem richtigen Weg zu sein.
Du bist auf alle Fälle auf dem richtigen Weg! Sogar dann, wenn der HA wieder mehr werden sollte. Ich drück dir die Daumen, dass es so bleibt, wie es jetzt ist. Klingt himmlisch.

Zitat: Neuwuchs habe ich im Übrigen massig. Das fing relativ zeitgleich mit dem Haarausfall-Stopp an, mein Kopf ist quasi ein Igel Also ich denke, dass man das nicht pauschalisieren kann, sondern es bei jedem individuell varriert.
Da hast du Recht, es ist wirklich individuell verschieden. Ich mein ... es gibt massig Frauen, die fröhlich einen Pillenwechsel nach dem anderen vollziehen und NIE Haarausfall bekommen. Bei anderen - uns z.B. - sind die Haarwurzeln offensichtlich viel empfindlicher gegenüber Hormonschwankungen. Und trotzdem - ich hatte damals zwar echt krassen zusätzlichen Haarausfall, aber just als der rum war, fing der Neuwuchs an. Genau wie bei dir Unter der Pille hatte ich gar keinen Neuwuchs.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 24 Feb 2015 17:37:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Cora: Ups, hatte ich vergessen: Ja, super, frag mal deinen Hormonarzt; aber fragst du auch mal, ob die Hormone denn irgendwie stark drauf reagieren, wenn auf einmal viel Eisen kommt? Das würde mich echt megamäßig interessieren! Ich seh meinen Hormonarzt erst wieder August..... und bekomm auch vorher keinen Termin, weil: Mindestens 6 Monate Wartezeit.....

@apfelbonbon: Lieben Dank für deinen Bericht, sehr interessant!! Ich hatte auch jahrelang die Bellissima, bin dann auf Chloe gewechselt (wegen der Krankenkasse..) und dann fing das ja auch bei mir an. Mein Frauenarzt hat auch immer gesagt: Nein, die Bellissima ist ja gegen Haarausfall, die macht sowas nie im Leben.
Oh nein, nie zu früh freuen!!! Das geht bei mir IMMER in die Hose... Ich drücke dir soo feste die Daumen, dass der Haarausfall nicht wieder in ein paar Wochen/Monaten wieder kommt! Hast du jetzt, wo dein Haarausfall gut ist, mal einen Hormonstatus machen lassen? Ich werde am Montag auch zu einem Heilpraktiker gehen und hoffe, dass er noch irgendwelche Ideen hat..

Wann genau hast du die Pille nun abgesetzt?
Wie sieht denn dein Kopf mittlerweile aus? Ist der Haarausfall sehr zu sehen... Nach über knapp einem Jahr?

Zur Pillenwechslerei: Ich hatte da früher auch nie Probleme... hatte eine Zeit, in der ich alle 3 Monate ab- und angesetzt habe... zur Verhütung.. aber Haarausfall.. ganz ehrlich.. ich weiß auch nicht, ob ich drauf geachtet habe...
Da muss ich kurz mal lästern, weil ich das sooo ungerecht finde: Ich hatte eine Freundin, die die Pille einfach nur aus Langeweile nahm "es kann ja jederzeit passieren"; und sie nimmt die nun seit 10 Jahren, so wie ich und hatte noch nicht einmal Geschlechtsverkehr!! Und sie hat wunderschöne, dicke, lange Haare, nie Spliss und reißt und zieht an denen rum.... ist das ätzend.

Sagt mal: Hat hier eine Erfahrungen mit Mönchspfeffer und Hirtentäschelkraut?
Da ich früher schon recht unregelmäßige Zyklen hatte und super starke Blutungen habe...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Tue, 24 Feb 2015 18:08:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Tue, 24 February 2015 18:37Da muss ich kurz mal lästern, weil ich das sooo ungerecht finde: Ich hatte eine Freundin, die die Pille einfach nur aus Langeweile nahm "es kann ja jederzeit passieren"; und sie nimmt die nun seit 10 Jahren, so wie ich und hatte noch nicht einmal Geschlechtsverkehr!! Und sie hat wunderschöne, dicke, lange Haare

g ... vielleicht kommt der Haarausfall vom Vögeln?

Ja klar frag ich wegen Eisen <--> Hormone, genau das meinte ich! Was soll ich denn sonst noch fragen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 24 Feb 2015 18:15:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Aber Sperma soll doch so gesund sein.. Obwohl.. DESWEGEN haben Männer bestimmt so häufig Haarausfall!! Da kommt das Gift ja direkt von innen!!!

Wegen dem Hormon-Eisen-Kram: Ich hoffe, dass wir das gleiche meinen^^

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Tue, 24 Feb 2015 18:48:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Cora,
Tut mir leid wenn ich das ein bisschen unglücklich formuliert habe. Ich wollte niemanden angreifen, der schon länger unter Haarausfall leidet! Für mich fühlt es sich wie eine sehr lange Zeit an! Relativiert an anderen ist es das natürlich nicht mehr so wirklich!
Auf jeden Fall hoffe ich dass es so wie es momentan ist erstmal bleibt! Und der Neuwuchs macht Hoffnung! Ich lasse euch auf jeden Fall wissen wie es weitergeht!

Liebe Pfannkuchen,
also ich hab am 29.12.14 abgesetzt. Rund 8 Wochen sind es mittlerweile! Einen Hormonstatus möchte ich aber frühestens in 1 bis 2 Monaten machen, damit ich auch klare Ergebnisse habe, die nicht noch durch die Pille verfälscht sind!
Für meinen Zyklus nehm ich unterstützend alchemilla comp. von Ceres, falls es dich interessiert! Ich hab auch schon meine erste Periode bekommen, womit ich nicht gerechnet hatte!
Naja, zufrieden bin ich mit meiner Haarpracht natürlich gar nicht, aber durch den starken Neuwuchs habe ich keine kahlen Stellen! Das ganze muss natürlich erstmal in die Längen wachsen! Jetzt ist Geduld gefragt! Und dazu kommt das Bangen, dass es nicht wieder von Neuem mit dem Haarausfall beginnt!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 24 Feb 2015 19:00:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@apfelbonbon: Achso okay, klar, dass du noch warten willst Ich weiß ehrlich gesagt gar nicht, warum ich gefragt hab.. weiß ja selber dass es mind. 3 Monate sein sollen.. ich Dödeline...
Oh ja, super, dass du das dazu schreibst, werd gleich mal danach googlen!
Hach, ich beneide dich gerade so sehr Meine lichten Stellen werden jetzt grade durch den "schlimmen" (soo schlimm ist er ja noch nicht mal) Haarausfall wieder sichtbarer, weil ich auch nur da Haarausfall habe.. die Längen bleiben ja noch verschont..(hoffentlich noch länger!!!) aber wenn das so ein paar Monate gehen sollte...

Mal ne Frage an alle: Ich habe wirklich nur an den eh schon blöden Stellen Haarausfall... wie kann denn das sein, dass mir nur die neuen kurzen und das eben gerade massenweise ausfallen? Vorher war es zwar ähnlich, aber jetzt so massig... wenn ich mir einmal vorne durch die Schläfen gehe, habe ich jedesmal mind. 5 Haare in der Hand...Wobei ich ja immer die Hoffnung habe, dass dann endlich mal die dicken festen Haare nachwachsen..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Tue, 24 Feb 2015 19:07:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Tue, 24 February 2015 20:00Mal ne Frage an alle: Ich habe wirklich nur an den eh schon blöden Stellen Haarausfall... wie kann denn das sein, dass mir nur die neuen

kurzen und das eben gerade massenweise ausfallen? Vorher war es zwar ähnlich, aber jetzt so massig... wenn ich mir einmal vorne durch die Schläfen gehe, habe ich jedesmal mind. 5 Haare in der Hand...Wobei ich ja immer die Hoffnung habe, dass dann endlich mal die dicken festen Haare nachwachsen..

Ich hatte das auch immer wieder, dass die kurzen phasenweise extrem ausgefallen sind. Konnte mir keiner bisher was Vernünftiges zu sagen, tut mir leid.
Kann sein, es weist auf nen Mangel / ein Ungleichgewicht hin. Kann aber auch sein - wie du sagst - dass schwächlich nachgewachsene Haare Platz machen für stärkere.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 24 Feb 2015 20:22:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das dauert nur vier Wochen da die Werte in Belgien untersucht werden. Deutsche Labore schaffen das schneller Leider konnte ich mir auf Anhieb nicht merken welche Werte da im Urin bestimmt werden sollen.

Hmpf - hoffentlich tut sich bald etwas - wenn ich mir Fotos von mir von vor einem Jahr anschaue könnt ich heulen wie schnell das bergab ging. So und nun hoffe ich, dass wenn ich meine Hochsteckfrisur aufmache nicht allzu viele Haare im Haargummi hängen und kompensiere meinen Frust nun mit ein bissi Internetshopping.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 25 Feb 2015 12:35:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 9: Heute gehts mal wieder... "nur" 80 Haare, Minimum seit 2 Wochen, warte allerdings weiterhin auf den großen Knall... Immer noch wenige kurze. Manchmal würd ich meine langen Haare gerne zählen.. um zu wissen, wie viele das überhaupt noch sind^^
Und manchmal würde ich echt gerne wissen, wiie viele Haare ich nun schon verloren hab.. die vielen kurzen Haare die ausgehen.. ich meine: in einer Woche nur 500 kurze... das find ich wahnsinnig..naja...

@Cora: Danke für den kurzen Bericht Wachsen denn deine Haare aber insgesamt alle lang nach? (ich weiß ja gar nicht, was du für eine Haarlänge an sich hast^^) Weil meine kurzen.. da wächst nix lang...naja, max. so 12cm... und ich hab auch das Gefühl, dass sich an meinen "Problemstellen" gar nix tut (im Sinne von, dass die Haare mal bleiben, wo sie sind..)

@Haihappen: Warum dauert das denn so lange *blödfrag* Ja, das geht so schnell Bei mir ja auch... wenn ich mir die Fotos von August 2013 anschaue.. hach da war ich grade sooo zufrieden mit meinen Haaren...frisch am Wachsen, nicht sehr dick (ich denke, wegen dem Eisenmangel),

aber auch kein Mobb... Hab mal ein kleines Horrorfoto eingestellt^^ Da war mein Poni grade am Wachsen.. hachja... jetzt ist da kaum noch Poni...
Und, wie viele Haare sind beim Haare-Aufmachen gefallen?
Oh, was hast du dir tolles gekauft?^^

File Attachments

1) DSC_0208.JPG, downloaded 1107 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Wed, 25 Feb 2015 18:32:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hatte auch eine antiandrogene Pille und hab von belara wegen dem Haarausfall auf maxim gewechselt. Alle Ärzte sagten, die Pille wären super, meine Hormone top. Dass die Pille der Auslöser sein könnte, habe ich mir selbst überlegt.
Im Moment bin ich bei 40-70 Haaren am Tag, das geht noch. So drei Monate nach Absetzen waren es aber teilweise nur 25. Weiß der Geier, warum es jetzt wieder mehr wird. Ob nach der Umstellung der Körper wieder weiterspinnt?
Fürs Absetzen kann ich übrigens nur den Mönchspfeffer empfehlen. Ich hab sofort damit angefangen und hab damit einen relativ regelmäßigen Zyklus und das hatte ich vor der Pille nie.
Morgen geh ich mir nochmal ne Eisenladung verpassen.
Ach, übrigens hab ich durch das Absetzen der Pille und den HA -stopp leider keinen besonderen neuwuchs bekommen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 25 Feb 2015 20:07:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Keine Ahnung warum die Bestimmung aus dem Urin so lange dauert und was die in Belgien damit treiben. Das erfahre ich wohl erst beim nächsten Arzttermin - der ist nächste Woche Freitag.
Ich hab Lampen gekauft Um genau zu sein: LED-Lampen-Schnäppchen für den Keller. Auch der soll dann gut ausschauen und so kann ich jetzt schon ein bissi "vorarbeiten" - schon irre: ich hab derzeit nur nen Acker, aber schon die Lampen gekauft. Aber solang shopping von den Haaren ablenkt...das waren gestern 36!!! Haare direkt nach dem Zopf aufmachen - so schlimm wars noch nie. Heute waren es wieder nur 6 - irgendwie irre. Ich hab zwischendurch immer Horrortage da komm ich mir vor wie ein Stresstierchen das alle Haare auf einmal abwerfen will. Am nächsten Tag ist es dann wieder besser. Wieviele von den Stresstagen mein Kopf und damit auch mein Gemüt noch aushalten - wird sich zeigen...

Ja, ich befürchte auch, dass das mit dem Neuwuchs so schnell nix wird - es sei denn, ich kann endlich irgendwelche Hormone nehmen, die helfen. Das mim TSH von 3,3 ist ja schonmal ein Hinweis. Irgendein Entzündungswert ist noch recht hoch - das wird aber wohl nix mit den Haaren zu tun haben. Damit werde ich mich später mal mit auseinander setzen.

Du hast recht helle Haare auf dem Bild - ich hab meine dunkler und sprühe mit Farbe auf dem Kopf rum - da sieht man dann den Scheitel weniger- gibts das Sprühzeug auch für helleres Haar?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 25 Feb 2015 21:08:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Brain: Hmm, berichte mal weiter, wie dein Haarausfall sich so verhält, ist ja interessant. Vl..t

weiß ja noch jemand Rat
Ich hatte Mönchspfeffer mal 2 Tage genommen... und dann hatte ich so hohen Blutdruck; und da Mönchspfeffer die einzige Veränderung war... hab auch gelesen, dass man schon allergisch dagegen sein kann.. hab ihn mal abgesetzt und fang Samstag wieder an; mal sehen, obs davon kam... Soll ja wirklich gut sein.
Och man, was ist das denn für ein Arzt, der dir das immer gibt, wenn du möchstest? Was bin ich neidisch... Ich hoffe nur, dass der Naturheiltyp am Montag mir auch Eisen gibt.... und ich nicht sonst wie betteln muss...

@Haihappen: Ahja... ^^ Bald biste ja schlauer
Glückwunsch für die wenigen haare und den super Kauf der LEDs! Haben wir auch nur in unserer Wohnung.
Ich sprüh mir keine Farbe aufn Kopf^^ Glaub nicht, dass das meiner Kopfhaut gefallen würde (wegen der Pso)... außerdem find ichs gar nicht schlimm, wenn man einen Scheitel sieht.
Aber ich finds doch interessant, dass du das machst.. hab mich immer gefragt, ob das wirklich jemand macht. Bitte nicht falsch verstehen, aber ich finde das so ulkig^^ Ich hätte auch Angst, dass das mal verläuft o.ä. wenn man schwitzt oder wenn es regnet..
Und wenn du dir deinen Scheitel ein wenig nach links oder rechts legst? Würde das vllt. auch was bringen?

So, ich geh nun Haare waschen... drückt mir mal die Daumen, dass es unter 150 sind, dann wäre ich schon glücklich! UND: ich werd morgen den Ferritin bestimmen lassen, bitte bitte auch Daumen drücken!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Thu, 26 Feb 2015 10:17:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Zuerst mal mach dich nicht verrückt, Pfannkuchen! Wir glauben jetzt fest daran, dass deine Haare sich ohne Pille erholen. Ein bisschen Geduld! Und ja, probier den Mönchspfeffer einfach nochmal. Ich habe keinerlei Nebenwirkungen davon.
Was den Arzt betrifft: meine Hausärztin ist da echt super. Ich muss einfach nur hingehen und sagen, einmal infusion bitte. Als ich letztens mit ner dicken Grippe nochmal da war, fragte die Arzthelferin sogar, ob alles ok wäre. Ich wäre so lange schon nicht zur infusion gekommen. Da muss man wohl echt Glück haben mit dem Arzt. Zur Not guck dich doch mal nach nem anderen Hausarzt um! Die Hämatologin sagte mir auch, dass sie da noch viel höher dosierte infusionen verabreichen können. Dass sind dann richtige hammerdinger, etwas gefährlicher auch, mit denen man aber nach einem Mal schon den Speicher komplett füllt. Vielleicht wäre das ja auch was für dich, wenn du so schnell das Eisen verlierst?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 26 Feb 2015 20:55:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 10: Wie gewonnen, so zerronnen.. heute, Waschtag: 250... aber wieder nur 30 lange Haare..

Heute nehme ich dann mal wieder Mönchspfeffer... mal sehen, was der Blutdruck diesmal meint

@Brain: Das ist nett, dass ihr fest daran glaubt^^ Ich hab ja Geduld.. noch..
Hast du dein Glück mit der Ärztin... wo ist die denn? Musst du die Infusionen selbst bezahlen? (Sorry, wenn du das schon wo geschrieben hattest)
Man.. ich würd echt auch soo gerne mal so einen Arzt haben...
Ich hatte da mit Cora schon geschrieben, hier in Rostock ist die Arztsuche so ne Sache, weil:
1.) Wenn du sagst, dass du wechseln möchtest, sagen die einem am Telefon SOFORT: Wenn sie schon einen Hausarzt haben, nehmen wir sie nicht.
ODER
2.) Man kann nur in seinem Stadtteil "wechseln"; habe in einem anderen Stadtteil angerufen: Dann müssten sie schon umziehen... Klar, ich zieh wegen nem Arzt um -.-
Du siehst: Es ist nicht so einfach hier.. leider... ich würde sofort wechseln, aber laut manchen Ärzten bin ich schon bei einer guten Hausärztin..... seh ich leider nicht so.. wenn Kommentare kommen wie: Der Ferritin ist unwichtig... Und zu der Ärztin kam ich auch nur, weil ich Telefon gelogen habe und sagte, dass ich grade erst frisch hergezogen sei... schlimm, dass man für sowas lügen muss?!

Kannst du mal deine ganze Ferritin Geschichte schreiben? Wie war denn dein Ferritin, dass die der Hämatologe die super hochdosierten Infusionen gegeben hätte?
Soweit ich weiß gibt der Naturheiltyp, zu dem ich am Montag gehe, nur die mit 62mg Eisen.. ist ja viel zu wenig... mal sehen ob ich ihm wenigstens 2 Infusionen hintereinander (also ein Tag dazwischen..o.ä.) abschwatzen kann; preislich wäre das nämlich dann sogar billiger^^ Was hab ich Angst vor diesem blöden Termin am Montag... wie dumm

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 28 Feb 2015 19:00:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 12: Ich galube, dass der Horror-Haarausfall nun richtig los geht: Gestern 250 Haare, heute morgen 160, OHNE waschen... herje... und meine Gemütsstimmungen sind wahnsinnig wechselnd... gestern hätte ich jedem sofort eine gegeben, wenn er mich nur dumm angesehen hätte und heute könnte ich wegen jeder Kleinigkeit losflennen.. schrecklich. Ist das normal, wenn man die Pille absetzt? Normalerweise bin ich nicht so wechselmütig. (gibts das Wort überhaupt?!...)

Mönchspfeffer hab ich wieder angefangen; Blutdruck ok. Werds dann also weiter nehmen; vllt. war auch das Silizium schuld.. das werd ich dann heute wieder anfangen und hoffen, dass der Blutdruck einfach nur ein Ausrutscher war.

Ferritin liegt im Moment bei 302 *freu*. Frage den Heiltypen trotzdem wegen Infusionen, so für die Zukunft.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Brain on Sat, 28 Feb 2015 21:15:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das ist ja echt krass bei euch mit den Ärzten! Du Arme! Meine ist in Aachen und hier hab ich noch nie sowas gehört. Aber ein Ferritinwert von über 300 ist ja Hammer. Da würde ich ehrlich gesagt erst mal keine infusionen mehr geben, denn zu viel Eisen ist ja auch nicht gut. Meine Eisengeschichte... Also meine Hausärztin hat im November 2013 einen Eisenmangel festgestellt, da lag der Wert bei 9. Ich hab anfangs wöchentlich Infusionen bekommen, das Ganze fünfmal. Danach hatte ich einen Wert von über 90. Wie hoch dosiert das Mittel ist, weiß ich leider nicht. Es heißt Venofer. Der HA wurde nicht besser und meine Ärztin sagte, der Transferrinwert (das transportiert das Eisen) wäre zu niedrig und die Störung könnte hier liegen. Ohne Infusionen sank der Ferritinwert schnell auf um die 70. Daraufhin bin ich zum Hämatologen. Der hat einen Eisenresorptionstest gemacht und dabei kam raus, dass ich Eisen normal aufnehme. Transferrin sei auch ok. Ich bin dann nur so alle paar Monate zur infusion und hatte vor der letzten im September einen Wert von 130. Jetzt hab ich Donnerstag nochmal eine bekommen und mir wurde auch nochmal Blut abgenommen. Bin mal gespannt. Wie du siehst, die Hammerinfusionen wurden mir bei einem nicht bedenklichen Wert angeboten. Wobei ich denke, dass ich die auch erst bei einem niedrigeren Wert bekommen hätte. Bezahlen muss ich nur 10 Euro Zuzahlung, wenn ich fünf Ampullen in der Apotheke holen gehe.
Mach dir außerdem keine Gedanken, was deine körperlichen Reaktionen im Moment betrifft! Das kommt 100 pro vom Absetzen. Evtl auch der starke HA. Das war bei mir auch so. Ich hab mich über einen Monat lang total kacke gefühlt, hatte Kreislaufprobleme, extrem fettige Haare, unreine Haut, ganz gedrückte Stimmung. Es war echt ätzend, aber das vergeht und dann geht es einem wirklich besser. Also Augen zu und durch!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 01 Mar 2015 09:38:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

ich würde auch sagen, dass Deine Symptome vom Pille absetzen kommen.

Bei mir war das auch so. Es fing auch recht bald nach dem absetzen an, eigentlich da als ich die Pille nach der 7-tägigen Pause wieder hätte nehmen müssen. Ich war innerlich total unruhig, hatte Kopfschmerzen, war gereizt usw. Meine Ärztin sagte zu mir, dass das Entzugserscheinungen des Körpers wären.
Es war dann aber auch nach 2-3 Wochen wieder weg und dannn habe ich mich super gefühlt.

Halte durch!

Liebe Grüße Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 02 Mar 2015 19:07:18 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Tag 14: Zwei Wochen geschafft! Haarausfall wird schlimmer (siehe unten); Gefühle drehen immer noch durch und allg. Zustand lässt zu wünschen übrig. Mönchpfeffer vertrage ich bisher gut... war dann wohl doch eher das Hormonchaos am Blutdruck schuld... entschuldige Mönchspfeffer!

Eine gute Nachricht habe ich aber: Der Naturheiltyp war sehr nett heute und ich bekomme Infusionen wann und wie viel ich will, OHNE dass ich diskutieren muss o.ä.; hab ich sehr deutlich gemacht, dass ich da drauf gaaar keinen Bock habe und ich auch nicht immer auf mein hohen Ferritin angesprochen werden will, weil mein CRP immer erhöht ist, das soll er bitte so annehmen und er fand das vollkommen ok
Bekomme auch mein Medikament mit 100mg; und nicht das, was er da hat (62mg)...

@Brain: Ja, das ist wirklich schlimm mit den Ärzten...
Wie oben geschrieben, mein CRP ist immer hoch, deswegen sind die 300 nicht wirklich realistisch... leider.
Ah, dann bekommen wir das gleiche Medikament Ich glaube aber, dass meins billiger ist, als Venofer. Oder irre ich mich da? Achso, du bekommst es ja auf Rezept.. du Glückliche
Ja, ich merke richtig, wie mein Körper im Stress ist... wenn mal endlich meine Kopfschmerzen aufhören würden blöder Wetterumschwung gerade.. Aber vielen Dank für deine Worte und deinen Bericht!
Verlierst du immer noch so wenige Haare?

@Blueeyes: Schön, dass du mir geschrieben hast!
Entzugserscheinungen? Krass... hatte immer gehofft, dass, wenn ich mal einen Entzug durchmache, wenigstens wegen was besserem als von Hormonen...
Lieben Dank für deine Aufmunterung und deinen Bericht!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 05 Mar 2015 13:56:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 16: Haarausfall heute und gestern: 40 Haare... ??!!... Was geht da nur ab...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 05 Mar 2015 19:10:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

40??!! Das ist ja super im Vergleich zu Deinen vorherigen Zahlen. Ich drücke die Daumen, dass es so bleibt.

Ich denke Schwankungen wird es immer geben und bis 100 Haare, so wird ja gesagt, ist normal

am Tag.
Es kann auch mal wieder mehr werden, weil Du ja noch nicht so lange die Pille abgesetzt hast. Aber es ist doch schon mal erholsam, wenn nichts mehr rausgeht. Als das bei mir anfing, so 2-3 Monate nach dem Absetzen, war ich auch ganz verzweifelt. Jedesmal wenn ich mir durch die Haare ging, war die Hand voller Haare. Und wenn man nur noch gefühlte 1000 auf dem Kopf hat und jeden Tag gehen gefühlte 300 raus.....Ich wußte nicht mehr, wie ich das verdecken kann und hab ein Haarteil gekauft. Naja! Aber dann hörte es auf und das wird es bei Dir auch. Ganz sicher! Halte durch und viele Grüße ins schöne Rostock

Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Fri, 06 Mar 2015 19:50:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

so, habe heute auch zwei termine hinter mich gebracht. urintest ist auf dem weg, blutabnahme erledigt (in vier wochen gibts ergebnisse), habe sofort die schilddrüsentabletten eingeworfen. dann habe ich meinem haar bei 101 haar noch laserbestrahlung, bedampfung, rotlicht und öko-tinkturen gegönnt und mir vor allem in zig vergrößerungen den kopf fotographieren lassen. aha - so sieht also schuppenbildung aus. ist an einigen stellen von meinem kopf so (der großteil der kopfhaut schaut allerdings ziemlich gut aus).
also neue tinktur gekauft - nun versuche ich mal den schuppen herr zu werden. meine haare sind ziemlich gesund und ziemlich dick. nur leider sind am oberkopf viele haarwurzeln verlassen und aus anderen sprießen nur noch zwei haare anstelle von vier. da ist die wurzel sozusagen zu ausgeleiert und kann die verbleibenden zwei nicht mehr gut halten. hm...die lösung sollen tinkturen sein. mal schauen, ob ich mir das wirklich antue.
übrigens: was das sprühen angeht so finde ich das bei dunklem haar durchaus praktisch. das ist ja wie bei der wimperntusche mit haarauffüller. da fällt der ausgefranste scheitel auf den ersten blick wesentlich weniger auf, weil er einem nicht entgegen leuchtet. wenn man dann allerdings genau hinschaut und meinen kopf inspiziert, ist das mit der farbe natürlich doof. aber ich wende das nur in maßen an und da kann der effekt auch ganz gut sein...
der haarausfall war die letzten tage nicht so schlimm. die pille ist ja nun seit anfang dez weg...dennoch wachsen wohl nicht wirklich neue haare nach. ich warte nun erstmal die wirkung des schilddrüsenpräperates ab und habe heute erstmalig gehört, dass diese medikamente auch haarausfall verursachen sollen. hoffe, dass das nicht stimmt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Cora on Sat, 07 Mar 2015 01:33:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Naja ... es gibt Frauen / Männer, die vor Thyroxin nie Haarausfall hatten und ihn dann mit der Einnahme bekommen haben. So gesehen stimmt das schon. Ist schließlich ein Hormon, und die können ALLE Haarausfall verursachen. Aber auch stoppen.

Bei weitaus mehr Menschen bringt die richtige Dosierung den Haarausfall eher zum Stoppen. Da

kriegt man ein Gefühl für, wenn man sich z.B. geduldig durch die Threads im ht-mb.de Forum liest.

Das größere Problem ist meiner Meinung nach die richtige Dosis. Einige brauchen einen sehr niedrigen TSH und sehr hohe freie Werte, damit der Körper sich bis in die Haarwurzeln wohl fühlt. Manche brauchen ein Präparat mit nur t4, andere brauchen t3 dazu. Und sowas muss ja auch der Arzt erstmal abnicken.

Was genau für eins nimmst DU denn jetzt?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 07 Mar 2015 16:20:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 18: Immer noch viiiel weniger Ausfall als vorher; kann mir irgendwer sagen, woran das liegen könnte?!... Ich raffs nicht.
War nun auch bei meinem Frauenarzt und habe mit ihm darüber gesprochen; er ist natürlich 100% der Meinung, dass die Pille niemals Haarausfall verursacht, allerdings muss er meine Entscheidung ja so hin nehmen und unterstützt mich auch mit einem Hormonstatus dann im Mai... außerdem würde er mir auch natürliches Progesteron verschreiben; er kennt sich damit zwar nicht aus, aber da ich mich ja so viel belesen, vertraut er mir da ^^ na denn...
War dann auch noch bei einer Bekannten meines Mannes, die auch Frauenärztin ist.. aber oh man.. die arbeitet sogar inner Klinik, hat aber noch viel weniger Ahnung... schlimm..

@Blueeyes: Dankeschön Wobei ich mich wirklich irgendwie nicht drüber freuen kann...
Wann hat das denn bei dir dann wieder ca. aufgehört? Also wie lange ging denn dieser Ausfall nach den 2-3 Monaten?
Wo kommst du denn her?

@Haihappen: Wie ist denn dein Haarausfall zur Zeit so? Drück die Daumen, dass die Untersuchungen so laufen, wie du das möchtest!

Zu Coras Beitrag: Ich persönlich habe von L-Thyroxin weder Wirkungen noch Nebenwirkungen gehabt... und ich bin recht gut eingestellt mit meinen 100er... Haarausfall hatte ich aber weder mehr noch weniger.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Sat, 07 Mar 2015 18:55:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hallo pfankuchen!

das ist doch schonmal toll das nicht mehr so viel ausfällt habe im April einen Termin beim endo und möchte danach auch absetzen, brauche aber dringend dann eine Alternative um testo in den Griff zu kriegen bin echt gespannt wie es bei dir weiter geht hoffentlich weiterhin so positiv

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 08 Mar 2015 12:50:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 19: Heute ist wieder alles beim Alten: 100 Haare und mir ist aufgefallen, dass der Ansatz schön nach hinten geht... super. (Hab da ein kleines Feuermal, welches immer unter den Haaren verschwand, nun sieht man es auch so...)
Die meisten Haare in der letzten Zeit sind eh wieder fast nur vorne ausgefallen... wie das aussieht Wenn ich mir Fotos von vor einem Jahr ansehe, bekomme ichs Heulen und Kotzen gleichzeitig. Wenigstens bleiben die Längen noch verschont.Sieht aber auch so nicht grade toll aus, sollte wohl doch langsam zu meinem Vokuhila stehen und sagen: Das MUSS so!!
Die ewige Diskutiererei wegen den Haaren mit meinem Mann gehen mir auch auf die Nerven...
Bin auch sehr gespannt, wann ich nun mal meine Periode bekomme... ist ja bald wieder soweit, juchee.

@nina: Drück dir die Daumen, dass du das hinbekommst! Schreib dann mal im April wie es beim Endo war!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 11 Mar 2015 08:06:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

bei mir hörte der akute Haarausfall nach 2-3 Monaten auf. Also er fing nach 2-3 Monaten nach dem Absetzen der Pille an und hörte nach 2-3 Monaten wieder auf.
Wobei ich sagen muss, dass ich nie meine Haare gezählt habe. Ich weiß gar nicht, wie ihr das immer macht. Ich habe es bemerkt, dass nichts mehr auf dem Boden lag und nichts mehr zwischen den Fingern oder in der Bürste war.

Wie sieht`s denn inzwischen bei Dir aus? Ist es so geblieben mit der Ausfallzahl?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 11 Mar 2015 11:08:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 22: Nachdem ein Tag wieder richtig mies war (160), warens gestern und heute wieder "nur" 50.... ich raffs wirklich nicht. Aber in meinem Körper gehts richtig ab; jeden morgen wache ich mit einem knallroten Kopf auf!! (wie ein Flush; ist aber keiner), meine Brüste tun weh, wenn man mal dran kommt (man ja kommt leider öfter mal dran...) und ich hab einen Hautpilz, den ich schon eeeewig nicht mehr hatte, bevor der ganze Hormonkram im Dezember anfing... und der ist hartnäckig diesmal -.- bin gestern mit Teebaumöl dran... (hatte das mal irgendwo gelesen) mach ich NIE wieder, pfui Teufel, brennt das in den Augen!!!^^

@blueeyes: Ich find so schön, dass du hier schreibst
Ja, das les ich ja auch immer wieder, dass das so der "Normalfall" sein sollte, wegen der

Haarzyklen etc., aber ich glaub.. meine Haare sind da anders; die Eiseninfusionen hab ich ja auch schon nach ca. 1,5 Monaten gemerkt... vielleicht hat sich das bei mir komplett verschoben o.ä.? keine Ahnung.. ich lass die Haare mal.. wobei ich mir so soo gerne mal tönen würde...
Ich zähl sie nur einmal am Tag und danach mach ich mir nen Dutt, damit da nichts so etnfleuchen kann, ich machs ja auch nur um sicher zu gehen... da ich so viele kurze Haare verliere, sieht das immer extrem wenig aus; und bevor ich mich dann freue ^^ zähle ich lieber. Aber klar, ich merks auch allein daran, wenn ich mir dann den Dutt aufmache und nicht gleich gefühlte 1000 Haare im Waschbecken liegen

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 11 Mar 2015 12:48:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

dankeschön, ich finde auch schön und vor allem auch ermutigend hier von Gleichbetroffenen zu lesen.

Hast Du nicht auch Probleme mit der Schilddrüse? Durch das Absetzen der Pille kann es ja auch sein, dass sich Deine Thyroxin Dosis verändert hat. Ich meine wegen dieser Hitze Flushs. Die kannte ich von meiner L-Thyroxin Einstellungszeit.

Ich habe früher meine Haare auch immer getönt, mache ich jetzt aber schon seit drei Jahren nicht mehr. Da ich noch keine grauen Haare weiter habe geht das. Irgendwo habe ich mal gelesen, dass es eine farblose Henna"tönung" geben soll. Das verändert jetzt nichts an der Farbe aber soll die Haare gesünder und glänzender aussehen lassen. Ich weiß nur nicht, wo es sowas gibt? Ich habe immer nur Henna Rot und Blond usw. gesehen.
Das wäre aber vielleicht auch statt Tönung eine Möglichkeit und Henna ist ja auch Natur.

Ich glaube mit den Haare zählen, das wäre mir zu zeitaufwendig. Ich wüßte auch gar nicht wie? Meine Haare sind ja so dünn, manche sieht man ja kaum. Aber ich glaube, das würde mich auch stressen. Also so innerlich. Nee, ich lass es lieber.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 11 Mar 2015 12:58:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe blueeyes,

Ja, ich bin mir auch relativ sicher, dass es die SD ist, die da rumzickt. Fluhs hatte ich bisher noch nicht von diesem Medikament, aber, wenn du das ja auch hattest, kann schon sein (danke für den Tipp!!); ich kenne Flushs bei mir nur im Zusammenhang mit einem anderen Medikament, da kommen sie aber gleichzeitig mit Juckreiz und Magenproblemen... außerdem habe ich nach

dem Frühstück JEDEN Tag (soo nervig) so ein gaanz komisches Gefühl, ich kann das leider echt gar nicht beschreiben, aber dieses hatte ich damals auch, als ich bei den SD Tabletten nen anderen Hersteller hatte.. deswegen ja, doch, ich glaube die SD; weiß aber grade echt nicht, was ich da nun machen soll? Zum Arzt?!
Achja: ist das dann eher Symptome einer Unter- oder Überfunktion?! Also wie war denn das bei dir?

Echt? Farblose Tönung? Klingt ja lustig ^^

Och, ich machs ja nun schon seit über nem Jahr, das geht recht zackig mittlerweile^^
Wenns dich stresst, lass es Mich stresst das nicht; nicht zählen würde mich glaube ich mehr stressen.. weil dann die Ungewissheit da ist.. das kann ich nicht ab

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 12 Mar 2015 10:43:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 23: Wuhu nachm Waschen nur 100 Haare! Rekord seit Monaten!
Dafür ist der Rest blöd.. heute Nacht konnte ich einfach nicht schlafen... und trotzdem bin ich jetzt hell wach. Das Schlafproblem ist ca. seit 2 Nächten, aber ich konnte wenigstens ein wenig schlafen...
Hab mir mal die SD Werte checken lassen... hoffentlich hab ich recht und es liegt daran.. die Ärztin meint ja wieder: entweder eingebildet/psychisch oder Blutdruck... (Blutdruck ist aber okay zu Hause).. jaja ich bild mit alles ein. Wobei: Vielleicht bild ich mir ja alles ein und ich existiere gar nicht?!... Ob sie schonmal Descartes gelesen hat?....

Drückt mir mal bitte die Daumen, dass ich recht habe und es ihr voll unter die Nase reiben kann *inihrgesicht*

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Thu, 12 Mar 2015 12:34:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen!
Vielleicht solltest du einfach mal nicht so viel dran denken. Schalt mal ab, gönn dir was. Da herrscht jetzt erst mal Hormonchaos bei dir und das kann tatsächlich auch noch ne weile andauern, aber wenn man zu sehr dran denkt, macht man sich auch verrückt und bemerkt noch tausend andere Dinge. Deine Haare sprechen eventuell sogar schon an und darüber solltest du dich erst mal freuen! Bei mir hat es auch nur einen Monat gedauert, bis das Absetzen Wirkung gezeigt hat.
Ich habe übrigens vor der letzten infusion einen Ferritinwert von 71 gehabt. Das heißt, ich werde jetzt versuchen, so alle 2-3 Monate zur Infusion zu gehen. Meine Haare haben sich auch ein bisschen beruhigt, es fallen so im schnitt 35-50 täglich aus. Wahrscheinlich ist das kein Wert, der für Haarausfall spricht. Wobei ich echt langsam nicht mehr weiß, was normal ist und was nicht.....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 12 Mar 2015 12:58:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Brain!

Naja, wenn man die Nacht so wach liegt und nicht einschlafen kann, denkt man viel^^ und träumt wirr
Ich mach mich ehrlich gesagt nicht soo sehr verrückt, hab eigentlich nur Angst vorm großen Knall... auch wenns so gut bei dir lief/läuft, ich hab meist nicht so ein Glück, deswegen hab ich ja Angst
Bin wirklich zufrieden grade! Aber genießen, kann ichs halt nicht, verstehst du?

35-50 hören sich doch supi an!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 13 Mar 2015 12:27:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 24: Oooh, ich hab so Schmerzen, als wenn meine Periode bald kommen wolle! Das wär super. Ich hoffe sie enttäuscht mich nicht und ich hab umsonst Schmerzen!
Harre waren gestern abend toll: 20!! Heute morgen dann 30, also alles super.
aberichfreumichnichtsodoll..dasgehtimmerindiehose

SD-Werte sind leider gut, ärgert mich auf der einen Seite.. auf der anderen ist es natürlich gut.

Hab zur Sicherheit nochmal mit meinem Endo telefoniert, da der TSH doch um 0,4 gestiegen ist, er meinte aber, dass das natürlich noch im Rahmen ist (isses ja auch...) und dass ich mich nicht wundern dürfe, wenn ich in den nächsten Monaten noch mehr Gezicke von der SD haben werd.
Ansonsten: ENDLICH mal ein Arzt, der sagt, dass die Pille Haarausfall verursachen kann!!
Hab ihn gleich mal gefragt, warum der Haarausfall nach dem Absetzten so schnell besser wurde. Er meinte, dass das an sich natürlich sehr ungewöhnlich ist, aber wenn die Haare vom Östrogen eben sozusagen vorgeschädigt sind und deswegen schnell ausfallen, freuen sich die Haarwurzeln über das wenige Östrogen und !können sich theoretisch! auch schneller erholen.
(Ich hoffe, ich hab das nun richtig zitiert?! Sorry, falls ich n Fehler drinne hab..)

Soo, wünsch euch allen ein schönes Wochenende und hoffe, dass bei euch das Wetter soo schön wird, wie es hier gerade ist

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Sat, 14 Mar 2015 10:15:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Du, mir ging es genauso! Auch ich habe mich nie getraut mich zu freuen. Aber ganz ehrlich,

warum darfst du dich denn nicht freuen? Selbst wenn dieser Status jetzt nur zwei monate anhält, dann hast du aber wenigstens zwei schöne monate gehabt. Natürlich habe ich erstmal zu viel gekriegt, als es bei mir wieder schlimmer wurde. Aber warum darf man sich im Vorfeld nicht freuen? Jetzt ist es doch wieder einigermaßen okay bei mir und ich bin ganz zufrieden. Bei dir sehe ich da auch große Hoffnung. Überleg mal, wie lange du schon nicht mehr so wenige

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 14 Mar 2015 13:53:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Naja, so ewig ist das ja leider noch nicht und heute sind die wenigen Zahlen auch schon wieder vorbei: 120. Tjaja, ich hab mich ansatzweise gefreut, so geht das. Du weißt schon, dass ich dir da eine Mitschuld gebe?

Ne, ne, also freuen werd ich mich nun nicht mehr, aber dafür ärgere ich mich einfach auch nicht mehr, wenn es mal wieder mehr sind, denn: es fallen eh zumeist nur die neuen ungesunden aus; sollen sie doch! Dann wächst hoffentlich was neues besseres nach.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 15 Mar 2015 10:35:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wochenresümee Tag 25: Das Haarewaschen gestern versaut mir den guten Schnitt -.- 170 Haare... Also hat sich am Wochendurchschnitt nichts geändert. Da war ich Freitag wohl wieder zu optimistisch; ich bleib ja bei meiner Theorie, dass die Haare auf die aller kleinste Freude böööse reagieren Obwohl, wenn man es ja auch den ganzen Kopf rechnet, sind die meisten Haare, nette Haare

Hormonell gehts mir im Moment recht gut, die Flushs am morgen nerven zwar, aber ich kann endlich wieder guut schlafen, wiiiee ein Stein!! Diese blöden Unterleibskrämpfe könnten allerdings mal meine Periode rauspressen...
Lustigerweise habe ich mit meiner Haut fast keine Probleme.. ein zwei mini Pickelchen, aber nicht fettiger oder trockener.. erstaunlich, da ich inner Pubertät da wirklich Probleme hatte. Die Haare glänzen auch mehr als sonst und sehen auch ein weniger farbiger aus..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 15 Mar 2015 12:40:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

gib Deinem Körper Zeit. Das dauert eine ganze Weile bis sich alles einpendelt. Kann auch sein,

dass Du deine Periode erstmal gar nicht bekommst.

Hast Du denn schon einen Termin, wann Du den Hormonstatus ohne Pille messen lassen kannst? Oder hat der Arzt mal dazu was gesagt?

Mit den Pickeln ist bei mir auch so. Ich hatte voll die Angst, das ich wieder ein Pickelface bekomme. Weil ich früher große Probleme hatte und auch deswegen mit 17 eine androgenetische Pille bekam. (Danach fing übrigens das Haar an dünner zu werden). Tja und nun? Pille abgesetzt und nix Pickel! Von überdimensionalen männlichen Hormonen, die Haarausfall und Pickel verursachen, wie mir immer gesagt wurde, keine Spur.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 15 Mar 2015 15:26:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe blueeyes,

ich geb ihm doch Zeit Aber beeilen könnt er sich schon ein wenig

Ja klar, aaalles schon erledigt!! Macht mein Frauenarzt und nen Tag später gehts dann zur Hormonsprechstunde; weil sich mein Arzt nicht so auskennt; mein Endo hat aber auch schon gesagt, dass ich gerne anrufen kann. Endlich mal ein wenig Unterstützung der Ärzte!

Naja, man bekommt halt Pickel inner Pubertät... weiß auch gar nicht, warum da immer soo viel gegen gemacht wird; solange es nicht so richtige Krater werden; aber freut mich, dass du keine Pickelfratze bekommen hast

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 17 Mar 2015 18:50:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 26: Blutdruck macht wieder Probleme und deswegen auch der Kopfschmerz... naja morgen ist es sicher wieder besser; ansonsten heute Tiefststand seit November: Waschtag nur 65 Haare; kann gerne so weitergehen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 17 Mar 2015 20:20:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich freu mich für Dich! Pille-absetzen scheint nicht schlecht zu sein Ich drück die Daumen, dass das so weitergeht.
Morgen ist Waschtag - ich bin mal gespannt. Heute juckt meine Kopfhaut leider von den Wässerchen... Hab mir ein kleines Käppi mit Federn für die Hochzeit besorgt...nun hab ich zu dem Thema eine kleine Verschnaufpause. Anfang April kommen die Ergebnisse von den

bestimmten Werten...bin ja schon sooo gespannt...hoffentlich zeigt sich irgendwas. Hab heute die ersten Sonnenstrahlen in meinem Garten genossen und nun total zerschnittene Hände vom Pampasgras

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 18 Mar 2015 12:26:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Haihappen,

Ja, scheint wohl doch wirklich "nur" die Pille schuld zu sein...mal sehen was für Spätfolgen da aber noch kommen... Dankeschön

Ich drücke dir auch die Daumen, dass sich was zeigt!
Schön, dass du eine Kopfbedeckung für die Hochzeit gefunden hast! Das ist sicherlich erleichternd.
Gute Besserung für deine Hände!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 10:07:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Nachdem ich mich wohl ein paar mal verzählz hab .... Tag 30: *räusper* Hab meine Periode gestern Abend bekommen!! Haare sind heute auch weiterhin Tiefststand mit 35! Und es fallen nicht mehr so viele kurze! Klar, weil ja eh nicht mehr so viele fallen

Habe eine ganz wichtige Frage für mich und ich bitte euch um euren Ratschlag, da ich wirklich nicht weiß, was ich machen soll: Mein Blutdruck spinnt ja leider schon ein paar Tage und nun denke ich, ich sollte doch wohl besser mal die BD Medis nehmen... habe aber ehrlich gesagt Angst davor, da ich im Dezember auch mit einem angefangen habe (Amlodipin) und davon recht schnell, recht dollen Ausfall wieder hatte; habs dann abgesetzt und der Haarausfall blieb 2 Wochen schlimm, erholte sich aber nicht mehr wirklich (vorher hatte ich 40 am Tag, dann wieder 80-120 am Tag...).
Nun soll ich ein anderes Medikament nehmen (Valsartan), das angeblich sehr gut verträglich ist und auch Haarausfall tritt, im Gegensatz zu bei Amplodipin viel seltener auf; es greift aber in den Hormonhaushalt ein... da habe ich wirklich Angst, da der Haarausfall nun endlich mal gut ist und ich ja auch, wenn der Ausfall nun wieder mehr werden sollte, ob es dann am Medikament oder am Absetzen der Pille liegt?!..

Was würdet ihr tun??!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 19 Mar 2015 12:10:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ist denn der Blutdruck so extrem, dass er überhaupt behandelt werden muss? Da gibt es ja auch unterschiedliche Auffassungen.

Auch Progesteron soll den Blutdruck wieder in Ordnung bringen. Und zwar auf natürliche Art und Weise.

http://www.ehow.de/effekte-progesteron-blutgefasse-wie_10518 /

http://www.progesteron.de/wirkungen/stoffwechsel/hypertonie/

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 12:17:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh, das ist ja interessant, das wusste ich gar nicht! Danke für die Links!!

Naja, grade ist er bei 160/85 und ich fühl ihn eben auch so dolle.... ich würd ihn aber auch viel lieber natürlich runter bekommen mit Sport etc.
Hab auch das Gefühl, dass heute wieder mehr Haare fallen, aber das kann doch echt nicht nach 2 Tabletten sein?!

An dem einen ganz schlimmen Tag war er bei 180/110, den hab ich auch mit autogenem Training nicht runter bekommen..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 19 Mar 2015 12:22:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ui, das ist heftig! Gut dauerhafter zu hoher Blutdruck sollte sicher behandelt werden. Aber vielleicht liegts ja auch jetzt am Progesteronmangel, den Du vielleicht haben könntest. Hormonstatus hast Du ja noch nicht.

Schildi hattest Du ja gesagt ist gut eingestellt. Weil ich so einen höheren Blutdruck immer bekam, wenn ich die L-Thyrox höher dosieren musste.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 12:24:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja, ich weiß... und ich merke ihn eben auch so sehr. Klar, dauerhaft möcht ich ihn natürlich runterbekommen, möcht ja nicht nur 40 werden..

Hmm, aber Hormonstatus ist ja noch lange hin.. ach alles blöd!

Was würdest du denn machen blueeyes?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 12:38:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hmpf, hab auf der einen Seite von dir grade gelesen, dass Progesteron "Angiotensin II " blockiert; genauso wie das Blutdruckmedikament, welches ich ja nun genommen habe... und auch, dass der Progesteron dadurch hochgehen kann... versau ich mir damit nicht den Hormontest?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 19 Mar 2015 12:41:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Puh, was ich machen würde? Ick wees et nich!

Der zweite Wert ist ja beim Blutdruck der Entscheidende. 110 ist schon heftig. 85 kein Problem.

Ich bin immer der Meinung, so wenig Medikamente wie möglich nehmen. Also wenn der über einen längeren Zeitraum (Monate, Jahre) so hoch ist, würde ich wohl die Medis nehmen.
Wenn es nur jetzt ist, würde ich das Ganze beobachten. Viel Wasser trinken, Treppen steigen keine Ahnung. Zweite Arztmeinung einholen? Hormonstatus abwarten?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 19 Mar 2015 12:44:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wie, durch das Mittel kann der Progesteronwert steigen?

Dann würde ich das Mittel ein paar Tage bevor der Hormonspiegel gemessen wird absetzen, wenn das so einfach geht. Ich kenne mich da nicht aus. Aber vielleicht hat ja auch hier jemand einen guten Ratschlag für Dich.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 12:49:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke für deine Einschätzung

Ich glaube auch, dass es besser ist, wenn ich abwarte... der untere Wert war auch nur an dem einen Tag so bescheiden. Aber an sich möcht ich einfach keine Tabletten nehmen und vor allem einen aussagekräftigen Hormonstatus im Mai!
Hach diese Hin- und Herzerrissenheit

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 12:59:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Achso, zum Progesteron stand das hier:
"Den Progesteronspiegel des Körpers hoch zu halten, könnte das Risiko für diese Erkrankungen verringern. Es sind mehrere rezeptpflichtige Medikamente auf dem Markt, die als Angiotensin II-Blocker verwendet werden können. Auch diese können den Progesteronspiegel der Körpers auf einem höheren Niveau halten." (Quelle: http://www.ehow.de/effekte-progesteron-blutgefasse-wie_10518 /)

Oder interpretiere ich das falsch?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 19 Mar 2015 13:04:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja das würde ich auch so interpretieren.

Wäre ja dann wirklich sinnvoller natürliches Progesteron zu nehmen, als den Körper mit Medis vollzupumpen, die dann wiederum andere Nebenwirkungen haben. Gegen die man wahrscheinlich dann auch wieder was verschrieben bekommt. Teufelskreislauf.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 13:23:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Okay, das beruhigt mich ja schon mal

Stimme dir zu!
Was ich komische Sachen von den letzten Blutdrucktabletten: Husten, Unterzucker nach 4

Stunden nix essen, Tinnitus... da glaubt man echt nicht, dass das davon sein könnte!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 19 Mar 2015 13:28:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Magnesium hätte ich Dir jetzt noch vorgeschlagen, aber das nimmst Du ja schon.

Das erhöhte Cortisol treibt auch den Blutdruck hoch.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 19 Mar 2015 13:39:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mir fällt da gerade noch was ein

Vielleicht wären Schüßler Salze oder Globulis eine Überlegung?

Da gibts doch bestimmt was gegen Bluthochdruck.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Mar 2015 15:03:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe blueeyes,

lieben Dank für deine Mühe

Hab noch mal ein wenig recherchiert und bin nun noch bereiter die Tabletten nicht zu nehmen! Der Blutdruck wird bei mir sicherlich mit dem Hormonkram zusammenhängen.. fing ja auch genau eine Woche nach dem Absetzen an..
Mein Cortisol ist ja an sich in Ordnung

Magnesium nehm ich im Moment sogar noch mehr, wegen dem Blutdruck! Schüssler Salze.. kann ich ja mal versuchen, so sensibel wie mein Körper im Moment auf alles reagiert... werd mich mal in der Apotheke morgen beraten lassen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 22 Mar 2015 18:33:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 33: Maan ist der Wochendurchschnitt runter gegangen, hammer. Leider sind es seit 2 Tagen nun wieder etwas mehr (das Doppelte), was ja natürlich kein Beinbruch ist, aber es kommen grade 3 Übeltäter in verdacht: Hormone, saisonaler Haarausfall oder doch das BD Medi? Ach keine Ahnung...
Meine Periode ist ja zum Glück recht pünktlich gekommen, leider enorm stark! Habs mal gewogen ^^ in 2 Stunden 20 ml! Ich blute aus... werd mir dann wohl mal eine Eiseninfusion danach gönnen... man gönnt sich ja sonst nix!
Hatte hier jemand schon mal eine Vit C Infusion? Würde mich ja interessieren...
Blutdruck ist auch wieder super.. bööse Hormone!! Nehm die Tabletten auch nicht mehr... was soll ich meinen Körper noch mehr in Verwirrung bringen..

Soo, wünsche allen hier einen schönen Sonntagabend!!!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 25 Mar 2015 19:29:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 35: Hormonchaos ist weiterhin voll im Gang; Haare fallen seit 5 Tagen wieder mehr, denke doch, da es sehr diffus ist, dass mich nun der saisonale Ausfall hat... hoffentlich geht das bald rum
Meine Periode ist nun bald rum, soo mega pünktlich alles; ist hoffentlich ein gutes Zeichen...
Ferritinwert habe ich auch mal wieder bestimmen lassen: 275 Das biologische Eisen bringts bei mir echt!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 28 Mar 2015 18:13:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 40: Den Wochenschnitt der letzen Woche werde ich nicht halten können Das wär ja auch mal was gewesen!!

Schade, dass es hier im Moment so ruhig ist... habe mir so meine Gedanken gemacht und komme einfach auf keine gute Idee.. vllt. liest ja doch wer mit: Nach meiner doch überaus pünktlichen Periode ist der Haarausfall ja wieder da... mir fiel aber auf, dass direkt nach dem Eisprung der Haarausfall sooo viel besser war... wie kann denn das mit Östrogen/Progesteron zusammenhängen?Ich kann mir da keinen Reim drauf machen und im Internet finde ich leider nichts... ach man! Wenn die blööden 3 Monate doch schon rum wären und ich endlich mal wüsste, was in mir so abgeht...

Auch die morgendlichen Flushs sind um den Eisprung weg gewesen; letzte Woche hatte ich an 2 Tagen diese aber wieder...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Sun, 29 Mar 2015 06:15:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich lese mit. Bei mir läuft es derzeit allerdings schlecht. Die Ausfallrate war mit dem Schilddrüsenmedikament viel höher. Daher habe ich es wieder abgesetzt und warte jetzt ob sich etwas tut...zudem habe ich endlos viel Stress und noch nie soviele Dinge gleichzeitig geregelt. Nächste Woche fangen die Psychologentermine an.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 29 Mar 2015 10:31:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

vielleicht liegt es am Östrogen- und Progesteronabfall bei der Periode.

Liebe Grüße

Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 29 Mar 2015 14:21:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 41: Japp, Wochendurchschnitt ist wieder ziemlich bescheiden... dafür war heute aber Wochentiefststand von nur 60 Haaren.. mal sehen, wie das die nächste Woche weiter geht.

@Haihappen: Hmpf, das tut mir leid! Dabei wars doch schon so gut bei dir... Wann bekommst du denn die Blutwerte? Müsste bald so weit sein oder?
Hoffe die Psychologen nehmen dich ernst! War ja auch mal bei einem wegen dem Haarausfall und anderen Wehwehchen... nie wieder... das war reine Zeitverschwendung... (habe vorher leider schon 4 andere gehabt... immer das gleiche...)

@Blueeyes: Ja, ich denke auch, dass es damit irgendwie zusammenhängt, aber ich verstehe das ehrlich gesagt nicht ganz... Meinst du, dass dieses Abfallen beider Werte zu dem Haarausfall führen könnte? Das ist doch aber normal

In 4 Tagen müsste ich, wenn der Zyklus wieder pünktlich sein sollte, nen Eisprung haben, da bin ich ja gespannt!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 29 Mar 2015 14:48:16 GMT

Zitat:Meinst du, dass dieses Abfallen beider Werte zu dem Haarausfall führen könnte? Das ist doch aber normal

Ich denke schon, dass das damit zusammenhängt. Und ich denke auch, dass das normal ist. Also das da auch bei Frauen, die keine Haarprobleme haben, in dieser zeit mehr Haare ausfallen als sonst. Nur das es denen nicht auffällt.

Woher weißt Du eigentlich, dass Du oder ob Du einen Eisprung hast? Misst Du irgendwie Temperatur oder hast Du typische Symptome?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 29 Mar 2015 15:00:46 GMT

Aber dann doppelt so viel Haare als sonst?!...
Wenn das für immer so bleibt, kann ja nie was nachwachsen...

Also ja ich messe die Temperatur und naja, ich zähle die Tage.. sollte ja recht gut errechenbar sein, wenn der Zyklus pünktlich ist; allerdings hatte ich im letzten Zyklus auch ab dem 16. Tag (führe eine Haar- und Zyklustabelle^^*) Brustschmerzen bekommen und das Ziehen im Unterleib, falls das Symptome sind.

*ein wenig unangenehm, das zuzugeben.. wobei sich ja andere Sperma aufn Kopf schmieren

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 31 Mar 2015 12:41:50 GMT

Tag 42: Haarausfall ist wieder ein wenig besser; d.h. es liegen nicht 1000 Minihaare auf dem T-Shirt und ich hab nicht 5-10 in der Hand, wenn ich durch die Haare gehe... obs nun zyklusbedingt oder saisonal war (habe ich immer nur ein bis zwei Wochen im Frühjahr).. keine Ahnung; es nervt aber.

Was ich mich seit gestern frage... können Melantonin Tabletten den Haarausfall reduzieren?... Bevor die Eiseninfusionen bei mir wirklich wirkten, nahm ich abends 5mg davon, da ich zu dieser Zeit wirklich gar nicht gut schlafen konnte und die Eisenärztin meinte, da das Eisen die Melantoninproduktion auch beeinflusst, könne ich das übergangsweise mal probieren... und der Haarausfall war letztes Jahr ja auch knapp 3 Monate weg (20-40 Haare am Tag)... zeitlich würde das auch alles passen... hmmm...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 31 Mar 2015 13:21:19 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Hallo, leider weiß ich zu Deiner Frage nix. Bin immer beeindruckt wie gut Ihr Euch auskennt - ich schaff das leider nicht (nun muss erst mal die Hausentscheidung durch, dann kann ich mich wieder besser um mich kümmern). Die Ergebnisse sind da und viele nicht im Normbereich - T3 und T4 und Cortisol - eine Interpretation vom Dr. gibts erst nächste Woche...also muss ich noch ein bissi abwarten. Der Ausfall ist leider schrecklich momentan. Wundere mich so, dass ich überhaupt noch Haare auf dem Kopf hab. Heute hatte ich meinen ersten Psychologentermin. Der faselt was im Sinne von: ich muss mich auf das konzentrieren, was ich hab und mich nicht übers nicht-haben ärgern, so ist man dann glücklicher. Das ist wieder so ein "Schlimmer-gehts-immer"-Geschichtchen (sie könnten auch Krebs haben oder im Rollstuhl sitzen...) - in der Form wird mir das nicht weiterhelfen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ponyfranse on Tue, 31 Mar 2015 13:26:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hab ich auch schon mal gehört...

"Seien Sie froh, dass es nur die Haare sind... Krebs wäre schlimmer..."

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 31 Mar 2015 13:50:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Cortisol im Blut?! Sorry, ich verwechsele und vergesse im Moment so viel, das muss an der Hormonumstellung liegen.
Im Blut wäre der Wert fast zu vernachlässigen; mein Endo meinte, das kann schon allein durch den Gedanken an das Blutabnehmen hoch gepusht werden... Mein Cortisol im Blut ist ja auch immer so hoch

Oh man, ich hab ja glaube ich geschrieben: Zeitverschwendung; kann ja mal aus dem Nähkästchen plaudern:
War beim Psychodoc (warum ist egal) und da kamen wir natürlich auch auf den Haarausfall und die vermutliche MS.. da meinte er dann: "Naja, sie haben ja noch Haare und ne MS ist sicher nicht schön, aber ich habe ja Herzprobleme, ich könnte jeden Moment tot umfallen." Jeder kann einfach so tot umfallen, nicht nur der werte Herr...
Hab leider den Fehler gemacht, dass ich doch noch hin bin... es wurde leider nicht besser... Nach 20 Stunden hab ichs dann abgebrochen... vierte und für immer: letzte Therapie...

Und außerdem lebt ja jeder sein Leben.. und muss mit seinem Scheiß fertig werden... dabei sollen Frauen mit Haarausfall ja zur Therapie! Wird doch überall immer empfohlen...

Achja Haihappen: Stell die Blutwerte doch mal hier rein? Dann haste gleich ne Zweitmeinung
Und: Tut mir leid für dich, dass du auch schlechte Erfahrungen mit so einem Psychofuzzi gemacht hast...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Tue, 31 Mar 2015 16:25:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

ich lese auch immer noch mit ...
Bin auch am absetzen und probiers aber mit langsamen ausschleichen der Pille. Ausfall ist auch da und genervt bin ich wie nix.
Überall liegen Haare rum und ich frag mich wo das noch enden soll. Ich kann mich bald nicht mehr sehen.
Blutwerte habe ich auch machen lassen, aber die Ergebnisse bekomme ich erst nach Ostern.
Man könnte echt verzweifeln und die Geschichten nach dem Motto "Schlimmer geht immer" gehen mir auch auf den Sack. Für mich oder uns ist das schlimm aber irgendwie versteht das keiner.

Viele Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 31 Mar 2015 19:08:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

guten abend - die werte wurden nicht im blut, sondern im 24 h urin bestimmt. daher bin ich mir nicht sicher, ob sich damit viele auskennen. cora scheint gerade urlaub zu machen...
aber es zeigt ja, wo ich überall zu hoch oder niedrig bin...bisher sagt es mir leider noch nix...hat jemand ideen?

T3 0,32 yg/L,
T3 442 pmol/24Std (Referenzbereich 800-2500),
T4 0,49 yg/L,
T4 568pmol/24Std (Referenzbereich 550-3160),
Cortisol 3,6 yg/24Std (Referenzbereich 10-100)
Jod 85 yg/24Std (Referenz 170-280),
Natrium 73,8 mmol/24 Std (Referenz 100-220),
Calcium 1,79mmol/24Std (Referenz 3,30-7,00),
Tetrahydrdeoxycortisol +2,70 mg/24 Std (Referenzbereich 0,16-0,54)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 31 Mar 2015 19:36:53 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

@Blueray: Hallöchen Wie schleichst du die denn aus? Schreib mal wie deine Blutwerte dann sind Ja.. das man wegen Haaren nicht ernst genommen wird.. schlimm.. wenn bei einem Tier die Haare fallen, ist der Tierarzt doch auch besorgt? ...

@Haihappen:... ja Cora ist leider weg.. schade..naja ein biiischen kenn ich mich ja auch aus.. nur sind das so ganz andere Referenzbereiche bei dir, als bei mir.. find das aber echt super, dass das gemacht wurde! Sieht nach einem Cortisolmangel aus, was? Wow fT3 ist ja wahnsinnig tief! Dieses Tetrahydro... kenn ich gar nicht; Hammer was es alles so gibt.. Da bin ich aber wirklich mal gespannt auf die Meinung und Interpretation deines Arztes. Sorry, das ist echt wahnsinnig komplex!! So vieles unter der Norm... hast du denn sonst noch Beschwerden?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 31 Mar 2015 19:45:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Soo, es ist mal wieder Zeit gewesen Verlaufsfotos zu machen (http://img4web.com/view/YKCL6P)... bin gar nicht zufrieden, der Haarausfall seit Januar ist nicht soo schlimm erkennbar, wie ich es sich anfühlt.. aber naja, es nervt halt. Vor allem "meine" Stellen, die Probleme machen (habs mal weiß eingekringelt, damit ihr wisst, was ich genau meine) werden einfach nicht besser; gut, da hatte ich auch wieder den meisten Ausfall... ... Und ich hab mal ein Foto von meinem Zopfumfang beigefügt... der mittlerweile 5cm beträgt (von damals 8...)
Naja, bin gespannt, ob ihr es ähnlich seht
Freu mich über Kommentare!

achja: die Haaren sehen ein wenig klätschig aus, sind aber frisch gewaschen; habe heute aber schon meine Cortisontinktur benutzt.. deswegen sieht das so aus..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 31 Mar 2015 19:55:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Und Cortisolmangel hat dann tatsächlich auch was mit den Haaren zu tun? Was kann man denn dagegen nehmen? Oder hab ich an der Stelle einfach Pech?
Die normalen Schilddrüsentabletten waren ja schlecht für meine Haare - nun hab ich irgendwie wenig Hoffnung, dass das Feintuning dann alles auf einmal besser macht. Aber zumindest scheint sich da ja schon ein Defizit abzubilden.
Der Test im Urin ist nur leider sehr, sehr teuer - aber ich bin dennoch sehr gespannt auf die Infos vom Dr.

Was habe ich sonst noch an Beschwerden anzubieten: Wasser in den Beinen, schlechter/langsamer Stoffwechsel, ich trinke viiiiel zu wenig und schaffe es nicht, mich zu

disziplinieren, den Schlafmangel hab ich durch Kinder und Katze und schlechten Gedanken sowieso - daher weiß ich nicht, ob ich von der Schilddrüse müde bin (glaube, aber ehrlich gesagt nicht), antriebslos bin ich auch nicht (was die Unterfunktion ja stützen würde) und ich habe wohl ne beginnende Athrose in der Hüfte (meine Mama hat das ganz schlimm), Rillen in den Fingernäglen, leider an anderen Stellen tut es sich haartechnisch ein bissi zuviel und ich bin nur am epilieren - sonst fällt mir nix mehr ein an Beschwerden....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 31 Mar 2015 20:08:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Was nutzt die Cortisontinktur? Du hattest Entzündungen auf der Kopfhaut?

Ich bekomme die Bilder nicht sonderlich groß...wenn du geschickt kämmst, kann man gar nichts sehen - oder?
Ich weiß, was du bei den weißen Kringeln meinst und was dich stört - geht mir genauso...aber dein Wochendurchschnitt schaut ja schließlich gar nicht schlecht aus...und es wachsen ja auch fleissig Haare nach. Der Zopf schaut nach viel Zopf aus! Aber ich kenn das, wenn man sich durchs Haar fasst und auf einmal ist alles ganz leicht und früher war das schwerer - ist ein ganz doofes Gefühl...
Da Du so kurz erst die Pille abgesetzt hast, musst du dir ja erst noch ein bissi mehr Zeit zum "aufforsten" geben.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 31 Mar 2015 20:14:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich schreib dir mal ne Mail.. das ist mir hier zu.. weiß ich nicht..

Die Cortisontinktur nehm ich wegen der Pso, bekomm sie sonst nicht in den Griff..

Musste die Bilder so klein hochladen, da die Datei viiiel zu groß geworden wäre
Ehrlich, viel Zopf? Wo?^^ Das "Gebambel" (wie man es in der Pfalz nennt^^) also die Längen sehen nur so fluffig aus, weil ich sie nicht nochmal vorm Fotografieren gekämmt habe.. in echt ist das leider nicht so aufgeplustert...
Ja, ich warte ja geduldig, bin auch recht froh, dass es nicht schlimmer geworden ist.
Danke für deine Einschätzung, Haihappen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Apr 2015 09:59:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

Dein Haarstatus sieht finde ich gar nicht so schlecht aus. Ich habe mir gerade mal deine Bilder vom letzten Jahr angesehen und habe das Gefühl, dass der
Scheitelbereich dichter ist. Hinten sieht alles top aus. Insgesamt ist der Ausfall bei Dir auch eher diffus und sieht irgendwie so typisch nach Nährstoffmangel aus. Ich könnte mir wirklich vorstellen, dass bei Dir, wenn die Ursache feststeht, alles wieder gut nachwächst.

Melatonin soll wohl wirklich bei Haarausfall, auch bei AGA im Frühstadium helfen. Es gab auch mal eine Studie dazu. Nur ob das Tabletten helfen und in welcher Dosierung weiß ich nicht. Ich glaube aber mal gelesen zu haben, dass es in den USA sogar eine Melatonintinktur für die Kopfhaut gibt. Aber die sind eh immer weiter in diesen Dingen als in Deutschland.

blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Apr 2015 10:11:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen blueeyes!!

Ja auf den Fotos kommt das nicht so rüber.. vor allem, ein Tag mal nicht Waschen und in die Uni, ist halt nicht, das sieht dann wieder grausig aus; könnt ich ja auch mal zeigen.. Was bin ich froh, dass ich eine Geisteswissenschaft studiere und viel viel Selbststudium habe.. jeden Tag Haare waschen usw. würde ich gar nicht wollen...
Ja, naja Nährstoffmangel ist es halt nicht "mehr"... mal sehen was der Hormonstatus im Mai bringt

Das Zeug gibts in Deutschland auch schon; hatte mir ein Haarexperte empfohlen.. Warum bekomm ich immer AGA Sachen empfohlen, wobei sie das immer gleich ausschließen?!.. Vollid*****..naja.. Im Allgemeinen Forum gibts sogar ne Rezeptur zum Selber-Anmischen; hab ich nun seit ein paar Monaten.. aber ich merk gar nix, außer dass ich mir eben noch mehr Alkohol auf die Kopfhaut schmiere... Ich versuch mal die Tabletten... und berichte!

Danke für deine doch recht positive Einschätzung

Tag 43: 75 Haare.. müsste laut Tabelle nun sehr bald einen Eisprung haben.. man.. das ist spannender als ein guter Krimi

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Apr 2015 10:12:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Haihappen,

der Cortisolmangel müsste nochmal genauer untersucht werden, da es eigentlich aussagt, dass hier eine Nebennierenschwäche vorliegt. Sprich die Nebennieren sind einfach erschöpft (hattest Du jahrelangen Dauerstress, wo eher immer zuviel Cortisol pruduziert wurde?) und können jetzt nicht mehr das Hormon Cortisol genügend herstelllen.

Es gibt auch ein paar gut Infoseiten dazu, die hier auf dieser Seite zusammengefasst sind, vielleicht hilft Dir das weiter:

http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id= 181

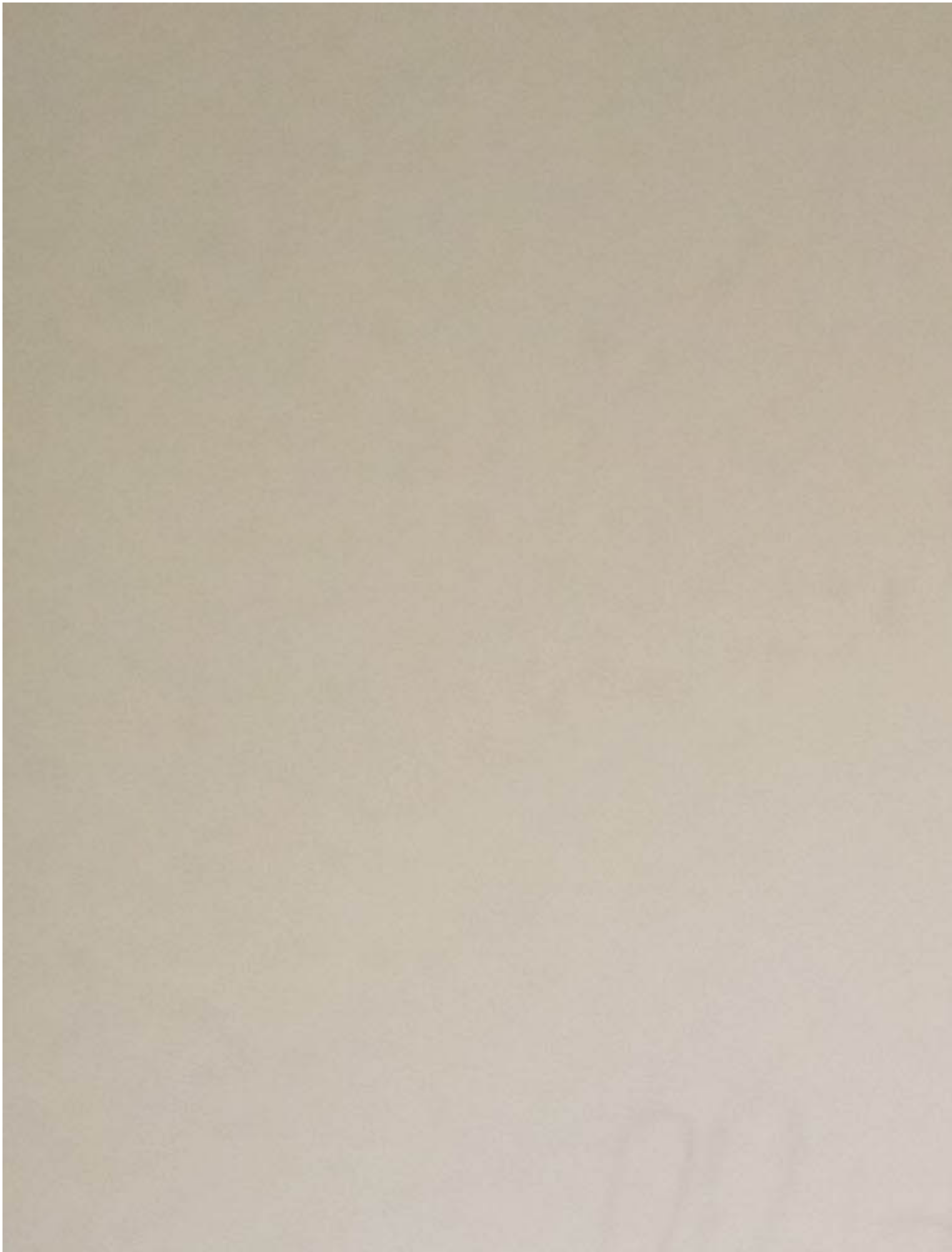
Die Schildihormone sehen auch nicht so prickelnd aus. Bin gespannt was bei Deinem Befund nächste Woche rauskommt.

blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Apr 2015 19:56:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Damit ihr mal genau sehen könnt, was ich mit meinen Problemstellen meine (wenn die Haare frisch gewaschen sind, sieht man das ja nicht soo gut), hab ich mal 2 Fotos gemacht...

File Attachments
1) Oben Hinterkopf Kopie.jpg, downloaded 676 times



Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Apr 2015 19:59:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

das zweite...

File Attachments

1) Hinterkopf Kopie.jpg, downloaded 613 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Apr 2015 20:01:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

achso: "schlecht gekämmt" ist es nicht, (es ist da zwar grade gar nicht gekämmt) aber wenn ich es hinten "rüber kämme", fehlt an der Seite was....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ponyfranse on Thu, 02 Apr 2015 09:01:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Pfannkuchen,

sieht genauso aus, wie bei mir...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 02 Apr 2015 09:55:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Ponyfranse...

das ist ja.. "schön" zu lesen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 02 Apr 2015 10:12:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 44: 70 Haare heute.. und allein 20 davon von den "Koteletten".. die konnt ich einfach so rausziehen.. naja mochte die eh noch nie.
Ansonsten bin ich recht aggressiv... mein armer Mann...^^ Und ich hatte ein Ziehen im Unterleib.. mal sehen ob der Eisprung pünktlich ist.. sollte nun eigentlich soweit sein..

Ich hab außerdem mal alle meine Haare letzten Monat gesammelt.. WOW, dass ich noch Haare auf dem Kopf habe ... Unten ist ein Foto davon^^ (hatte grad keine Euromünze, deswegen die Gabel) Sind etwas über 3000...
Hab aber schon Ideen, was ich mit den vielen Haaren machen kann: Ich kann sie natürlich wieder an meinen Kopf kleben.. oder n Haarteil selbst herstellen... Vielleicht wollte von Euch schon immer mal wer einen Bart? Oder mehr Haare an anderen Körperstellen? Ohh! Früher wurde doch aus Haaren Kunst hergestellt... die könnt ich ja dann verkaufen...Oder einfach ins Kissen stopfen.. oh man

File Attachments

1) 20150402_115201 Kopie.jpg, downloaded 608 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 05 Apr 2015 15:17:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 48: Gestern,... das war was... ich glaube ich hatte einen Eisprung... näher möchte ich gar nicht darauf eingehen *hierbittenixversautesdenken*... seitdem habe ich nun aber wieder ein Ziehen im Unterleib und Schmerzen in den Brüsten... meine Temperaturmethode war doch sehr ungenau, da werde ich mir aber endlich mal so eins für die Ohren kaufen; wollte ich eh schon immer mal haben.
Haarausfall war in den letzten Tagen solala.. immer so 80.. aber viele viele kurze wieder.. mal sehen wie es sich nun nach dem ??Eisprung?? entwickelt... Wochendurchschnitt ist wieder weniger geworden *zumGlück*
Ansonsten sind meine Stimmungsschwankungen ein wahres Wunder der Natur, so wechselhaft, wie das liebe Wetter..

Wünsche Euch allen ein frohes Osterfest!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 06 Apr 2015 13:22:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 49: Hormonmäßig hat mich der Kopfschmerz.. oder leichte Migräne, keine Ahnung.. wieder... war im letzten Zyklus auch kurz nach dem Eisprung so... ätzend.

UND: soooooo viele Haare zur Zeit (knapp 200 nach dem Waschen), was könnt ich.. aaarrggh
Ist jetzt auch langsam mal gut, schreie ich sie dann an.. aber die hören ja nichts...
Theoretisch müsste der Ausfall aber nun langsam wieder besser werden.. bis zur Periode...

Langsam aber entschlüssele ich den Haarausfall immer besser, da ich ein super Forum gefunden habe, wo es eigentlich gar nicht um Haarausfall geht.. aber gut^^
Interessant finde ich, dass diejenigen, die auch tatsächlich "meine" Pille genommen haben, nach einigen Jahren Haarausfall bekommen haben... und, nach dem Absetzen der Pille der Haarausfall fast sofort losging... ist bei mir ja genauso.
Und was könnte ich mich ärgern, dass ich nicht vorher schon abgesetzte habe, menno! Aber man denkt ja immer "nee, sowas passiert mir nicht"

Och man, hoffentlich gehen die knapp 1,5 Monate schnell rum, damit ich endlich weiß, was in mir so abgeht..
Nächste Woche gehts dann erst mal zum Endo, endlich mal ne Zweitmeinung... hoffentlich gibt mir meine blö** Hausärztin überhaupt eine Überweisung.. ach man, dass man sich da auch noch rumärgern muss, man hat doch echt genug am Hals -.-

So, und nun gehe ich meine Balkon Frühlingstauglich machen und lass die ganze Wut an den Pflanzen ab!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Mon, 06 Apr 2015 14:03:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Welche Pille war das denn? Bei mir die Valette ... deine Story gleicht meiner komplett ...

Ich bin auf das Melatonin aufmerksam geworden, bekommst du das verschrieben und hilft das was?

Viele Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 06 Apr 2015 15:05:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hatte die Bellissima, als der Haarausfall anfing hatte ich 3 Monate vorher zur Chloee gewechselt = Belara usw.
Ich denke wirklich, dass dieser Wechsel der Zusatzstoffe meinem Körper wohl gar nicht gefallen hat... naja, vllt wärs auch einfach so gekommen, ohne den Wechsel..

Nö, bekomme das nicht verschrieben, haha, das wär ja mal was, wenn ich was verschrieben bekommen würde
Ich kaufs mir im Internet aus Österreich (sind aber deutsche Shops, wo ich es kaufe)
Also, helfen.. ich schlafe suuuuper gut damit und suuuper fest; ich schlafe ansonsten nicht mega schlecht, aber damit einfach viel besser! Und vor allem schlafe ich sehr schnell ein, das ist toll!
Ich habe es wieder angefangen, weil ich nochmal zurückgerechnet habe und der Haarausfall eben 2 Monate NACH den Eiseninfusionen UND Melatonin aufhörte.. und ich bin mir ehrlich nicht sicher, woran es nun lag... (damals nahm ich das Melatonin, weil ich mega schlecht schlief, wegen dem Eisenmangel)...
Die Lösung für die Kopfhaut mit Melatonin würde ich nicht empfehlen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Mon, 06 Apr 2015 15:12:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hatte Melatonin Tabletten gesehen in der Versandapotheke und die sind anscheinend in Deutschland Verschreibungspflichtig.
Vielleicht wäre das doch noch eine Option für mich, die Lösung mit Melatonin für die Kopfhaut halte ich für Geldmacherei.
Momentan bin ich komplett überfordert mit dem Thema und es schlägt mir auch mal wieder ganz schön auf die Psyche.
Ärzte suche ich deswegen keine mehr auf, es hat keinen Sinn, ich höre überall die gleiche Leier.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 06 Apr 2015 15:26:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich kann dir mal einen Link schicken, wo ich sie kaufe?
Och probiers doch aus... Nebenwirkungen haben die ja wenige/keine, bloß mit der Langzeiteinnahme weiß ichs nicht so recht..

Hmm, kannst du mal deine Geschichte hier schreiben?? Das wäre schon interessant

Zu Ärzten deswegen gehe ich auch nicht mehr, lediglich dann zur Hormonsprechstunde, weil ich ja auch wissen will, was da abgeht; und halt zum Endo für die SD, was ja auch weider mit den Haaren zusammenhängen kann.
Aber zu Haarärzten.. das sind die letzten Lachnummern Immer nur Regaine... schlimm, wie viel Geld bekommen die dafür??!! Ich sollte nochmal was anderes studieren -.-

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 06 Apr 2015 15:33:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Okay, sorry, deine Geschichte ist ja in deiner Signatur Ich Dödeline^^
Also mein Endo meinte, schuld wäre nicht das Testosteron, sondern das viele Östrogen, was die Haarwurzeln kaputt macht; naja, im Prinzip ja auch sowas von egal.
Hast du die Pille denn nun abgesetzt oder nicht?

Ich hab grad leichten dunklen Flaum über der Oberlippe gefunden
Solange der Rest verschont bleibt... (hab alles abgesucht)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Mon, 06 Apr 2015 15:44:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/mv/msg/1483/50 510/#msg_50510

Da steht meine Geschichte drin. Nachtragen muss ich bis jetzt, mein Vitamin B12 sowie Zinkhaushalt wurde oder wird aufgefüllt da vollkommen im Keller.
Die Pille schleiche ich sozusagen auf eigene Faust aus und das bekommt mir eher schlecht als recht von den Haaren her gesehen. Aber ich versuche das jetzt. Nehme jetzt nur noch alle drei Tage eine ein und versuche das noch weiter zu ziehen.

Mit dem Melatonin ist das so eine Sache, ich habe vor Jahren Agomelatin genommen, ein Antidepressivum das ganz eng mit Melatonin verwandt ist. Auf Dauer geht das auf die Leberwerte bzw. das muss kontrolliert werden, Langzeitstudien liegen keine vor und deshalb bin ich etwas vorsichtig, könnte mir das beim Melatonin auch vorstellen das es auf die Leberwerte schlägt. Aber andererseits, ich glaube für meine Haare würde ich es mal riskieren. Schick mir mal den

Link dafür, das wäre super.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Mon, 06 Apr 2015 15:49:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach ja den Rat von der Endo mit Regain den Ausfall aufzufangen habe ich nicht beherzigt. Den Stress mit dem Shedding gebe ich mir nicht noch zusätzlich und ich bins auch leid, das man ständig was kaufen und anwenden soll das beim absetzen dann komplett wieder die Wirkung verliert. Dann müsste ich ja bis in die Puppen Regain nehmen um die paar Haare zu halten.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 06 Apr 2015 16:05:06 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kann ich verstehen, dass du den "Rat" nicht angenommen hast... dann verschiebste das Problem ja nur... so ein Schwachsinn...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Mon, 06 Apr 2015 19:06:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Noch schöne Restostern!
Ja, genau aus dem Grund kann ich mich zu Regaine auch nicht aufraffen... Wenn ich allerdings wüsste, dass es hilft, wärs mir wurscht, wenn ich es auf Dauer nehmen müsste - aber was ist,wenn es nur das Shedding gibt und dann kommt nix nach...ich hasse es derzeit in meine Haare zu fassen (auch ganz unbewusst) - dann fehlt auf einmal diese Schwere von früher und alles fühlt sich so leicht ein - ein ätzendes Gefühl
Hast Du schonmal wegen Haarersatz geschaut? Ist aber auch vieles nicht prickelnd...morgen habe ich endlich meine Artztermin....bin schon ganz gespannt auf die Infos...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 06 Apr 2015 19:57:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Dankeschön, dir auch

Na da bin ich ja super gespannt auf deinen Bericht morgen!!!!
Hmpf noch hab ich ja Haare
Wenn es schlimmer werden sollte, müsst ich aber mal... aber naja, daran denke ich gar nicht; sobald die blöden Hormone aus mir raus sind, gedeiht das wieder und wehe dem nicht!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Mon, 06 Apr 2015 20:24:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich meinte wegen haarersatz eher blueray (weiß zwar gerade nicht, wie der kopf ausschaut), aber da das thema "ärzte" erstmal abgehakt zu sein scheint...dann macht frau sich ja meist gedanken über alternativen.

ich versuch mir morgen alles mitzuschreiben und kann dann hoffentlich morgen abend posten...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 07 Apr 2015 09:24:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Och, dann sag das doch^^ So richtig angesprochen habe ich mich auch nicht gefühlt, aber naja.. nu weisste es trotzdem

Viel Erfolg beim Mitschreiben!! Ich drück dir ganz feste die Daumen!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 07 Apr 2015 16:53:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Letztens wieder verzählt -.-
Also: Tag 49: Immer noch soo viele Babyhaare; morgens und abends kämmen ergeben "nur" 80.. aber übern Tag sind das sooo viele mehr, die zähle ich nicht... ist mir auch grad zu blöd. Weiterhin habe ich starke Schmerzen vor allem in der linken Brust, da kann man sogar kleine Knötchen ertasten, die dann nochmal extra weh tun... Hoffentlich schaut sich der Endo das auch mal an... vllt. hab ich auch Glück und er misst mal ein paar Hormone; klar sind die noch von der Pille beeinflusst, aber ich bin einfach zu neugierig Auch, weil es dann Zyklustag 21 wäre, das wäre soo interessant, wie sich Östrogen und Progesteron so zusammen verhalten; da ich unter der Pille natürlich viel zu wenig Progesteron hatte... ich bettel mal ein wenig..

Hab mir nun auch mal ein gutes Thermometer gekauft (Stiftung Warentest geprüft) Und da stand dann glücklicherweise, wie man es im Mund am besten misst.. will mir weder vorne noch hinten irgendwas reinstecken.... dann kann ich auch endlich meinen Zyklus besser bestimmen!.. man könnte denken, ich würde schwanger werden wollen... und das alles nur für die Haare...

UND: Für den Arzttermin im Januar, den ich in in der Haarsprechstunde in Lübeck hatte, kam heute die Rechnung: 88 Euro!!!!! Für angeblich 20 Minuten (waren das IM LEBEN NICHT) und n bissl mit der Lichtlupe drauf schauen... ich studier echt das falsche... weil der Arzt auch wieder NULL Ahnung hatte und nur wieder zu Regaine riet -.- super investiertes Geld...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Wed, 08 Apr 2015 15:26:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

wegen Haarersatz habe ich schon etwas geschaut, aber so richtig begeistert bin ich da nicht. Hairdreams Microlines war das glaube ich, es sprengt meinen finanziellen Rahmen zur Zeit, angeblich würde bei Kassenrezept vom Arzt die Kasse was drauflegen, aber das was ich noch zahlen muss ist auch nicht ohne und ob ich das System generell gut finde ... hmm, na ja.
Ich fülle die Haare schon Jahre lang mit einer Haarverdichtung von Great Length auf, das geht ja aber nur bis zu einem gewissen Grad, Oberkopfbereich geht da nix. Das liegt preislich noch weit unter der Hairdreams Geschichte und war immer noch finanzierbar.
So langsam werde ich aber wegen dem Oberkopf Problem immer unzufriedener ...
Ich wäre schon dankbar, wenn ich was finden würde um den Ausfall wenigstens zu stoppen.
Vielleicht hörts ja auch auf wenn die Pille mal komplett weg ist. Aber ich denke da hab ich noch ordentlich was vor mir.

Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 08 Apr 2015 16:06:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 50: Heute alleine 110 OHNE duschen -.- Und ich muss nachher noch... jippie...
Hormonprobleme wie blöd, zu den schmerzenden Brüsten und dem Ziehen im Unterleib kommen Gedächtnisprobleme der aller feinsten Art hinzu und trockene tränende Augen...
über die kleinen Pickel und die fettigen Haare red ich lieber gar nicht erst...

Habe ein Rezept für ein Brennnessel Haarwasser gefunden, welches ich gleich nachher mal ausprobieren werd. Brennnessel soll ja die Haare positiv beeinflussen, man darf gespannt sein!!
Von meinem selbst gemachten Leave_In bin ich auch super zufrieden, da sind die Haare immer so schön weich und kämmbar!

@blueray: dann setz das blöde Ding halt ab? Wenn ich das schaffe, schaffst du das auch! Und ja... vor sich hat man das was Ich würd mir auch wünschen, es würde endlich aufhören zu fallen.. überall diese blöden Haare, ich bin doch kein Hund!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Wed, 08 Apr 2015 16:11:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hast recht mit der Pille ... ich bin so ein Schisser ... nehme jetzt nur noch jeden 3. Tag eine und bald lass ich es ganz.
Das Brenesselhaarwasser kenne ich, das hat meine Mutter schon immer erzählt das sie das

früher zu Omas Zeiten schon gemacht haben und das es gut sein soll. Altes Hausrezept so nach dem Motto "Was die Oma noch wusste".

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 08 Apr 2015 16:21:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Sag mal... hast du denn keine Schmierblutungen oder so? Wenn ich das machen würd... bah bah, das würd nicht gut gehen...
Ja genau, habs zwar nicht von meiner Oma, aber wenn deine das schon gemacht hat, muss es ja gut sein

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Wed, 08 Apr 2015 16:59:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Nee, das wundert mich selber. Ich habe jetzt im ganz normalen Rhythmus meine Tage gehabt, noch nicht mal sonderlich schlimm und das will was heissen nach ewigen Langzeitzyklus ...durch die Langzeiteinnahme hatte ich ja überhaupt keine Tage mehr.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzenoh
Posted by Brain on Wed, 08 Apr 2015 17:36:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh ja, der Langzeitzyklus... Ich glaube, der hat bei mir den HA überhaupt erst ausgelöst. Mensch Pfannkuchen, das ist aber echt ein Chaos in deinem Körper! Du Arme! Bei mir war das ganz große Durcheinander zum Glück recht schnell vorbei. Zu kämpfen hab ich nur noch mit den fettigen Haaren (die waren aber auch schon vor der Pille so) und den pickelchen. Zum Glück sprießt nur selten was im Gesicht, aber ab zweiter Zyklushälfte dann vermehrt am oberen Rücken, am Haaransatz hinter den Ohren und manchmal auch im Decollete. Was da allerdings ganz gut hilft: ein tropfen teebaumöl in der creme und zinksalbe. Was bei kopfhautproblemen hilft: ket Med Shampoo.
Ich bin wieder bei rund 30-40 Haaren im Tagesschnitt. Anscheinend hat das Eisen geholfen und ich muss wirklich regelmäßig infusionen bekommen. Irgendwie hab ich trotzdem das gefühl, dass ich noch zu viel verliere. Leider wächst da nicht wirklich so viel nach, wie meiner Meinung nach müsste.
Wann gehst du zum Endo, Pfannkuchen? Meinst du nicht, das ist jetzt noch etwas früh?
Liebe Grüße!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 08 Apr 2015 18:20:10 GMT

@blueray: Hach du Glückliche! Ich konnte die Pille max. 2 Monate durchnehmen... einmal hab ichs 3 Monate durchgezogen, dafür aber im ganzen 3. Monat dann Schmierblutungen gehabt...

@ Brain: Morgen geh ich zum Endo Naja, an sich klar, zu früh, aaaber ich geh nicht mal wegen den Haaren hin. Will endlich ne Zweitmeinung wegen meiner SD, will doch mal das Thema Hashi ansprechen... und ich will endlich abnehmen können hab sogar mittlerweile 2kg durch das Pillenabsetzen zugenommen Das nervt mich dermaßen!
Oh nee, Teebaumöl mach ich nie wieder, das hatte ich noch 3 Tage inner Nase Aber gut geholfen hat es schon^^
Ach nein, 30-40 sind doch super!! Muss halt nur wieder wachsen Wie lange wartest du nun schon, dass was wächst?!

Ja, das Hormonzeug geht mir mittlerweile echt auf die Nerven! Kann ja nur von einem Tag auf den anderen planen und dann sehen wies mir geht... gut, dass ich nur noch eine Vorlesung dieses Semester habe!!
Hoffentlich pendelt sich das langsam ein... nicht, dass ich doch Progesteron nehmen muss.. die Symptome deuten ja eher auf zu viel Östrogen, wenn ich mir die Listen da so ansehe...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 09 Apr 2015 12:02:23 GMT

Tag 51: ... 125 nach dem Waschen... geht noch; was mir aber extrem auffällt: Die Haare sind dicker, also das einzelne Haar... als vorher... sonst waren immer nur die Langen recht unfusselig; jetzt sind auch vermehrt die mittellangen dicker... blöde Pille! Was nimmt man da für Gift! Ich könnt mir selber so in den A**** treten!!
Heute Nacht habe ich auch kaum geschlafen (3 Stunden, wenns hoch kommt) -> wie im letzten Zyklus: da fing am püntlich am 21. Tag die Schlaflosigkeit an (für 3 Tage); und heute pünktlich wieder am 21. Tag auch.. maaan ist das schlimm; ich hab Montag nen ewig langen Tag vor mir und dann sowas... hoffentlich dauert das nur wieder 3 Tage, dann kann ich wenigstens am WE ausschlafen...

Zum Endo heute morgen:
Also, erstmal war ich fast ne Stunde bei ihr drinne; sie lobte erst den Endo, bei dem ich schon war, der wurde auch da an der Uni ausgebildet bla bla.. toll, interessiert mich echt kein Stück.. Sie hat das Kind dann endlich mal beim Namen genannt (allerdings erst auf Nachfragen von mir), sie denkt schon, dass es Hashi ist, da die SD soo winzig ist; allerdings fehlen die Antikörper und der Rest, aber den vermutet sie in der frühen Jugend... toll toll, da ich aber "gut"... (ich finde es ginge noch besser) eingestellt bin, kann man nix weiter machen. Toll... abnehmen kann ich trotzdem nicht.Sie hat dann noch ein paar andere Hormone (natürlich nicht die, die ich wollte) abgenommen und joar, mal sehen... auf mein Hormonchaos ist sie leider auch nicht eingegangen, nur soweit: Wenn der Zyklus gut ist, sind die Hormone auch gut... toll meine Schmerzen durch kleinen Knoten in der Brust muss sie ja auch nicht fühlen, das tut so sehr weh im Moment! Kann doch nicht normal sein?! Kann man das so einfach pauschalisieren?!
Ich weiß allerdings mit dem Hashikram grad gar nix anzufangen....

Was super war: beim Blutabnehmen hab ich die Schwester gefragt in welches Labor das geht und war echt traurig, als sie sagte, sie haben ein eigenes im Haus (weil ich ja sonst immer woanders hinfahre) und ich wollte so gerne den Ferritin nochmal bestimmt haben... und dann meinte sie: Ach ich streich das einfach mit an, merkt doch eh keiner.

@Haihappen: Wo bist du denn?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Thu, 09 Apr 2015 16:37:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo, hab mein Arztgespräch erst jetzt verkraftet...es kamen leider sehr wenig Infos rüber. Da hätte ich mich wohl vorab schlauer lesen müssen um dann genauer fragen zu können.
Nur einiges an Medikamenten - also: die Schilddrüsenunterfunktion behandeln wir dann in zwei Wochen (wenn ich die Medizin besorgt habe) und ausgeprägt soll sie auch sein. Hm...dabei bin ich gar nicht so müde oder antriebslos und mit meiner Masse an Stress gehe ich meiner Meinung nach auch super um, aber vielleicht zeigt sich die Unterfunktion auch wirklich hauptsächlich am Haarausfall.

Die meisten hier haben ein Thema mit der Schilddrüse (sind gut eingestellt), aber dennoch noch mit dem Haarausfall zu kämpfen. Daher hab ich nicht allzuviel Hoffnung, dass sich dann auch einiges tut. Aber da das Thema massiv sein soll (was nur die Werte im Urin zeigen, die Werte im Blut zeigen so gut wie nix), gehe ich das natürlich auf jeden Fall an. Den Cortisolmangel hingegen (soll mich leicht reizbar machen, mit Tendenz zu Übergewicht) darf ich jetzt erstmal nicht angehen - da der dem Aufbau der Schilddrüse wohl entgegenwirkt. Also behalte ich den Mangel wohl noch ein Weilchen und meine paar Kilo zuviel dann wohl auch; nun hab ich ne Ausrede; will aber trotzdem noch mind. zwei abnehmen.

Da meine Haare in der Schwangerschaft nachgewachsen sind, wurde mir nun noch -auf Nachfrage- Utrogest aufgeschrieben. Das muss ich noch googeln. Ist ein Versuch...

Nach Eurem Melatonin (so heißt es doch?) hab ich auch gefragt und auch das lasse ich mir nun von einer Apotheke anmischen. Meinen Calcium- und Jod-Mangel hat ihn nicht interessiert, da sagt er nur: Is halt Ernährung. Hm, Calcium futtere ich nun fleissig nebenher. Eine Info gabs noch nebenher: Insulin (weil ich gerne süß esse) besetzt die Rezeptoren der Zelle, wo meine (Schilddrüsen?)hormone andocken sollen, daher sollte ich süßes komplett weglassen und auch nur Wasser trinken. Hm, das ist ein Thema was ich disziplinlose Tante ja so gar nicht schaffen kann - aber ich arbeite an mir...

So, das war der Stand: Mein Kopf schaut immer schlimmer aus - mir läuft so langsam die Zeit davon....überall Lücken, heute hat mein Haarspray nicht gehalten und ich bin "hinten mit Loch" rumgelaufen ... suuuuper wenn man dann nach Hause kommt und in den Spiegel nach hinten schaut...war das wohl schon so, als ich in der Kantine essen war????....HMPF!

Ich habe einen irren Vitamin D-Mangel - das futtere ich nun auch in Tablettenform 2x die Woche....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 09 Apr 2015 16:47:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@blueray: ganz ehrlich .. dieses "gut eingestellt".. ich bin mir da nicht sicher; wen ich mir diese Liste vom hashiForum so anschaue:
(Quelle:http://www.ht-mb.de/forum/showthread.php?1075184-Has himoto-Info-f%FCr-neue-Mitglieder)

.. dann habe ich da, bis auf 2 Sachen ALLES... ich will mehr Thyroxin! Menno! Aber den einen Monat muss ich ihr wohl noch lassen.. aber ich werde im August beim Endo richtig Druck machen! Ich hab echt keine Lust mehr nach den Werten zu gehen.. dann teil ich mir meine sch*** Tabletten halt selber und nehm von mir aus mehr und wechsel den Arzt und sage einfach, das sei meine normale Dosis... so ein Schwachsinn.

Ich habe vorhin mein erstes miniaturisiertes haar gefunden Ist das zum K*****!!!

@Haihappen: Na ist doch aber was, dass du wenigstens Medis bekommst, die dir hoffentlich/sicherlich helfen werden. Ich komm nach jedem Arztbesuch so schlau wie vorher nach Hause und mit genauso wenigen Rezepten -.-
Aber wieder super, dass du Utrogest nur auf nachfrage bekommen hast.
Melatonin zum Anmischen?! Ich nehm Tabletten?!
Wie waren nochma deine SD Werte? Kannste die allesamt nochmal posten?
Wie ist dein Vit D?? Wie viele Einheiten nimmst du 2x die Woche? Nimm ruhig mehr; ich hab Dekristol 20.000IE zwei Wochen lang jeden tag eine genommen und so den Mangel schnell weggehabt!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Thu, 09 Apr 2015 17:07:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Bei der Liste vom Hashi Forum könnte ich auch fast bei allem hier schreien ... das ist ja das bekloppte.

Morgen muss ich beim Arzt nach meinen Ergebnissen fragen, da bin ich mal gespannt ... geht aber nur um die Schilddrüse und Vitamin B12.
Einen Hormonstatus wird mir keiner so schnell ohne Kosten machen, hätte wohl auch keinen Sinn weil ich die Pille noch ausschleiche.
Wobei mich mal interessieren würde wie mein Testosteron Wert jetzt ist im Vergleich zur korrekten Pilleneinnahme.
Andererseits mach ich mich nur noch mehr verrückt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 09 Apr 2015 17:32:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich will unbedingt mehr L-Thyrox!! Kann man sich das auch illegal besorgen?^^
Kann sowas der Frauenarzt ausstellen? Den könnt ich überreden...

Ne, das lohnt sich nicht.. wobei ich heute ja auch soo gerne Prog und Östrogen bekommen hätte.. aber neein.. das ist ja nicht das Thema bei der SD Sache... -.-
bezahl ihn dir doch selber? Kostet doch sicherlich nicht mehr als 20€ oder?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 10 Apr 2015 15:57:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 52: Soodele heute ist ein SUPER Haartag gewesen... insgesamt knapp über 40!!
Aber ist ja klar: bin nach dem Eisprung nun bei Zyklustag 22, das Prog sollte ja nun recht hoch sein... wenn es am Anfang meiner Periode dann wieder schlimmer wird, wäre es so wie im letzten Zyklus.
Habe nun auch ein neues Thermometer, das sehr genau misst! Super Sache! Heute hatte ich 37,2°C, und das passt genau zu dem, was ich zu diesem Thema so finde (z.B. bei Wikipedia
Da ich sonst so im Bereich von 36°C irgendwas liege, ist das glaube ich, okay.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 12 Apr 2015 16:23:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag: 54; Zyklustag: 24: Es blieb dann doch bei einem guten Tag... meine Zyklussymptome vom letzten Mal sind dafür ein wenig schwächer (ich konnte diesmal nur einen Tag nicht schlafen, statt dreien, wie im letzten Zyklus), liegt vllt. am Melatonin, welches ich ja nun seit über 2 Wochen nehme.. mittlerweile als Lutschtablette mit Erdbeergeschmack
Dafür hatte ich drei Tage lang bei jeder kleinsten Bewegung sofort eine Atemnot, das war nicht

schön! Meine Brust tut immer noch weh und ist ganz hart an den Seiten... gestern kam dann Schwindel dazu, der heute zum Glück wieder weg ist... ich hoffe dieses Hormonchaos ist bald vorbei, langsam gehts an die Nerven!
Mal sehen wann ich wieder meine Periode bekomme; hatte gestern mal so zurückgedacht an die Zeit vor der Pille.. da hatte ich immer sehr unregelmäßige Zyklen... naja..

@Blueray: Wie waren denn deine Blutwerte so?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 14 Apr 2015 15:02:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 56; Zyklustag 26: Hmpf, die Haare fallen und fallen... zum Glück immer noch nur die kurzen... Spaß macht das trotzdem keinen... bisher bleiben Tage noch aus... und auch das Unterleibsziehen, wie beim letzten Mal...
Weiß aber grade gar nicht wie es mir hormonell grade geht, da ich die letzten Tage auf einer Veranstaltung war.. da konnte ich nicht soo gut schlafen, mal sehen wie es heute wieder läuft.. naja..

Schade, dass hier grade so wenig los ist bzw. hier keiner mehr schreibt.. naja...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Tue, 14 Apr 2015 21:38:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Pfannkuchen! Tja, das kann ich mir wohl vorstellen, dass dein Chaos an die Nerven geht! Wobei ich dir echt nur raten kann dich mal ein bisschen frei davon zu machen und nicht so viel dran zu denken. Vielleicht schiebt man auch manches auf die Hormone, was nichts damit zu tun hat.
Ich hätte mal eine Frage an euch: kann jemand ein NEM empfehlen, das die Haare zumindest was gesünder gemacht hat? Ich nehme Zink und Bierhefe aktiv und trotz meiner guten zahlen von ca 30 werden meine Haare immer schlimmer. Sie sind kaputt wie sau, ich habe alle Längen drin, meinen Ansatz bekomm ich einfach nicht mehr gleichmäßig nachgefärbt und vorne sind die Längen soooooo flusig ausgedünnt, das ist so fies! Dabei sieht man auf meinem Kopf den HA gar nicht. Nur in den Längen halt. Ich selbst sehe es auch in den GHE. Es muss unbedingt

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 15 Apr 2015 09:34:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 57, Zyklustag 27: Haarmäßig um die 80, aber Gewichtsmäßig... könnt ich echt... also normalerweise soll man doch abnehmen... ih hab mich grad mal gewogen, und wusste ja, dass

ich schon 1-2kg zugenommen hab seit dem Pilleabsetzen.. mittlerweile sind es 6kg?! Das kann doch echt langsam nicht mehr sein

@Brain: Naja ich sitze ja nicht den ganzen Tag rum und warte darauf, dass was passiert Ich möchte es eben nur so genau wie möglich aufschreiben und dokumentieren, weil ich sonst wieder dumm beim Arzt sitze und vor mich hin brabbele, was ich so hab und mir das wichtigste dann entfleucht. Und manche Tage sind einfach beschissen, muss ich mal so sagen^^ Dass diese Migränekopfschmerzen immer so am 14.-18. Zyklustag kommen, kann ja auch kein Zufall sein (naja.. kann schon^^)
Zu deiner Frage: Also ich würde mal so pauschal sagen, dass wenn deinem Körper nichts fehlt, sollten die Haare von alleine wieder hübscher werden... Biotin hat mir null geholfen, so wie eigentlich auch der Rest... mir fällt aber immer wieder auf, dass es doch extrem auf die Pflege ankommt; ich hab auch Tage wo die Spitzen unten aussehen... schlimm, vor allem wenn ich die eine Spülung von alverde nehme.. da werden die soo strähnig, ganz eklich. Wenn ich dann mal eine Spülung von nivea oder so nehme, weil ich ja auch mal nicht mit strähnigen Haaren rumlaufen muss... sehen sie nicht strähnig sondern dann fusselig aus... gestern hatte ich mit Weleda die Spitzen gewaschen, weil die anderen beiden nicht nehmen wollte und nun sehen sie super aus und fühlen sich auch super griffig an.
So, nun hab ich viel geschrieben und mein Fazit: wegen den NEMs habe ich keine Ahnung sorry, mir hat da leider nichts geholfen, die Haare irgendwie hübscher zu bekommen..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Wed, 15 Apr 2015 11:37:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

melde mich auch mal wieder ... meine Blutwerte waren in Ordnung.
Es wurde nochmals nachkontrolliert was beim Blutbild im Januar auffällig war, das war Vitamin B12, Zink und die Schilddrüse.
Alles im Normbereich, hatte ja Depotspritzen für B12 bekommen, hochdosiertes Zink und meine Thyroxin wurden von 125 auf 112 gesenkt. Hat sich alles gut eingependelt.

Ich nehme jetzt nach wie vor nur noch jeden 3. Tag eine Antibabypille, manchmal vergesse ich auch noch die und bis jetzt ist der Ausfall nicht schlimmer geworden. Es waren mehr wie früher, aber es geht. Trotzdem glaube ich nach wie vor, dass dies die Ruhe vor dem Sturm ist. Allerdings glaube ich mir einzubilden, dass meine Grundstimmung etwas besser wird und das könnte vom ausschleichen der Pille sein.

Zur Pflege kann ich auch was sagen, es ist sehr wichtig, gute Pflege für die Haare zu haben, meine sind ja auch lang und gefärbt. Gute Erfahrung habe ich mit Loreal Ever Pure für gefärbtes Haar gemacht, Shampoo und Spülung. Dazu kommt, dass man wirklich regelmäßig die Spitzen schneiden lassen soll, egal ob die Haare dünn sind. Etwas weniger Länge und dafür mal gut schnitten bewirkt Wunder. Dann sehen die Haare auch fülliger aus.

Was mir auch damals als meine Haare sehr angegriffen waren geholfen hat, war die heisse Schere beim Frisör. Das hört sich brachial an, aber ist es nicht, kopiere hier mal einen Link ein

von einem Frisör der es schön erklärt

http://salon-guenther.de/heisseschere/index.html

Ich kann das nur empfehlen und die neue Frisörin zu der ich damals gewechselt bin hat mir das empfohlen und das war super.

Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 15 Apr 2015 14:28:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey blueray

Wie viel Zink hast du denn da genommen?
Warum wurde dein LT runterdosiert?
freut mich, wenn nun alles im Lot ist

Wann willst du sie denn endlich ganz weglassen?

Klar, Spitzen schneiden ist extrem wichtig; ich lasse mir das auch regelmäßig machen, allerdings nur dann, wenn ich sehe, dass sie bald splissen (kann man das so sagen?^^); dann ein zwei mm runter und ich hab wieder 3 Monate meine Ruhe.
Wie teuer ist denn so eine heiße Schere? Wollte mich da längst mal erkundigen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Wed, 15 Apr 2015 14:46:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Huhu,
ich nehme dreimal täglich eine Zinkorotat Pos 40 mg, muss man leider selber bezahlen, geht aber noch vom Preis.
Mein Thyroxin wurde runter reduziert, weil ich eine leichte Erhöhung der Schilddrüsenwerte hatte. Ich habe ja schon gute 20ig Jahre 125er Thyroxin genommen nach meiner SD OP und bei dem Test der Endo kam diese leichte Erhöhung raus. Deshalb wurde das ganz leicht runter reduziert. Mir bekommt es aber gut muss ich sagen.
Ich denke ich wage es demnächst die Pille ganz zu lassen.
Was die heisse Schere gekostet hat kann ich gar nicht mehr sagen, das ist schon lange her. Ich habe die auch nie mehr danach gebraucht. So teuer war das aber nicht, am besten vorher fragen beim Frisör.

Viele Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 15 Apr 2015 15:13:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Achso, alles klar

Ah, ich dachte das lässt du regelmäßig machen^^ Na gut, meine Friseurin bietet sowas gar nicht an... hab vorhin gleich mal angerufen, weils mich doch interessierte^^

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 15 Apr 2015 18:09:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Brain,

zum Thema Pflege kann ich mich den anderen nur anschließen.

Spitzenschnitt und vor allem ganz wichtig => Feuchtigkeit für die Haare. Ich persönlich nehme diesbezüglich aber schon lange keine Drogerieprodukte mehr, weil meine Haare so dünn sind und diese Mittel sich dann wie ein Film über das Haar gelegt und alles eigentlich nur kraftlos und schwer gemacht haben. Ich gehe in einen Frisörprodukteladen und kaufe da. Ich kann System Professional Hydro Schaum empfehlen, es gibt aber auch was zum sprühen. Eigentlich wären alle Produkte wo Hydro draufsteht, für die Probleme die Du beschreibst, von Vorteil.

blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 15 Apr 2015 18:16:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

ich finde es so schade, dass Du solche Probleme nach dem Pille absetzen bekommst. Bei mir war es das ganze Gegenteil. Ich habe jahrelang unter der Pille Migräne und Bauchschmerzen gehabt, auch psychisch war ich nicht gut drauf. Das alles ist weg!!!
Vielleicht auch ein Zeichen, dass ich evtl. eine von den Frauen bin, die eigentlich von Anfang an keine künstlichen Hormone vertragen haben.

Zu Deiner Gewichtszunahme fällt mir spontan Östrogendominanz ein. Aber das wird man ja dann bei deinem baldigen Hormonspiegel sehen, ob da was dran sein könnte.

blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Haihappen on Wed, 15 Apr 2015 19:36:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hab rein vom Absetzen der Pille auch nicht zugenommen - obwohl mein Cortisol-Wert ja so schlecht ist und ich damit einen stark verlangsamten Stoffwechsel habe. Kann mit Sicherheit nur sagen, dass meine Stimmung besser wurde.
Der HA vermutlich wohl auch (das waren ja Spitzenwerte von bis an die 500 bei der Haarwäsche) - nun habe ich Spitzenwerte von 220.
Aber die Haare fallen weiter. Ich bin nun endlich dabei das Thyrox zu nehmen (hab es vorgestern von der internat. Apotheke bekommen) - aber ich muss mit 1/4 Tablette für eine Woche anfangen, dann darf ich erst auf ne halbe gehen usw. - kann es gar nicht abwarten, ob das endlich ne Wirkung hat. Meine Geduld neigt sich (trotz abgesetzter Pille) langsam dem Ende entgegen.
Ich bin Shampootechnisch auf irgendein Volumenzeug von Alnatura umgestiegen - das macht die Haare total strohig. Allerdings war ich schon ewig nicht mehr beim Frisör (evtl. 1 Jahr?) - hab am Montag endlich nen Termin ausgemacht. Färben muss ich auch (schließlich steht bald die Hochzeit an) und meine Haare sind an den Schläfen grau geworden...hmpf. Hat jemand nen Tipp für ne sanfte, frei erhältliche Farbe (mag nicht nochmal zu nem anderen Frisör und der von Montag hat nur ziemlich fiese Farbe da)?
Wegen Nahrungsergänzung überleg ich die ganze Zeit - ich färbe selten das hilft wohl, da ich ne Strukturanalyse hab machen lassen und die Haare sehen von der Oberfläche her ziemlich gut aus. Ich hab über das letzte Jahr Biotin und Merz Spezial Dragess gefuttert. Und das nun abgesetzt - kann nicht sagen, ob das was geholfen hat. Hatte schon immer dickes, ziemlich gesundes Haar. Aber leider fällt auch das....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 15 Apr 2015 20:49:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@blueeyes: Naja, jetzt wo meine Periode nahe ist, gehts mir auch wieder besser! Bis auf diese blöde Hitzewallung?Gesichtsröte?Flush?naja knallroter Kopf eben.. wüsst gerne was das ist... aber gut, da ist einem ja nur ein wenig warm^^
Psychisch gehts mir doch auch ein wenig besser, ich heule nicht nach jedem Waschen! Das ist doch was
Ja, die Östrogendominanz würde mir auch einfallen... naja hab mir mal ein Fitnessband zugelegt, mal sehen, was ich tatsächlich so verbrenne

@Haihappen: Glückwunsch zum LT! Hoffe, es hilft dir! Ja, langsam steigern ist schon ganz gut, wobei ich immer in 50er Schritten gegangen bin und nichts gemerkt habe... naja. Wie viel mirkorgr nimmste denn nun?

nochmal @Brain: Was ich noch sagen wollte: Da meine Spitzen ja immer noch gebleicht sind, merke ich immer recht gut, wenn diese super strohig werden, weil sie sich dann wirklich nicht mehr schön anfühlen. Und ich muss wirklich sagen, dass mir eine selbstgemacht Sprühspülung immer noch am besten hilft. (geb dir gern das Rezept, bei Bedarf)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Thu, 16 Apr 2015 05:54:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Haihappen,

ich bräuchte auch LT, will mir jedoch keiner verschreiben und die Endos behaupten, dadurch würde der Haarausfall erst richtig losgehen - ist mittlerweile gestoppt, nur mit dem Nachwuchs hapert es....im ht-mb-forum haben viele erst recht Probleme mit HA bekommen durch LT.

Bei Cortisol-Mangel LT?

Graue Haare können auch auf Kupfermangel hinweisen. Nimmst Du viel Zink ein? Das ist ein Antagonist zu Kupfer, da muss man evtl. Kupfer zuführen.

Haarefärben ändert nichts am Haarausfall, solange man nicht allergisch auf die Farbe reagiert oder die Kopfhaut extrem ausgetrocknet ist.

Merz Spezial Dragees hab ich auch genommen, viel zu schwach dosiert..was für Mängel hast Du? Hochdosierter Vitamin B- Komplex, Zink, Eisen, Magnesium, Gelatinepulver, das alles ist gut für die Haare. Stoppt zumindest den HA.

Drück Dir die Daumen, dass es bald besser wird.

Alles Gute.

Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 16 Apr 2015 14:26:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 58, Zyklustag 28: Also meine Periode ist nicht pünktlich, wobei ich ein leichtes Ziehen spüre,.. mal abwarten.. Haare heute morgen waren okay.. knapp 60; dafür dann über Tag wieder mehr. Ich weiß echt nicht, wie ihr das so ewig mitmachen könnt... mich nervt das so sehr, ich frag mich wie lange das noch geht... wenn ich daran denke, dass das nächstes Weihnachten immer noch so sein könnte Mein Monatsdurchschnitt geht auch schon gegen 100.. maaan

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Thu, 16 Apr 2015 17:36:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich habe auch ne schilddrüsenunterfunktion. daher das thyroxin und von der internat. apotheke

weil es das in deutschand nicht gibt und bioidentisch ist.
und auf das normale LT hab ich auch mehr HA bekommen. Nun warte ich mal das neue Medikament ab. Nehme es ja erst den dritten Tag.
Gegen den Cortisolmangel kann ich derzeit nix tun, hat mir der Arzt erklärt, dass ich erst mal meine Schilddrüse in den Griff bekommen muss und dann erst das Cortisolthema angehen sollte....tja, warten wirs mal ab.
Nun füttere ich erst mal mein am boden liegendes B12 auf.

wenn ich mir mit einem haarfärbemittel aus dem supermarkt die haare färbe, habe ich doppelt so viele haare in der hand wie sonst nach dem waschen total doof.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Fri, 17 Apr 2015 14:52:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke für eure ganzen Tipps! Aber irgendwie finde ich für mich nicht den richtigen weg. Ich musste meine Haare immer mit Feuchtigkeitsprodukten waschen und auch immer gründlich fönen, damit sie von der Struktur her schön sind. Nur hab ich heute das Problem, dass sie mir viel zu dünn aussehen, wenn ich die richtig glätte etc. Außerdem tut das den Haaren ja auch nicht gut. Naja und was die Feuchtigkeitspflege betrifft -leider fetten die Haare ja ohne Pille so schnell und dann müsste ich sogar jeden Tag waschen. Irgendwie ein Teufelskreis. Ich mache mir im Moment immer ne Menge Öl in die spitzen. Ihr glaubt nicht, wie die das aufsaugen!
Spitzen schneiden könnte ich wohl jede Woche. Wahrscheinlich müssen bei mir mal mindestens 10cm runter, aber das will ich auch nicht. Werde wahrscheinlich jetzt mal vermehrt selbst Spitzen schneiden. Obwohl die mir beim Friseur letztens sooo eine tolle sprühpflege reingemacht haben. Die rochen sooo gut und haben sich so seidig angefühlt!
Pfannkuchen, Mönchspfeffer nimmst du aber noch, oder?
Sagt mal, denkt ihr eigentlich über Haarersatz nach? Ich habe ja eine full lace hier liegen und kann mir nicht vorstellen die eines Tages tragen zu müssen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Fri, 17 Apr 2015 14:55:02 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Haihappen: meiner Meinung nach verliert man beim Färben einfach mehr, weil man 1. Mehr an der Kopfhaut rumhantiert und 2.weil die pflege danach die Haare sehr glatt macht, so dass alles leichter rauskommt. Bei mir gleicht sich das von der Menge her aber immer aus im schnitt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Fri, 17 Apr 2015 15:01:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 17 Apr 2015 15:07:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Haihappen: Also ich verliere allein beim Tönen schon Unmengen an Haaren; ich lass das jetzt auch, gut ich hab zum Glück noch keine grauen Haare, habe sie als wegen dem Grünstich getönt; aber seitdem ich mit der Essigrinse wasche, habe ich damit auch keine Probleme mehr.
Einmal hatte ich die Tönung an einer Stelle nicht 100% richtig ausgewaschen... oh das war ein Sch***....

@Brain: Also, ich muss noch einmal das Waschen mit der Haarseife betonen, damit habe ich meine Waschzyklen auf 2 Tage hochbekommen, ich habe zwar keine Probleme mit dem Nachfetten, aber eben mit den blöden Stellen am Hinterkopf; wenn die nicht mind. 90% frisch aussehen die Haare, sieht man die lichten Stellen. Wobei das die Spitzen noch mehr austrocknet, da hatte ich auch Probleme mit; allerdings nehme ich für die Spitzen jetzt eine Spülung, die ich mit Olivenöl gemischt habe, das ist echt super!!
Wie oft schneidest du denn die Haare in der Regel?! Zeig doch mal ein Foto, dann können wir das besser beurteilen; vllt. ist es ja gar nicht "soo" schlimm, mit den Spitzen
Ja, ich nehm noch Mönchspfeffer, warum?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Fri, 17 Apr 2015 17:22:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Huhu,

ich färbe ja wirklich schon ewig und mindestens alle 3 Wochen den Ansatz nach wegen den Grauen und könnte nicht sagen das ich dann mehr Haare verliere. Ganz ehrlich ich kann aufs Färben überhaupt nicht verzichten, denn wenn der Ansatz nachkommt, sieht man auch das dünne am Oberkopf mehr, da drehe ich ja durch

Ich habe vom Frisör auch eine gute Sprühkur die drinne bleibt, super Geruch und tut den Haaren wirklich gut, von La Biostheque. Die haben gute Mittel bei trockenen pflegebedürftigen Haaren, allerdings nicht so billig. Normalerweise bin ich keine die dafür so viel hinlegen will da man oft den Namen bezahlt, aber da war es das Geld wert.

Was meiner Kopfhaut gut getan hat waren Ampullen von Paul Mitchell, nennt sich super strong hair lotion, angeblich sollen die auch gegen Haarausfall sein, ich fand die immer sehr gut für die Kopfhaut, hatte immer das Gefühl das die stärken. Möchte ich mir wieder holen. Selbst wenn es nicht gegen Ausfall hilft, allein das es gut tut ist schon wichtig für mich.

Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 18 Apr 2015 10:31:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 60; Zyklustag 30:
Maaaan, wie die Zeit vergeht; bin nun "schon" 2 Monate pillenfrei.
Hormonell gehts mir im Moment eigentlich gut, so könnte das bleiben, kann gut schlafen, hab keine Schmerzen usw usf.
Haartechnisch gehts mir gar nicht gut... beim Waschen 200 und heute schon wieder 150 ohne Waschen. So doof
Und vor allem gehts jetzt hinter den Ohren und im Nacken los??!!! Warum?! UND: meine Koteletten sind nun schon fast weg... was mich nicht stört, ich mochte die nie...
Außerdem hab ich weiterhin das Gefühl, dass die Haare an sich dicker sind und dicker nachwachsen. Das wäre ja mal was feines.
Meine Periode macht diesmal wohl Pause, kein Wunder bei dem schönen Wetter...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 18 Apr 2015 10:44:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh gerade kamen die Blutwerte vom letzten Endo Besuch und ich bin ein wenig hin und her gewissen; könntet ihr mal drüber schauen?

Erstmal die guten Sachen: Ferritin liegt bei fast 300! *juhu*, und das Coritsol war wirklich nur wegen der Dreckspille hoch, jetzt ohne ist er bei 360 (171-536)

Dafür sind folgende erhöht:
Aldosteron: 1095 pmol/l (36-402)
Renin 31,1 pg/ml (3-22)
Aldosteron/Renin Ratio 35,2 pmol/pg/ml (<80)

Weiß dazu irgendwer was?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Sat, 18 Apr 2015 15:38:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

http://www.apotheken-umschau.de/Laborwerte/Aldosteron-Das-Sa lzhormon-220677.html

Aldosteron war bei mir auch sehr erhöht, obwohl ich niedrigen Blutdruck habe, da im Sitzen abgenommen, ein Wert, der ganz empfindlich ist und stark schwankt.

Ich glaube, man sollte sogar 20 Minuten liegen und dann erst Blut abnehmen, wurde mir mal so erklärt, mache mir da keine Gedanken mehr.

Der Quotient ist aber wieder stimmig bei Dir, ich glaube, so war es bei mir auch, ist schon ein Jahr her oder länger, weiss es nicht mehr auswendig.

Wenn Kalium und Natrium in Ordnung sind, ohne gravierende Auffälligkeiten - Dein Cortisol ist ja jetzt normal - würde ich mir keine Sorgen machen.

Evlt. auch noch eine Nachwirkung des ehemals erhöhten Cortisols?

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 18 Apr 2015 17:37:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Sissi!

Danke für deine Antwort!
Hatte mich währenddessen dann auch mal schlau gemacht und auch im HashiForum mal nachgefragt, da kam ähnliches bei raus! Also mache ich mir auch keine Sorgen mehr; aber schon irgendwie dumm, mir den Wert überhaupt abzunehmen, wenn man da so sehr auf die Blutabnahmebedingungen achten sollte?!
Natrium und Kalium sind beide super, noch ein Grund weniger für Sorgen!
Die Pille soll da wohl auch gut reinspielen; vllt. wirkt sie darauf ja auch noch ein...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 19 Apr 2015 14:14:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 61; Zyklustag 1!!: Jippie, hab dann gestern abend dann doch nicht gemerkt, dass meine Periode sich langsam anschleicht! Hmpf, wiederum versteh ich dann diese ganzen hormonellen Schieflagen nicht; mal ne dumme Frage: wenn der Zyklus normal ist, kann dann trotzdem was nicht mit den Hormonen stimmen; weil mein Endo meinte: Zyklus gut, Hormone gut?!...
Naja, der Haarausfall ist wie im letzte Zyklus während der Periode megaschlimm.. alleine gestern Abend 80, davon 30!! von den Koteletten, die konnte ich einfach so abziehen, da frag ich mich doch, wie viele Haare ich da hab, man sieht nämlich nichts... naja.
Hmpf, ich hoffe nur, dass das mit der Hormonsprechstunde dann so klappt... hab ja Mitte Mai den Termin.. wenn ich dann grade am Anfang des Zyklus bin... macht das dann Sinn Blut abzunehmen?! ... Dann müsst ich ja wieder 21 Tage warten, bis man einen neuen Hormonstatus machen kann.. hmm, was meint ihr dazu? Jetzt im dritten Zyklus einen zu

machen?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 20 Apr 2015 11:02:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 62; Zyklustag 2: Oh man, Monatsdurchschnitt von 104.. 4 weniger als letzten Monat. Im Moment ist es auch wieder schlimm; klar hab ja meine Periode... kann mir das irgendwer erklären?!
Und auch meine Pso wird mit Anfang der Periode schlimmer.. ach das nervt -.-

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 21 Apr 2015 15:21:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi,

ich habe ein Hormonbuch zu Hause, da habe ich jetzt mal reingeschaut. Also bei der Periode kommt es zu einem abrupten Hormonabfall und daher auch zu Haarausfall.
Die Psorias kann durch Stoffwechsel- oder Hormonkrisen verstärkt werden. Eine Hormonkrise liegt ja bei der Periode vor, könnte man sagen. Das wäre dann die Begründung dafür, dass die Pso schlimmer wird.

blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 21 Apr 2015 15:38:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey blueeyes,

was ist das denn für ein Buch? Könnte ich mir ja auch mal kaufen..
Das mit der Pso hab ich mir ja auch schon gedacht, das ist wirklich schlimm!
Das mit dem Haarausfall ist auch verständlich, das würde ich auch verkraften, da es soo extrem nur max. 2 Tage ist, aber danach geht´s wieder auf den "Normal"-Ausfall über..
Steht in dem Buch aus was zu meiner anderen Frage: Zyklus gut - Hormone gut?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 21 Apr 2015 15:52:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das Buch heißt "Wenn Körper und Gefühle Achterbahn spielen-Hormone natürlich ins

Gleichgewicht bringen "

Zyklus gut, Hormone gut, kann ich mir jetzt nicht vorstellen. Mein Zyklus war auch gut und ich hatte so gut wie gar keine Hormone mehr gebildet. Man kann ja auch z.B. die Periode immer pünktlich bekommen, hat aber trotzdem keinen Eisprung .

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 21 Apr 2015 16:00:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hmpf, pünktlichen Eisprung hab ich leider auch.. ^^ Aber danke, für die Info!!

Und danke für den Buchtitel!! Hat ja ganz gute Bewertungen bei Amazon:)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 21 Apr 2015 19:33:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Bin immer noch bei einer halben Tablette Thyroxin. Meine Tage bekomme ich jede Minute - ich blühe nämlich wie doof und diese doofen Pickel bekomme ich nur, wenn ich meine Tage habe. Die Haut wird insgesamt immer schlimmer unrein...nun bin ich den fünften Monat ohne Pille. War heute beim Gyn und der plädiert stark dafür, die Pille wieder zu nehmen. Allerdings hält er von dem ganzen Hokuspokus auch wirklich nix: 24 h Urin - dazu sagt er nix, weil er sich nicht auskennt (ok). Bioidentische Hormone hält er für gefährlich einschätzbar und hat irgendwas vom Stutenurin erzählt, der heute auch nicht mehr eingesetzt werden würde, weil die Wirkungen zu unabschätzbar seien...doof, ich konnte nicht dagegen argumentieren da ich ja von dem anderen Arzt nicht wirklich aufgeklärt wurde und zu wenig weiß. Nun hat er heute nochmal einen Hormonstatus abgenommen -er tippt, dass meine männlichen Hormone zu hoch sein könnten - aber ich weiß ja schon (aus diversen Blutabnahmen zuvor), dass sie das nicht sind. Aber zumindest hab ich ihn dann an der Stelle tun lassen, was er bereit war zu machen.

Gestern war ich das erste Mal seit einem Jahr Spitzen-schneiden beim Frisör, gut, schaut besser aus ohne die Fransen. Aber schön ist anders: Ich habe meine pfiffige Kurzhaarfrisur gemocht - die langen Haare stehen mir einfach nicht

Ich muss nun endlich Anlauf nehmen und wegen Haarersatz meine Recherchen wieder aufnehmen...heute bin ich aber zu platt zu allem - ich muss ins Bett.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 21 Apr 2015 20:48:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Und wie läufts so mit dem LT, liebe Haihappen?
Warum sollst du denn wieder die Pille nehmen? Damit bringste deine arme SD ja auch wieder

durcheinander.. ich würd eins nach dem anderen machen... Stutenurin?!
Hmpf, ehrlich gesagt, find ich deinen Gyn so vom Lesen echt..... kannste dir denken..
Oh, aber berichte dann vom Hormonstatus!
Kannst du die Haare nicht mehr kurz tragen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 22 Apr 2015 15:28:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Haihappen,

leider hat Dein Gyn. scheinbar keine Ahnung von bioidentischen Hormonen. Stutenurin ist kein bioidentisches Hormon. Früher hat man das als natürlichen Östrogenersatz genommen und natürlich ist es ja auch in der Herkunft. Aber eben nicht bioidentisch und damit (da hat der Gyn. Recht) bedenklich.
Hat aber wie gesagt, nichts mit bioidentischen Hormonen zu tun, die denen unseres Körpers exakt gleichen.

blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 22 Apr 2015 19:12:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ja und leider ich ja auch nicht. weil ich nicht genug darüber weiß.
aber nun kommt der hammer: heute bei der haarwäsche nur 50 haare - das hatte ich seit ca. 1,5 jahren nicht mehr. so, das liegt nun entweder:
- A: am Thyroxin (was ich aber erst mit einer halben Tablette Dosierung so ca. 1,5 Wochen nehme)
- B: am hochdosierten B12 (auch erst 4 Tabletten in den 1,5 Wochen)
- C: dass die Friseuse am Montag so irre meine Haare durchgekämmt hat, das heute kaum mehr was rausfallen konnte....
??? Ich konnte heute endlich mal durchatmen - tat das gut. Ich bin sonst immer an den 100 dran oder sogar mit 150 im Rennen.

Die Pille lasse ich auf jeden Fall erst mal weiterhin weg (als ich ihm davon erzählt habe, dass ich von über 400-500 Haare pro Haarwäsche runter bin auf die 150 hat er mir das einfach nicht geglaubt. Das könne nicht an der Pille liegen - unmöglich). Tja, aber abgesehen vom Pille absetzen hab ich nix geändert und das ging über ein Jahr so mit den irren Ausfallzahlen. Ich muss mich unbedingt disziplinieren und nun auch ein Tagebuch anfangen - wenn die das nicht schwarz auf weiß sehen, glaubt einem das ohnehin keiner...

Heute ist wieder Tag 1 meines Zyklus.

Und heute ist mein Melatonin 0,5 mg gekommen - kann mich jemand von Euch aufklären, wie

ich das nehmen sollte. Bin unsicher, weil der Arzt es nur aufgeschrieben hat, weil ich es hier im Forum gelesen hatte - mir aber nix dazu gesagt hat.Wer kennt sich aus?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 22 Apr 2015 19:18:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach, was das kurz-tragen der Haare angeht...ich trage sie schulterlang, sodass ich sie über meine ziemlich lichte Stelle am Hinterkopf stecken kann. So seh ich aber aus wie ne Klavierlehrerin (auch wenn ich dieser Berufsgruppe nicht zu nahe treten will) - einfach zu brav. Bei mir sind da am Hinterkopf zwei sich gegenspielende Wirbel, sodass die Haare aufspringen. Nun war ich heute bei einer Friseuse, da ich mir zur Hochzeit (einer Freundin) Anfang Mai die Haare hochstecken lassen will, und die meinte nun, dass die Haarlänge das Aufspringen der Wirbel enorm begünstigt und ich ruhig wieder nen Pagen schneiden lassen darf - ich denk drüber nach.
Das Hochstecken ist mit ihr echt kein Problem. Ich hab sooo glatte Haare, dass alles rausrutscht - aber wenn man das kann und nicht so ungeübt ist wie ich - dann hat man heute mit der Probefrisur echt nix gesehen und ich durfte mich wohlfühlen - war heut echt ein guter Tag.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 22 Apr 2015 19:58:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Haihappen

Also, ich würde nicht vom B12 ausgehen.. das bekomme ich seit Jahren gespritzt, am Haarausfall hat das nichts geändert, aber schaden tut es auf jeden Fall nicht!
Hmm, obs am LT liegt.. kann sein.. von der Friseurin kanns aber auch liegen.. warte mal die nächste Haarwäsche ab, dann zeigt es sich ja
Ich würde an deiner Stelle auch die Pille weglassen, dein Gyn hat ja anscheinend null Plan.. meiner hat ja auch immer wieder gesagt, dass ich eine "Haarpille" nehme und das kann nie im Leben sein.. naja.. meiner wird aber wenigstens natürliches Progesteron verschreiben.. hat er mir versprochen

Sag mal: wegen dem Zyklusanfang.. ich hab immer mind. 2 Tage nur Schmiere... gehört das denn schon zum neuen Zyklus oder noch zum alten?! Weiß da grad nicht so recht...

Zum Melatonin: Warum hast du es dir denn vom Arzt aufschreiben lassen? Bekommt man doch auch höher dosiert im Internet?
Also es kommt drauf an, was du hast, welches mit Depot oder ohne. Meines ist ohne Depot, weil ich mal gelesen habe, dass das besser sei, wegen der eigenen Hormonproduktion... und ich hab ja an sich keine Schlafprobleme.. ich probiers ja nur nochmal wegen den Haaren.. aber es ist im Prinzip auch egal: Ich nehme es ca. 10 Minuten meines (5mg ohne Depot) vorm Einschlafen, das soll dann so ca. 40 Minuten wirken; ich schlaf vorher schon ein und schlafe dann mind. 6 Stunden prima durch.

Zur Hochsteckfirsur: Freut mich, wenn du mal einen guten Haartag hattest
Ich mag den "strengen Look" ja ganz gerne^^ Ach die blöden Wirbel machen mir auch Probleme -.-

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 23 Apr 2015 11:41:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 65; Zyklustag 5: Ich hab ja im Moment leider nie gute Haartage... die fallen einfach nicht mehr so... und der Hinterkopf gefällt mir immer weniger.. zwar hatte ich heute mal nur 50 Haare in der Bürste.. dafür die anderen Tage immer über 100...
Schlafen kann ich im Moment auch nicht so recht und meine Periode ist mal wieder so stark, dass ich gestern nur 3 Minuten Sport machen konnte und dann so heftige Krämpfe bekommen habe, dass mir sogar schlecht wurde... heute mache ich mal gar nichts...
Meine Temperatur ist brav runter gegangen, ebenso wie meine Laune...
Gestern war ich mal Spitzen schneiden, jetzt sehen sie wenigstens ein wenig gepflegter aus; wobei meine Friseurin nach knapp 4 Monaten echt überrascht war, dass überhaupt kein Spliss zu sehen war. Ihr ist auch aufgefallen, dass meine Haare an sich (also das einzelne Haar) doch dicker ist, als mit Pille...

Nochmal die Frage in die Runde, wegen dem Anfang des Zyklus: Gehört zum Anfang auch die Schmierblutungen (das sind immer 2 Tage bevor es richtig los gehr...) oder erst, wenn richtig was kommt?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Thu, 23 Apr 2015 19:26:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das mit den Schmierblutungen kenne ich so nicht, aber natürlich ist da auch jede Frau anders. Hattest du das denn früher auch? Bei mir geht's auch immer langsam los, aber die Blutung ist dann schon so nach einem halben Tag oder maximal nach einem Tag am stärksten. Dauert die Periode denn auch länger bei dir?
Ich verliere seit ein paar Tagen wieder mehr Haare und mach mir schon wieder nen Kopf. Es nervt!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 23 Apr 2015 20:05:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Brain,

tut mir leid, dass du wieder mehr Haare verlierst... so von heute auf morgen?

Zu meiner Periode: Also ich habe immer an zwei Tagen (nur!) abends gaanz wenig, manchmal rötlich, manchmal bräunlich (deswegen gehe ich mal Schmierblutungen aus), in der zweiten Nacht geht es dann von null auf 100 los (schön, wenn man schläft...), das richtige "Ausbluten" hab ich dann 2 Tage richtig schlimm.. und ab dem 4. Tag wird es dann weniger, der 6. und 7. Tag dann wieder Schmierblutung. Das war schon immer so, auch früher, ohne Pille, mit Pille aber auch. Und die Stärke meiner Regel hat sich auch noch (?) nicht geändert... an den beiden schlimmsten Tagen könnt ich mir ne Matratze umschnallen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 24 Apr 2015 10:16:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Soo, ich muss mich mal aufregen, das war heute wieder was...
Hatte bei meiner Ärztin einen Termin für Langzeitblutdruckdingens... und was lese ich in ihrem Computer über mich??: ZITAT: "Patientin weigert sich Blutdruckmedikament zu nehmen wegen Haarausfall (?????!!!!!); gesicherte psychische Faktoren, die körperliche Beschwerden...."
Boa, da ging mein Blutdruck erstmal richtig hoch.... so eine unglaubliche Frechheit... ich weiß zwar, dass sie mich nicht richtig ernst nimmt, aber gesicherte psychische Faktoren?! Ich denke es ist eher andersrum: Körperliche Beschwerden, die sich auch psychisch bemerkbar machen. Man ey...auch den Haarausfall so in Frage zu stellen... man man man.. zu der geh ich nicht mehr.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Fri, 24 Apr 2015 15:25:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Pfannkuchen

Hallo,
das würde mich auch aufregen und zwar gewaltig. Kein Wunder das man sich nicht ernst genommen fühlt von den Ärzten, empfinde ich auch so.
Mich wurmt es, wenn man so behandelt wird.
Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 24 Apr 2015 16:27:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 66; ZK 6: Periode bald rum *gottseidank*, Schmerzen auch endlich weg, kann ich endlich wieder Sport machen...
Heute wieder nur 50 Haare.. langsam werd ich skeptisch....
Ansosnten schlaf ich soo schlecht, dass ich gar nicht mitbekomm, wie es mir geht, weil ich einfach leer und müde bin; geht hoffentlich auch bald rum...

Liebe Blueray,
"schön", dass es dir auch so gehen würde... vor allem "gesichert"??!! Hat sie ne ausführliche Sitzung mit mir gemacht und mein Innenleben mit Tiefenpsychologie etc. pp. erforscht? Nö, die weiß nur, dass ich grade die Pille abgesetzt hab und diesen knallroten Kopf und innere Unruhe hab = Klar, Psycho!!!!! Den Blutdruck bilde ich mir dummerweise aber nicht ein, DAS glaubt sie mir.. alle anderen Sachen, die mir die Lebensqualität nehmen: eingebildet/unecht... ist klar.
Ich finde das auch so entwürdigend, wenn man von irgendem dann als kompletter Simulant dargestellt wird... toll, und hier in Rostock noch einen Arzt zu finden, wird ein Spaß...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Fri, 24 Apr 2015 18:50:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das ist wirklich eine unglaubliche Frechheit! Ich würde auch ausrasten. Ich meine, man leidet ja schon unter dem Gefühl nicht ernst genommen zu werden, aber DAS ist echt unter aller Sau! Bloß weg da!
Was deine Blutungen betrifft, das ist dann bestimmt normal. Wenn auch echt viel und lang. Da bin ich froh, dass ich nach 5 Tagen eigentlich durch bin und auch nur die ersten zwei Tage stärker sind.
Mit dem letzten Waschen kam ich in zwei Tagen auf 130-140 Haare. Das ist nicht sooo unglaublich viel, mir aber zu viel. Es schwankt sich bei mir immer innerhalb mehrerer Tage rauf oder runter. Das meiste fällt bei mir eh beim Waschen, der Tag dazwischen ist nie problematisch. Naja, Hoffentlich schraubt es sich auch wieder runter. Trotzdem hätte ich auf lange Sicht gerne keinen weiteren Verlust...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Sat, 25 Apr 2015 08:14:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Meine Mutter nimmt schon jahrelang Blutdrucksenker ein und hat immer mal Probleme trotz der Medikamente. Deswegen hat der Arzt mal die Mittel umgestellt und einen anderen Blutdrucksenker verschrieben. Sie hat so Haarausfall bekommen das war richtig heftig. Wir haben erst gar nicht gecheckt das es davon sein könnte, der Arzt hat bloß mit den Schultern gezuckt. Sie hat auf Wechsel bestanden und der Ausfall hörte auf. Das ist wirklich nicht aus der Luft gegriffen das dies vorkommen kann, aber der Arzt hat es abgetan.
Es ist wirklich schwierig einen guten Arzt zu finden, geht uns hier auch so.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 25 Apr 2015 17:52:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Brain: Ja, ich werd mir bei der noch meine üblichen Medis holen (dafür liegt sie einfach zu praktisch; direkt gegenüber von der Wohnung) aber sonst.. ich hab ja meine Fachärzte und wegen einer Grippe.. da kann ich auch zu meinem Frauenarzt, der ist da recht entspannt... Anstatt es mir mal ins Gesicht zu sagen; ich meine ich habe ja ihren Gesichtsausdruck gesehen, als ich ihr das mit den Medis und dem Haarausfall sagte.. aber pff... feige ist sie dann doch.
Ja, okay, danke für deine Einschätzung
Hmpf, tut mit so leid mit deinen Haaren.. was das nun wieder sein könnte? Hast du ne Idee? Ich drück die Daumen, dass es die letzten Zuckungen sind!!

@Blueray: Die Blutdruckmedis sind ja auch nicht ohne; was ich von den einen an Nebenwirkungen hatte! Zwar keinen Haarausfall, aber andauernd das Gefühl von Unterzucker und eben diesen Reizhusten, war aber gut eingestellt und dann nimmt mir diese blöde Ärztin die Tabletten weg, weil ich beim Arzt höheren Blutdruck habe, als daheim -.- Ist ja auch so ungewöhnlich....
Natürlich ist das nicht aus der Luft gegriffen, meine Apothekerin hat mir da zugestimmt, weil sie öfters mal Frauen da hat, die danach fragen; warum sich die Ärzte da immer so gegen stellen?!
Naja, wahrscheinlich haben die das Thema Haarausfall im Studium nicht mal.. was weiß ich.
Naja, mein Frauenarzt sagt mir ja immer, er könne verstehen, dass ich keine gern gesehen Patientin bin, da ich mich informiere und auch was sage, außer Ja und Amen...

Ich wünsche Euch allen ein wunderschönes Wochenende!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 27 Apr 2015 09:38:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 69; ZK 9: Meine Periode ging diesmal sogar ganze 8 Tage, ich wünschte wirklich, es könnte kürzer sein... gegen die sehr starken Blutungen hat der Hirtentäschelkraut-Tee wieder super geholfen, das ist echt Wahnsinn!
Der Haarausfall war ganze 3!! Tage super! Nur 40 Haare, das war toll! Heute ist es wieder mehr und ich muss noch duschen... mal sehen, wie die Woche so wird, letzte Woche hatte ich durch die 3 guten Tage seit längerem mal wieder unter 100 Haare
Allerdings plagen mich immer noch diese Brustschmerzen und diese kleinen Knötchen an der Seite... hoffe doch sehr, dass bei der Hormonuntersuchung irgendwas rauskommt, .. das kann ja nicht für immer so gehen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 27 Apr 2015 20:26:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,
ich denke, dass die Ursache für die lange Periode an einem Ungleichgewicht der Hormone liegen könnte.
Dafür spricht ja auch vieles andere bei Dir. Bin gespannt was bei Dir beim Test rauskommt.

LG blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 28 Apr 2015 20:54:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 70; ZK 7: Heute waren es wieder mega viel... ich würd echt gern mal da reinschauen können... *kotztmichan*
In knapp 2 Wochen ist endlich der Hormonstatus, ich kanns wirklich kaum erwarten... ich hoffe mein Frauenarzt schaut sich auch mal diese Verhärtungen in der Brust an, ohne dass ich dafür was bezahlen muss.. das tut soo weh...

@Blueeyes: Ja, ich bin auch mega gespannt! Ich hoffe, du kannst dann auch was dazu sagen, da würde ich mich seeehr freuen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Thu, 30 Apr 2015 09:39:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mein Gyn hat mir gestern von dem hormonstatus berichtet, den er spontan letzte woche abgenommen hat. die werte hab ich nun nicht vorliegen (die hat er) aber er hat total geschwärmt, dass alles super gut ausschaut und perfekt mittig innerhalb der grenzen ist und daher alles super wäre. daher findet er, dass ich auch über die pille kaum eine verbesserung erreichen könnte. mhm - was ich sagen kann: mein gemütszustand ist ohne pille nun besser, meine haut wird jedoch nun immer schlechter. zur auswahl hat er mir drei pillen gegeben: bellaluna (die findet er ist mehr ein plazebo), maxim und juliette (die hatte ich ja davor und will sie nicht mehr nehmen). was haltet ihr von der pille s.u.? mit welcher habt ihr denn pos. erfahrungen?

mein thyroxin allein scheine ich nicht wirklich viel zu erreichen...vielleicht hilft doch ne andere pille...

Qlaira Pille
Die Pille Qlaira enthält das natürliche Sexualhormon Estradiol - somit wird sie von (fast) allen Frauen sehr gut vertragen. Sie ist die einzige Pille auf dem deutschen Markt, bei der dieser körpereigene Bestandteil verwendet wird.

Mögliche positive Nebenwirkungen: Die Pille Qlaira ist sehr gut verträglich und die Einnahme sehr einfach. Diese Pille macht feine Poren und sorgt dafür, dass sich "hormonschwankungsbedingtes" Kopfweh in Luft auflöst.

Besonderheiten: Die Qlaira hat als einzige Pille den Bestandteil "natürliches Estradiol", wurde mehrfach in Studien getestet und als sehr gut bewertet.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Thu, 30 Apr 2015 09:45:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

wegen der langen periode hatte mir mein arzt ja das utrogest von tag 13-23(?) verschieben - scheint zu helfen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 30 Apr 2015 14:12:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 72, ZK 12: Haarausfall wieder wie immer 80-100 Haare... die drei Tage waren wohl doch keine letzten Zuckungen... meine Brust tut immer noch weh, hab aber erst in drei Wochen einen Termin bekommen... und was schlafe ich schlecht zur Zeit... aber gut, nur noch knapp 2 Wochen, dann bekomm ich endlich den Hormonstatus! Ich hoffe, mein Arzt nimmt mir auch noch mal Ferritin, Selen und Zink ab... ich habe auch immer den Fehler gemacht und die blöden Tabletten vorm Blutabnehmen nicht abgesetzt Mal sehen, was mein Ferritin wirklich sagt.. vllt. liegts ja auch "nur" wieder daran... ich Doofie ich..
Seit dem Absetzen der Pille gehts mir echt kein bisschen besser als vorher... im Gegenteil finde ich, dass meine Stimmung noch schlechter ist.. ich bin so schlecht gelaunt und könnte mich echt den ganzen Tag im Bett verkriechen... das nervt so. Hatte doch gehofft, dass es besser wird.. bei euch hat sich die Stimmung doch auch nicht verschlechtert

@Haihappen: Freut mich, dass dir besser geht
Meine Haut ist gerade auch schlimm.. soo viele kleine Pickel.. hatte ich schon ewig nicht mehr. Da ich aber eh nicht mehr aus dem Haus gehe.. wen interessierts...
Naja, das Thyroxin braucht schon ein wenig... wie lange nimmste das nun genau?
Zur Pille kann ich nichts sagen.
Was macht das Melatonin?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 01 May 2015 07:11:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Haihappen,

hier mal zwei Links zur Qlaira. Sind zwar von 2009, jedoch denke ich nicht, dass sich das Produkt zwischenzeitlich in der Zusammensetzung geändert hat.

http://www.stern.de/gesundheit/marketing-fuer-antibabypille-qlaira-wie-frauen-mit-natuerlichkeit-gelockt-werden-1513290. html

http://www.arznei-telegramm.de/html/2009_07/0907062_01.html

Viele Grüße Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Sat, 02 May 2015 08:03:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Super, danke für die Links. Ich lese sie nochmal in Ruhe. Hmpf, egal wo - es gibt wohl nirgendwo die Ideallösung....

Das Thyroxin - müsste nun so drei Wochen Einnahmezeit sein. Mhm, mal schauen, ob ich nicht doch wieder zu einer Pille greife. Die Haut wird einfach schrecklich derzeit und dass, obwohl meine Hormonwerte so top sein sollen...

Heute war mein HA allerdings mit 50 wieder ziemlich niedrig. Nun hab ich ne Hochsteckfrisur auf dem Kopf und nen Termin für färben mit Okö-Farbe beim Frisör - hetue sind wir doch auf die Hochzeit eingeladen und ich will nicht aussehen, als hätten die Vögel Strähnen aus mir rausgezupft. Bisher hält das Kunstwerk allerdings - mal schauen, wie das Ganze dann heute Nacht ausschaut

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sat, 02 May 2015 08:46:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Haihappen,

versuche es doch auch mal wegen der Haut mit Inositol. Ich habe es mir jetzt bestellt. Es soll bei PCO und Akne wahre Wunder bewirken und auch das Haarwachstum anregen. Ist halt vielleicht erstmal eine Alternative zur Chemiepille.

Einen schönen Tag heute!

LG Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Sat, 02 May 2015 12:40:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,
die Maxim Pille, ist ja das gleiche wie die Valette.
Die setze ich gerade ab, hab sie ja gute 20 Jahre genommen. Ganz ehrlich? Schöne Haut macht sie, die Periode ist so gut wie kein Thema mehr ... angeblich stoppt sie den Haarausfall. Sie drückt den Testosteron Spiegel runter, deswegen ja auch Haut und Haarpille. Aber meine Stimmung, na ja. Ich bin ja am ausschleichen und nehme sie jetzt nur noch sehr selten, aber hab sie noch nicht ganz weg.
Meine Stimmung ist jetzt schon besser, das ist mir aufgefallen. Mein Ausfall hat sich gesteigert, aber das ist logisch.
Den Ausfall hatte ich mehr oder minder bei der Dauereinnahme aber auch. Die Endokrinologin meinte ich soll sie absetzen, denn bei so langer Einnahme werden die Haarwurzeln so

übersensibel, das sie auf die kleinste Testosteronschwankung reagieren und man den Ausfall fördert. Ob das so ist, keine Ahnung, plausibel kommt es mir schon vor.
Jedenfalls habe ich gemerkt, das meine "Kopfhautschmerzen" seit dem Ausschleichen schlimmer sind und das könnte auch die Antwort der Haarwurzeln auf den Testosteronanstieg sein. Stelle ich mir jetzt mal so vor. Mein Hormonstatus muss sich verändert haben, denn ich hatte eine Periode mit Schmerzen wie früher ohne Pille und das hatte ich schon ewig nicht mehr.

Deshalb würde ich diese Pille nie mehr nehmen. Ich bin froh wenn die Hormone ganz weg sind und ich lasse mir auch keine mehr aufschwatzen.

Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Sun, 03 May 2015 08:40:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Blueeyes, wo bekommst du denn das Inositol und wie verwendest du es?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Sun, 03 May 2015 09:41:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Brain,

ich bin zwar nicht blueeyes, aber ich nehme z.B. dieses 07603428 INOSITOL GPH Pulver 1500 mg am Tag.

Aber erst nach der letzten Tasse oder Cola, weil Koffein Inositol im Körper vernichtet.

Wenn Du googelst, findest Du noch etliche andere Anbieter, aber wichtig ist myo-inositol, NUR inositol soll nicht so wirksam sein.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 03 May 2015 09:55:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Brain,

ich habe mir das bestellt:

http://www.amazon.de/Healthy-Origins-Inositol-Pulver-227g/dp

/B000Q47044/ref=sr_1_sc_3?ie=UTF8&qid=1430646895&sr= 8-3-spell&keywords=insoitol

Soll die kommende Woche geliefert werden. Ich habe gelesen, das in diesem Produkt myo-inositol enthalten ist. Ich habe gelesen, dass man 2-4 gramm am Tag nehmen kann.

Ich bin gespannt!

Viele Grüße

blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Sun, 03 May 2015 10:18:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

wenn es sich wirklich um myo-inositol handelt, steht es auch drauf, und es ist VIEL teurer:

http://www.amazon.de/Protocol-Life-Balance-Myo-Inositol-1lb/dp/B00DTKN348/ref=sr_1_2?s=drugstore&ie=UTF8&qid=1430648229&sr=1-2&keywords=myo-inositol

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Sun, 03 May 2015 12:19:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 03 May 2015 17:04:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich misch mich mal dazu, weil der Amazon Link ja von mir bzw. von meinem Mann kam ^^
Also: Im Clavella z.B. sind 2,0 g Inosit (myo-Inositol)
Und in dem von Amazon sind insgesamt Inositol 600 mg
Inositol = Inosit (deutsch/englisch)
Ich gehe sehr davon aus, dass es das gleiche ist; bei den Frage/Antworten bei Amazon ein wenig weiter unten, hat auch genau das jemand gefragt und diese Antwort bekommen: "Wenn nur "Inositol" angegeben ist, dann handelt es sich normalerweise um myo-Inositol, welches in Pflanzen vorkommt und aus diesen gewonnen wird." (Quelle:

http://www.amazon.de/Weis-jemand-dieses-Inositol-ist/forum/FxNKP48GOSAWBE/Tx2H1CYKNTP2R12/1/ref=cm_cd_dp_aar_al_a?_encoding=UTF8&asin=B000Q47044)

Mehr weiß ich nicht

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 03 May 2015 17:21:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 75; ZK 15: Hmm.. Haarausfall ist besser... noch nicht gut, aber ich gebe mich damit zufrieden; wie ihr unten sehen könnt 10 Haare weniger im Wochendurchschnitt.
Ansonsten gehts mir auch ein kleines besser.. nicht mehr so viele krasse, jeden Tag unterschiedliche, Symptome... mein knallroter Kopf kam auch schon eine Woche nicht mehr; mal sehen wie es nächste Woche wird, da ich ja nun sehr bald meinen Eisprung haben müsste (meine Temperatur ist heute schön gefallen)... hoffentlich pendelt sich das alles mal ein. Wobei ich diese Woche echt keine Nacht wirklich gut schlafen konnte, trotz Melatonin, ich bin jede Nacht ca. 4 Mal wegen krassen Albträumen aufgewacht... und heute Nacht dann plötzlich nicht mehr (nein, ich habe keine Horrorfilme geschaut^^).
Morgen setze ich dann mal alle NEMs ab, um nächsten Montag fit für meine BE zu sein
Ich freue mich so sehr, dass nun endlich die drei Monate rum sind!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Sun, 03 May 2015 18:12:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Die Hochsteckfrisur hat gehalten - hätte sie am liebsten für immer auf dem Kopf behalten.
Danke für die Tipps. Auch dazu werde ich googlen...hach, ich bin so unentschlossen mit der Pille. Aber da nur die Schilddrüsenunterfunktion in den Griff zu bekommen wohl nicht ausreicht, würde ich gerne noch einen Versuch wagen - vielleicht hatte ich einfach nicht die richtige Pille...hm. Aber diesen Monat werde ich ohnehin noch abwarten. Ab dem 13. Zyklustag darf ich ja nun Utrogest (-gast?) nehmen und vielleicht bringt das ja einen zusätzlichen Effekt. Und das Thyroxin nehm ich ja auch mit den drei Wochen noch nicht so lange...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 03 May 2015 19:32:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Haihappen,

schön, dass die Frisur gehalten hat

Naja, du weisst doch nicht, ob die SD UF in den Griff zu bekommen, ausreicht; du meintest doch, dass es die ein wenig besser war? Wie war es denn die anderen Tage?
Sowas dauert eben... und ich finde 6 Wochen, bis man wieder Blut abnehmen lassen kann, ist doch erstmal okay
Und das Progesteron wird ja sicherlich auch noch mal gut tun.
Wenn du meine Meinung wissen willst: Warum nochmal den Hormonstress beim Absetzen antun, wenn du es gerade hinter dir hast und du auch sagst, dass es dir besser damit geht? Klar, wenn es in.. weiß nicht,... einem halben Jahr?! immer noch nicht besser ist... kA
Allerdings würde ich persönlich NIE wieder die Pille nehmen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Sun, 03 May 2015 20:38:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

im anhang meine hochsteckfrisur nachts um zwei und leider mit blitz - da sieht man dann die ganzen klammern
und wer steckt mir morgen für die arbeit nu die haare fest??? wie doof, dass ich als kind nicht mehr mit meinem schminkkopf gespielt hab - nun bin ich leider komplett untalentiert bei frisuren...

hab nun für in zwei wochen einen färbetermin mit öko-farben ausgemacht (werde berichten)
- von der seite bin ich nämlich mittlerweile doch sehr grau. fand ich auf den bildern von gestern erschreckend...da wirkt frau doch gleich nochmal älter...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Sun, 03 May 2015 20:40:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ach mist - der anhang war zu groß...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 03 May 2015 20:51:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Haihappen,

vielleicht gibts für den Alltag auch eine einfachere Hochsteckfrisur bzw. die Friseurin kann das nochmal zeigen.

Toupierkamm, Haarspray und los geht`s!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Tue, 05 May 2015 07:54:22 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Hey ihr lieben,
ich wollte mich auch mal wieder zurückmelden! Bin ja jetzt etwa im 4 Monat nach dem Absetzen der Pille und hab leider keine guten Neuigkeiten! Nach drei Monaten und etwa einer Woche ist mein Haarausfall wieder zurück gekommen! Zwar sind es noch keine Ausfallzahlen wie in der Zeit mit der Pille, aber auf 150 am Tag komme ich alle mal! bin ziemlich gefrustet weil mir ja fast 2 1/2 Monate nach dem Absetzten nur 30 Haare ausgegangen sind!
Gleichzeitig mit dem Haarausfall hab ich unreine Haut bekommen und mit der Haut hatte ich wirklich nie Probleme, auch nicht vor der Pille! Meine Periode hatte ich erst zweimal mit Zyklen von etwa 60 Tagen und eigentlich war es da auch immer nur eine leichte Schmierblutung! Bin echt frustriert und traurig dass der haaraufall wieder gekommen ist! Ich hätte mich wirklich nicht zu früh freuen dürfen!

Wünsche euch einen schönen Tag!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 05 May 2015 12:19:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 77, ZT 17: Vorm Pille absetzen war das Hoch und Runter des Haarausfalls immer wochenweise.. nun geht es alle 2 Tage mal hoch und runter... verrückte Haare!
Nun sind es vermehrt mittellange Haare, ca. 15-18cm.. also die, die unter dem Eisenmangel gewachsen sind und dem Hormonchaos dank Pille..
Hormonell gehts mir immer noch nicht besser, die Brüste schmerzen, der Unterleib zieht wie blöde und diese ätzende Müdigkeit ist wie damals mit dem Eisenmangel... kann kaum was für die Uni machen, schlafe 12 Stunden, allerdings richtig gut, nicht wie früher... und meine Temperaturkurve ist recht untypisch... ich bin sooo gespannt auf Montag, kanns kaum noch abwarten.
Drückt mir mal die Daumen, dass mein lieber Frauenarzt auch noch alles andere bestimmen lässt (b12, Ferritin, Selen, Zink, Kupfer, Vit D, TSH + freien Werte, CRP... hach das ist mal ne Liste! oder hab ich was vergessen?!)

@apfelbonbon: Ach herje, das hab ich mir aber bei dir leider gedacht (weil ich das bei mir auch noch erwarte!, wobei mein Haarausfall gar nicht so viel besser wurde)
Aber oft ist das ja so nach dem Absetzen, vllt. wird das nach 2-3 Monaten auch einfach wieder gut und dann hast du es hinter dir. Hast du denn mal einen Hormonstatus machen lassen?! Deine Zyklen sprechen ja schon für dolle Probleme.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Tue, 05 May 2015 12:26:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Apfelbonbon! Das tut mir leid für dich, dass du nun wieder so viele Haare verlierst! Bei mir

war es ja auch so, dass ich nach Absetzen der Pille bald bei 30 pro Tag war und das hielt auch ca. 3 Monate. Dann gingen die Zahlen wieder hoch, ABER ich bin immer noch in einem guten Rahmen, denn obwohl es mal mehr und mal weniger ist, liege ich meist im schnitt wieder bei 30-50, maximal 70 Haaren. Warum es hoch und runter geht, da bin ich noch nicht hinter gekommen, aber meine erste schlimme Phase ging schnell vorbei, nachdem ich nochmal eine Eiseninfusion bekommen hatte.
Nimmst du denn sowas wie Mönchspfeffer, um den Zyklus zu unterstützen? Ich hab damit direkt nach dem Absetzen angefangen und der Zyklus ist wirklich gut bei mir. Bei dir scheint da ja auch was im Argen zu sein. Vielleicht hat es auch Einfluss auf die Haare, wenn du den Zyklus regulieren kannst!!
Die unreine Haut hab ich auch und sie stört mich so sehr!! Unter der Pille war sie perfekt und jetzt hab ich echt Probleme damit. Ein bisschen helfen tun mir Teebaumöl und zinksalbe. Aber das perfekte Mittel hab ich auch leider noch nicht gefunden...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 06 May 2015 07:47:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

glaube eher, dass ein Endo Werte wie Kupfer etc.. bestimmt, wenn überhaupt...am besten selbst in einem Labor aus Vollblut, Serum zeigt nicht die richtigen Werte an.

Ich suche mir gerade auch ein Labor, um einige Werte im Vollblut testen zu lassen. Vitamin B 6 und Folsäure sind auch wichtig. Magneisum ebenfalls und Vitamin D.

Glaubst Du nicht, dass Deine Haarprobleme auch mit LT bei Dir zusammenhängen nicht nur mit der Pille?

Ich soll jetzt auch damit anfangen, habe aber so viel horrormäßiges im Netz dazu gelesen, wie stark dadurch erst der HA wird bzw. erst richtig losgeht, dass ich vor lauter Angst wohl die SD-Hormone nicht nehme. Steht ja auch explizit als Nebenwirkung in der Packungsbeilage und im SD-Forum gibt es ja auch sehr viel Negativ-Berichte dazu.

Alles Gute.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Pfannkuchen on Wed, 06 May 2015 09:45:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Sissi!

Pff, schön wärs, das macht der nicht, mein Frauenarzt eher; wenn nicht werde ich das natürlich alles gleich mal mitbestimmen lassen, dann muss ich wenigstens die BE nicht bezahlen... sind ja auch immer fast 5€
Stimmt Folsäre wollte ich auch noch!!

Nein, ich glaube wirklich nicht, dass LT das Problem bei mir ist und habe auch 5 Gründe, die dagegen sprechen:
1.) nehme ich LT seitdem ich 15 bin und ich hatte da nie Haarprobleme
2.) habe ich die Dosis ja erst erhöht, als ich schon massiven Haarausfall hatte
3.) haben meine Haare die Erhöhung NULL interessiert
4.) bei einem Herstellerwechsel hatte ich auch weder mehr noch weniger Haare, obwohl es mir richtig schlecht ging (und ich das leider erst nach 2 Monaten raffte...
5.) nach den Eiseninfusionen wurde der HA ja wesentlich besser und nun nach dem Absetzen der Pille ja auch wieder ein wenig; die Dosis LT habe ich ja nicht geändert und ich habe in diesem Zyklus auch endlich kein komisches Gefühl mehr nach dem Essen, das meiner Meinung nach von der SD kam (dafür hab ich auch wieder Gründe, dich ich aber nicht noch ausführen will, weil das sonst lang wird^^)

Ich glaube eher, dass die LT gut sind für mich, da es mir gar nicht gut geht, wenn ich sie mal vergessen habe UND, nach den Eiseninfusionen, als meine SD-Werte so supi waren (d.h. TSH 0,8, freien Werte beide bei 60%) DA gings mir gut, woran das nun lag.. ich weiß es ja leider nicht. Klar hat das Eisen einen Einfluss auf die SD.. Und ich glaube auch, dass ich ein wenig mehr LT brauche... aber naja, gut, ich sehs ja am Dienstag und berichte dann

Ich kann verstehen, dass du Angst davor hast, ich hatte mit 15 noch keine Angst davor, weil mir da recht viel egal war ..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Wed, 06 May 2015 11:33:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey Brain, Hallo Pfannkuchen,
ich hab bisher noch keinen Hormonstatus machen lassen, weil ich nicht das Gefühl hatte dass mein Körper sich bisher reguliert hat! Aber vielleicht wäre es in nächster Zeit wirklich mal sinnvoll gerade jetzt wo der haarausfall doch wieder so stark geworden ist! Mönchspfeffer habe ich auch noch nicht benutzt! Vielleicht würde ein regelmäßiger Zyklus tatsächlich was am Haarausfall ändern! Nächsten Mittwoch hab ich wieder ein Termin bei meiner Homöopathin die auf Hormone spezialisiert ist! War schon seit drei Monaten nicht mehr dort und werd auch mal nachfragen was sie mir empfehlen würde! Habt ihr denn gute Erfahrungen mit mönchspfeffer gemacht? Über meinem unregelmäßigen Zyklus hatte ich mir zuerst gar keine Gedanken gemacht weil ich dachte dass das mehr oder weniger die Ausnahme ist dass man nach dem

absetzten total regelmäßig seine Periode bekommt! Meine Schwester hat vor 2 Jahre auch die Pille abgesetzt und hat erstmal 14 Monate überhaupt keine Periode gehabt, aber auch kein haarausfall oder ähnliche Symptome! Brain, ich kann dich so gut verstehen mit der Haut! Ich hatte wirklich auch nie ein pickel und hab mir deshalb auch nie Gedanken über unreine Haut machen müssen und jetzt kommt einer nach dem anderen! Ich versuch mein Glück auch gerade mit teebaumäl aber so richtig helfen tuts nicht! Muss mich vielleicht mal am besten beraten lassen ob ich auf eine andere Gesichtspflege umsteige! Eine gute Haut ist echt viel wert und man fühlt sich damit doppelt so wohl! Ich wünsche euch allen einen tollen Tag - bei dem schönen Wetter!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 06 May 2015 14:02:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen apfelbonbon,

na dann wird das aber mal Zeit! Wenn der Zyklus nicht läuft, ist das gar nicht gut... vllt. braucht er auch einfach ein wenig Hilfe zum Anlaufen?
Mönchpfeffer ist recht günstig, probier das mal, ich merk keinerlei Nebenwirkungen o.ä., meine Regel kommt bisher regelmäßig und ich denk einfach mal, dass der Mönchspfeffer da vllt. geholfen hat
In einem anderen Thread hat wanni noch geschrieben, dass es Zyklustees gibt (1. ZH Himbeerblatt, 2. ZH Frauenmantel), kannst du ja auch mal versuchen, Frauenmantel finde ich recht lecker.

Berichte gerne mal was deine Homöopathin so sagt

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Wed, 06 May 2015 14:20:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich finde den Möpf auch super. So regelmäßig war mein Zyklus vor der Pille nicht, wie jetzt mit dem möpf. Wobei ich gerade dabei bin ihn auszuschleichen, möchte es auch mal ohne probieren. Nebenwirkungen hatte ich keine.
Zum Glück habe ich nur selten Pickel im Gesicht. Was bei mir sehr unrein ist, sind dekollete, rücken /schultern und der Hals hinter den Ohren. Da bilden sich vereinzelt richtige Pickel und ansonsten hab ich da so kleine brubbeln, die man auch fühlt. Die Haut ist halt fettig. Übrigens ist das alles auf den erhöhten Androgenwert zurückzuführen, der nach Absetzen der Pille entsteht. Ich probiere vielleicht noch Heilerde dagegen aus.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Pfannkuchen on Wed, 06 May 2015 14:28:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wie schleichst du den denn aus?
Ich wollte ihn eigentlich 6 Monate nehmen und dann nicht mehr, weil ich mir ja erhoffe, dass bei der Hormonuntersuchung was bei rum kommt und ich dann irgendwann endlich meine Ruhe hab...
Heilerde macht ne gute Freundin von mir, sie ist ehrlich begeistert, ihre Haut ist auch okay, aber ihre Pickel interessiert das nicht... Aber das ist ne gute Idee, das werd ich auch mal ausprobieren!! Ich hab zwar nur zyklusabhängig ein paar Pickel (*zumglück!!*), aber meine Haut sah schon mal besser aus...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Wed, 06 May 2015 15:10:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ICh nehmen jetzt immer nur alle 2 Tage eine Tablette. Die sind eh bald leer, so strecke ich das

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 06 May 2015 16:04:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Achso
Na dann bin ich aber mal gespannt, wie sich deine Periode dann verändert/ oder hoffentlich auch nicht!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 07 May 2015 11:12:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 79, ZT 19: Tjaja, wieder 2 schlechte Tage (nach dem Waschen wieder alleine 150).. naja, dann müssten die nächsten beiden Tage ja supi werden
Meine Temperatur geht null Grad hoch, bleibt konstant bei 37°C... was ja an sich gar nicht verkehrt wäre, wenn meine Temperatur vorm Eisprung nicht auch schon 37°C gewesen wäre

Hormonell gehts mir schon wieder nicht so gut, knallroter Kopf jeden morgen, Brustschmerzen sind ein wenig besser, aber immer noch nicht gut, der Schlaf bleibt schlecht und meine Pso blüht wieder grade so richtig schön

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by apfelbonbon on Thu, 07 May 2015 12:15:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,
oh man schlechte Tage nerven wirklich!! Ich drück dir die Daumen dass jetzt gute Folgen werden!
Bei mir wars heute ähnlich schlecht! Ich hatte schon ganz vergessen wie sehr sich das doch immer auf die Stimmung auswirkt!
Hab mir heute übrigens gleich mönchspfeffer geholt und direkt angefangen! Setzte meine Hoffnung jetzt bisschen auf einen regelmäßigen Zyklus!
Bin schon wieder bei zyklustag 32 und von meiner Periode ist noch gar nichts zu merken!
Zudem hab ich mir noch ne Sommergrippe eingefangen! Gerade ist einfach nicht meine Zeit!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 07 May 2015 13:24:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen apfelbonon!

Dankeschön
Och, du arme, gute Besserung!!
Ich drück die Daumen, dass er einen guten Einfluss auf deinen Zyklus hat!
Mess doch mal die Temperatur, um zu sehen, wo du so stehst! Ich kann damit recht genau den Eisprung und auch den Anfang meiner Periode "vorhersagen".
Mir ist aufgefallen... immer wenn ich einen Eisprung habe.. hab ich recht oft Schluckauf über 2 Tage....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 09 May 2015 15:09:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 81; ZT 21:
Alles blöd... verliere auf einmal doch wieder mehr Haare? Heute, ohne Waschen 110?!...
Außerdem habe ich 3!!!! miniaturisierte Haare gefunden Das fehlt mir grade noch

Meine Kopfhaut spannt, wie blöd, meine Brüste ebenso; heute morgen waren die so prall und dick, das ging echt gar nicht mehr (, wenn jemand nun prall, dick und Brüste bei Google eingibt...findet er das hier) Außerdem waren meine Brustwarzen so hart und groß!??!!, das tat weh!! Kennt das jemand von euch?! Also, einfach so, PENG?!
Ich bin SO froh, dass die 3 Monate endlich rum sind und ich Blutwerte machen lassen kann; außerdem hoffe ich, mindestens genauso doll, dass bitte was dabei raus kommt, damit dieser Sch*** endlich aufhört!

Zugenommen hab ich nichts mehr, die 6kg reichen ja auch... aber ich denke, dass auch was in den Busen gegangen ist, der ist größer als sonst, keine ganze Körbchengröße, aber doch, ich merke das doch, bei T-Shirts usw.

Mein Blutdruck pendelt sich in der 2. Zyklushälfte immer brav ein, aber davor und danach.... naja...

So und nun lass ich meine Wut am Laufband raus...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 10 May 2015 08:17:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Pfannkuchen,

bist Du vielleicht Schwanger?????

Was heißt eigentlich miniatursierte Haare bei Dir? Das das kurze sind? Oder dünner als die Anderen?

LG

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 10 May 2015 10:56:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 82, ZT 22: So, der Horror-Haarausfall nach dem Pilleabsetzen hat mich: Gestern beim Haarewaschen 350!!!!!!!!!! So von jetzt auf gleich... ich könnte wirklich ko****.....
Pickel hab ich auch über Nacht 5 Stück bekommen und die PSO blüht so richtig auf, der Hammer! SO schlimm war das seit Jahren nicht mehr.
Ich kann bald nicht mehr aus dem Haus....
Allein der Wochendurchschnitt ist nun durch gestern bei 140!!... Das hatte ich seitdem ich zähle nicht, also seit Oktober 2014... maan

@blueeyes: Meinst du echt??!?!!? Jetzt hab ich Angst...

Miniaturisierte Haare.. naja sind doch verkümmerte, gekrümmte, unpigmentierte Haare.
Allerdings hab ich heut schon wieder so eine Bösewicht gefunden UND: das sind graue/weiße Haare!!! (ich bin ja erst 26 und habe wirklich noch keine grauen Haare), die bekomme ich immer, wenn ich unglaublichen Stress habe (z.B. bei meinen Abi-Vorbereitungen; als mein Vater gestorben ist (da war ich 15 und da hat man ja wirklich keine grauen Haare^^); d.h. für mich, dass mein Körper grade echt was durchmacht...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Sun, 10 May 2015 22:50:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

350 ist echt heftig wenn ich mir so durchlese wie viel bei dir so ausfallen.. ich hätte dabei wahrscheinlich keine Haare mehr auf dem Kopf bei mir fallen sie zwar nicht so extrem aus, aber es wächst auch nicht so richtig was nach.. blöder haarausfall mädels ich wünschte echt das wir dieses problem nicht hätten, einfach doof

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 11 May 2015 09:06:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 83, ZT 23:
Heute beim Waschen "nur" 120?! Was war das, ist es vorbei? Kommts wieder? Aaaah! ^^
ENDLICH heute Blutabnehmen!!! 3 Monate geschafft!! Hier fehlt ein tanzender Smiley..... *tanz*
Ich liebe liebe liebe meinen Frauenarzt, ich musste nur um 2!!! Werte betteln, den Rest hatte er schon drauf stehen und auch die hat er ohne Probleme gemacht, hach *schwärm*
Er hat zwar echt null Plan und macht auch Werte von denen er null Plan hat (wie die freien der SD), aber Hauptsache er macht sie!! Sogar Selen, das fand ich super!
Nun ruf ich noch im Labor an und erfrage noch 2 weitere (die konnte er nicht machen, weil sie da nicht draufstehen), das werd ich geldmäßig wohl verkraften.
Die B12 Spritze hat er mir auch ohne Diskutieren gemacht! Jetzt hol ich sie mir diesen Monat drei mal! Nachdem die blöde Hausärztin immer am Meckern ist.... statt mir mal Blut abzunehmen und zu sehen, dass der Wert immer schnell wieder in den Keller sackt, soll ich lieber auf die Spritzen verzichten?!... ja logisch...

@nina: DAS frag ich mich auch immer!, wobei mein Zopf ja auch immer rattenschwanzartiger wird.... Denn, wenn ich alles in allem so zusammenzähle, was schon so gefallen ist, dann muss ich wohl zu den Menschen gehören, die mehr als Haare haben, denn die knapp 80.000 hab ich schon gelassen (boa, das alles mal in Euro zu bekommen....) und ich hab ja schon nur noch knapp 1/3... Aber gut, meine Friseurin sagt immer: Wer dünne Haare hat, hat dafür mehr.
Hmpf, bei dir klingt das aber auch nicht toll! Bei mir wachsen sie ja wenigstens, wenn auch nur kurz, nach.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 11 May 2015 17:24:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Pfannkuchen,

Beame doch mal Deinen Gyn. vorbei. So Einen, der zig Werte macht ohne rumzuzicken, brauche ich auch!!!!

Ich freue mich für Dich, dass das so gut geklappt hat bei Dir. Nun hoffen wir mal, das was bei raus kommt.

LG Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 11 May 2015 18:33:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey Blueeyes

Mach doch einfach mal Urlaub hier und behaupte du wohnst bald hier, dann macht er das auch sicherlich für dich
Jaaa, oh ist das spannend morgen!!!

Liebe Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Mon, 11 May 2015 18:58:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

kann es sein, das du blonde Haare hast? Hatte gelesen, dass Menschen mit blonden Haaren im Durschnitt die meisten Haare haben ca. 150.000, dann kommen die Schwarzhaarigen und Brünetten. Die rothaarigen Menschen haben nur 90.000. Die Armen. Gott sei Dank habe ich schwarze Haare! Sind zwar dick wie Stroh, aber hey heute bin ich froh darüber.

http://www.planet-wissen.de/natur_technik/anatomie_mensch/haare/

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 11 May 2015 19:06:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Bin dunkelblond? Irgendwie sowas, die typische deutsche Haarfarbe eben (leider^^)
Ja, hab das auch schon öfter mal gelesen... ohje, also wäre ich rothaarig, wäre ich schon fast komplett kahl
Schwarze Haare sind echt mega! Das seh ich bei einer Freundin immer... da könnte man neidisch werden^^

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Mon, 11 May 2015 21:43:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Pfannkuchen: Das nennt man wohl Glück im Unglück!

Tja, ich hatte auch mal eine tolle Mähne. Damals habe ich das irgendwie gar nicht so wahrgenommen, dass ich echt viele Haare hatte.
War sogar ab und zu mal beim Frisuer, um sie mir auszudünnen! Verrückt was?

Jetzt aber ab ins Bett, ich wohne hier ja schon fast im Forum!

Gute Nacht.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 12 May 2015 09:21:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Ashura:
Tjaja.. ich war immer so unzufrieden mit meinen Haaren und wollte immer dickere... wenn ich die Fotos nun von früher sehe, könnt ich mich ärgern, weil die okay aussahen und natürlich viel besser als jetzt. Ich konnte sie nur irgendwie wirklich lang wachsen lassen... da bekam ich früher schon Haarausfall.. Kann sowas sein? Vllt. hab ich sie auch immer dann wachsen lassen, wenn der Saisonale für ein paar Tage bei mir anfing... kA... blöd, naja.
Man vermisst das meiste eben erst dann, wenn es dann weg ist.. dumme Menschen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 12 May 2015 10:29:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Halloo!!!!!
Ich hab meine Blutwerte!! Und bin not amused!!
Was könnte ich mich über mich selbst aufregen! Ich hab immer noch einen Eisenmangel, obwohl ich Tabletten schlucke!!.. Menno, werd mir nachher gleich nen Termin zur Infusion machen... dass ich da so Probleme habe..
Ich stell sie gleich mal online.

Also, schaut bitte mal drüber:
CRP 14,3 mg/l <5
Magnesium 0,76 mmol/l 0,7-1.1
Ferritin 136 ng/ml egal, will mind. 250
Vit D 93,1 nmol/l 75-150
Vit B12 696 pg/ml 200-1000
TSH 1,8 uIE/ml 0,3-3,5
fT3 2,78 pg/ml 2,3-3,9
fT4 9,88 pg/ml 6-12,3

Sexualhormone (23. Zyklustag = Lutealphase)
LH 2,5 IU/l 1-15

FSH 1,8 IU/l 2-8
Quotient LH/FSH 1,9 < 2
Prolaktin 26,8 ug/l 3,34-26,7
DHEAS 2,96 umol/l 2-7,7
Androstendion 5,5 nmol/l < 11,5
Östradiol 804 pmol/l 260-920
Progesteron 26,4 nmol/l 25-80
Testosteron 0,89 nmol/l bis 2,6

Was ich sehe: Progesteron ist doch recht niedrig; Östrogen ja recht hoch... Der LH/FSH Quotient gefällt mir nicht so wirklich, Die SD ist MEGA schlecht, das hätte ich ja nicht gedacht, dass ohne die Tabletten die Werte so schlecht werden.. da muss ich ja ordentlich erhöhen.. Kein Wunder, dass ich nicht abnehme.. Magnesium und Vit D da bin ich auch nicht zufrieden.

Freu mich über eure Meinungen!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Tue, 12 May 2015 11:45:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

Mist, jetzt ist der Text verschwunden, den ich geschrieben habe.

Also, CRP ist sehr hoch, deswegen kannst Du nicht nach dem Ferritinwert gehen. Bei Entzündungen steigt der ja bekanntlich..ob da Eiseninfusionen so gut sind für den Körper`???

Vitamin D entspricht ca. 37 ng, kann man hier von nmol umrechnen:

https://www.vitamindservice.de/umrechnung-nmoll-f%C3%BCr-vit amin-d-25-cholecalciferol

Erhöhtes Prolaktin kann auch HA verursachen, muss aber nicht, Vitamin B 12 könnte auch höher sein, SD- Werte sind doch gut, hätte ich gern...meine freien Werte sind viel niedriger... da müsste ich ja 100 kg wiegen und nicht 53 kg, also das ist wohl nicht die Ursache, nimmst Du keine SD-Hormone mehr?

Magnesium ist auch an der Kante, nimmst Du kein Mg-Citrat oder ähnliches?

Mit den Sexualhormonen kenne ich mich nicht wirklich aus, da wissen andere sicher besser Bescheid. Aber etwas wirklich Auffälliges sehe ich da nicht..

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 12 May 2015 12:00:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Sissi, ach nett, dass du mir schreibst

CRP ist bei mir immer erhöht, war schon ewig nicht mehr so tief; hoch ist der noch nicht, die Ärztin meinte bis 50 ist leicht erhöht.
Mit den Eiseninfusionen ist der sogar noch tiefer gegangen!! Obwohl es ja anders rum sein soll.. komisch das ganze. Hab aber zusätlich noch den lösl. Transferrinrezeptor mal machen lasse, der ist dann morgen fertig!
Eiseninfusionen lass mir auf jeden Fall so schnell wie möglich geben!
Vit D ist echt nicht so doll, was? Werd ich mir mal 2 Wochen 20.000 täglich reinziehen.
B12 war ja schon seit über nem Monat nicht mehr gespritzt, da bin ich doch recht "erleichtert"
Hm und was macht man mit dem Prolaktin?!
Ne, SD ist super besch*****, das geht echt gar nicht.
Magnesium nehm ich Doppelherz?! Ist das Citrat? Ich schau nachher gleich mal!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Tue, 12 May 2015 12:21:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

nochmals kurz...ok, dann eben Eiseninfusionen, obwohl einen MANGEL hast Du definitiv nicht, den hatte ich mit einem Wert von nicht mal 24!

Deine SD-Werte sind NICHT schlecht, aber das musst Du wissen..

2 Wochen täglich 20.000 Einheiten??? VItamin D ist kein Vitamin, sondern ein Hormon und in solchen Mega-Dosen??? Mein Vit. D-Wert war ewig unter 30 und ich hab ganz langsam, sukzessive Vit. D genommen, mute doch bitte Deinem Körper nicht so viel auf einmal zu!! Calcium und Parathormon muss dann auch regelmäßig kontrolliert werden.

Kann mir nicht vorstellen, dass Doppelherz Mg-Citrat ist, Google mal Mg-Citrat, davon ca. 600 - 900 mg täglich mind. wenn Du so viel Vitamin D einwerfen möchtest...

So, jetzt verschwinde ich endgültig, die Schwüle hier mit 31 Grad lässt einen fast kollabieren.

Ciao
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 12 May 2015 12:31:44 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Ich nehme ja langsam Vit D (insgesamt ca. 30.000 Einheiten), aber anscheinend ist das noch zu wenig...

Magnesium: Hmpf, da steht nix, ob das Citrat ist, also gehe ich mal nicht davon aus... da werd ich wohl mal anderes kaufen müssen...

Bekomme nun in den nächsten 2 Wochen 3 Infusionen *yippie*
Den Eisenmangel merke ich leider wieder, schon seit einigen Wochen... aber ich war ja so doof und hab die Eisentabletten vor der BE nie abgesetzt... deswegen war er falsch hoch.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Tue, 12 May 2015 15:47:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Du, das ist aber nun wirklich alles andere als Eisenmangel!! Du kennst doch sicherlich die Richtwerte? Mangel beginnt eigentlich erst ab 15....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 12 May 2015 16:09:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Okay, mit Eisenmangel habe ich mich falsch ausgedrückt, entschuldige. Ich weiß, dass ein Eisenmangel woanders anfängt (hier im Labor ab 22..)
ABER: durch den erhöhten CRP, musst du die Hälfte abrechnen, d.h. unter 70.

Ich meinte mit Eisenmangel eigentlich, dass ich merke, dass ich mehr brauche.
Da ist ja jeder Körper da ja anders!
Meine Eisenärztin meinte, sie habe auch Frauen da, denen es erst ab 200 so richtig gut geht.
Wahrscheinlich bin ich so eine...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 May 2015 12:25:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 85, ZT 25:
Soo, der Horrorhaarausfall war nur eintägig... war wohl mein Frühlingshaarausfall... hat aus sein gutes: nur einen Tag so schlimm, statt ne ganze Woche ein bisschen schlimm.
Brüste tun weiterhin weh, wird wohl am Prolaktin liegen; aber gut, Arzttermin ist ja auch bald
Ansonsten gehts grad; Haarausfall hat sich wieder eingependelt mit seinen 70-80 Haaren an Nicht-Waschtagen; Pso ist besser, war wohl auch ein Frühjahrsschub.
Nach der Temperaturmessung müsste ich recht bald meine Periode bekommen, da sie gerade

wieder runter sackt; allerdings hatte ich nur 2 Tage eine Hochlage.. naja..

Ach das beste habe ich ja noch gar nicht erzählt: Durch die Temperaturmessung sehe ich ja, wo denn ca. mein Eisprung ist, der war vor ca. 8-9 Tagen; und ich hatte gestern noch mit einem Frauenarzt von der Barmer telefoniert und der meinte zu mir: "Nach den Blutwerten haben Sie Ihren Eisprung jetzt gerade."
Der wollte mir das echt nicht glauben...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 13 May 2015 17:11:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

zu Deinen Blutwerten:

CRP ist zu hoch! - Weißt Du warum? Liegt es vielleicht an der Psorias? Oder hat Du eine andere chronische Erkrankung?

Magnesium ist zu wenig - Chronische Erkrankung? Stress? Ich persönlich nehme ganz gerne das Magnesium Diasporal oder Magnesium verla. Das ist auch hochdosiert. Würde Deinem Blutdruck sicher gut bekommen. Ist ja auch allgemein für Herz-Kreislauf gut.

Ferritin - also ob es zu hoch ist oder zu niedrig, diese Aussgae kann man leider aufgrund des hohen CRP Wertes überhaupt nicht treffen. Dieser Wert ist gar nicht aussagekräftig.

Vitamin D könnte auch höher sein. Dabei nimmst Du ja schon Dekristol. Aber ich glaube das dauert bei Vit. D auch seine Zeit bis das aufgefüllt ist.
Wenn Du jeden Tag soviel Dekristol nehmen solltest, musst Du unbedingt ausreichend Magnesium zu Dir nehmen. So eine Turbo- Auffüllung kann man wohl schon machen. Da gibt es auch ein Buch "Gesund in 7 Tagen", da steht das drin, wie man das macht und was man beachten muss.

B12 finde ich ehrlich gesagt richtig gut.

TSH - das ist nicht schlecht, aber ein TSH um 1 könnte schon angestrebt werden
ft3 = 30 %
ft4 = 61,59 %

Die freien Werte könnten auch besser sein, zumindest der ft3. Auch sind beide Werte recht weit auseinanderliegend. Ob man hier jetzt schon von einer Umwandlungsstörung von ft4 in ft3 sprechen kann, weiß ich nicht. Wenn, dann müsste man herausbekommen woran es liegt. Cortisol? Stress? Medikamente? Am besten nochmal im Hashi - Forum nachhaken.

Der FSH ist zu niedrig. Das könnte aber auch am zu hohen Prolaktin Wert liegen. Das niedrige FSH zeigt jedenfalls an, dass die Eizellreifung gestört ist.

Prolaktin wie gesagt zu hoch. Hyperprolaktinämie? Das wiederum kann auch viele Ursachen haben. SD kann auch ursächlich sein, aber Dein TSH ist jetzt nicht soooo hoch, deswegen denke ich nicht das es mit der SD zusammenhängt. Auf jeden Fall muss das behandelt werden, kein Wunder, wenn die Brust weh tut.

Progesteron zu niedrig. Das hängt aber mit dem hohen Prolaktin zusammen. Das Prolaktin behindert die Eizellreifung, es findet auch selten ein ES statt. Demzufolge entsteht auch kein richtiger Gelbkörper , was den Progesteronmangel zur Folge hat. Was jetzt auch wiederum eine Östrogendominaz zur Folge hat.

So, ich hoffe ich habe jetzt nichts vergessen.

Auf jeden Fall muss das mit den Prolaktin in die Reihe kommen, dann könnten sich andere Werte wie das Progesteron evtl. auch einpendeln.

LG Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 May 2015 17:35:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Blueeyes!!

Danke für deine Einschätzung!!

Naja, die Pso ist grade ja am Blühen, aber sonst auch immer recht aktiv an anderen Stellen (Bauch zB); naja die MS wird da auch ein wenig reinspielen, da sind immer noch aktive Herde. Keine Ahnung, da will sich auch kein Arzt drum kümmern.. Aber der CRP ist schon niedrig für mich! Sonst war er bei bis 25. Da war ich doch erstaunt.

Neues Magnesium habe ich mir gekauft (verle) und stocke damit dann gut auf; Ferritin ja.. ist blöd, hab aber bald noch den lös. Transferrinrezeptor, der soll ja unanfällig für Entzündungen sein, wird auch aufgestockt; D nehme ich nun wie gesagt 2 Wochen täglich 20.000, hab da einen Rechner gefunden (auch im HashiForum), das soll wohl gut gehen.
SD gefällt mir wirklich nicht, aber da stocke ich auch auf! Die freien Werte passen mir auch nicht; wobei der ft3 mit Eisen wieder besser wird! (das war schonmal so)

Hmpf, was kann man denn bei so einem Prolaktinwert machen?!
Hm, macht dann ne Progesterongabe Sinn?

Was du alles für Bücher hast! Ist ja toll

Habe noch einen weiteren Wert heute bekommen:
Zink: 0,96 mg/l 0,7-1,5
Da weiß ich ehrlich gesagt nicht, was ich noch machen soll; ich esse viele Haferflocken und nehme auch täglich 40mg zu mir (auch von verle) und der geht kein Stück hoch... habt ihr da noch Ideen?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 May 2015 17:50:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach da hab ich noch ne Frage zum Prolaktin: Wenn da ein Tumor schuld wäre, hätte der Wert doch auch unter Pilleneinnahme hoch sein müssen?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 13 May 2015 18:20:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

zum Prolaktin schaue ich mal in meinen schlauen Büchern nach. Vllt. finde ich was.

An einen Tumor würde ich jetzt nicht gleich denken, wie sich der Wert dann aber unter Pille verhalten hätte weiß ich auch nicht.

Zu Zink habe jetzt schnell erstmal ich folgendes gefunden:

Werden Eisenpräparate geschluckt, besteht möglicherweise die Gefahr, dass zu wenig Zink resorbiert wird. Zink und Eisen werden auf dem gleichen Weg durch die Darmschleimhaut aufgenommen. Wenn vermehrt Eisen zugeführt wird, blockiert es den gemeinsamen Transportweg, so dass weniger Zink in die Körperzellen gelangt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 May 2015 18:23:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh, das wäre ja super nett, wenn du mal nachschaust!!!!

Dachte nur, wenn da einer wäre,... ob das die Pille dann unterdrücken könnte?!

Ich weiß das mit dem Zink, deswegen nehme ich Zink mittags und Eisen spät abends.. bringt trotzdem nichts

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Wed, 13 May 2015 18:58:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Wed, 13 May 2015 19:35
Habe noch einen weiteren Wert heute bekommen:
Zink: 0,96 mg/l 0,7-1,5
Da weiß ich ehrlich gesagt nicht, was ich noch machen soll; ich esse viele Haferflocken und nehme auch täglich 40mg zu mir (auch von verle) und der geht kein Stück hoch... habt ihr da noch Ideen?!

Also ich nehme bei weitem nicht so viel Zink wie du und habe einen Wert von 1,2...das war sogar der max. Grenzwert...naja zumindest in diesem Labor.
Ich würde Zink-Histidin nehmen, durch das Histidin wird Zink besser vom Körper aufgenommen. Sind das 40mg Tabletten? Wenn nicht, würde ich die Tabletten über den Tag verteilen. Wenn das auch nicht klappt, vielleicht mal eine andere Zinkverbindung ausprobieren.
http://www.curazink.de/warum-zink/zinkverbindungen.html

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Wed, 13 May 2015 19:35:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oha, bei den ganzen Werten komme ich nicht mehr mit. Da habt ihr euch ja alle richtig gut eingelesen! Ich kenne nur meine Eisenwerte. Zink und Co, keine Ahnung. Also wenn ihr damit den HA nicht bekämpfen könnt, was soll man dann noch machen? Wobei ich mir eigentlich sicher bin, dass es immer die Hormone sind.
Sagt mal, hat eine von euch Erfahrung mit Extensions? Da ich nicht so viel verliere und gerne mehr Fülle hätte, denke ich im Moment darüber nach....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 May 2015 20:19:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Ashura: Ich dachte Zink-Ion ist das beste?! Sagte mir mal eine Hausärztin?! Nun bin ich ja verwirrt... weißt du was zu?!

@Brain: Ich hatte dir eine PM geschrieben kam die nicht an? Ich kanns auch hier fragen: Hast du gewusst, dass man auch mehr Mönchspfeffer nehmen kann? Bis zu 4 Stück hatte ich gelesen!! Wie viel nimmst du denn??!
Ich habe keine Erfahrungen damit.. ich hab aber auch zu wenig Längen, wo man die einlöten könnte...

Zitat:Also wenn ihr damit den HA nicht bekämpfen könnt, was soll man dann noch machen?
Das frage ich mich auch.. irgendwann ist ja auch mal Schluss mit Werte bestimmen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 13 May 2015 20:24:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

War heute ökofärben beim frisör - nun bin ich die grauen los. allerdings hat sie beim waschen mit den gummihandschuhen auch ganz schön an meinen haaren rumgezerrt...und dann behauptet, dass nix ausgefallen wäre - totaler quatsch. kann gar nicht sein. mit extentions kenn ich mich nicht aus, da bei mir das haar am oberkopf fehlt - da kann ich nix druntermogeln - ich müsste draufdeckeln...blöde sache.
ich bin nun beim waschen kaum mehr bei 100...aber es fällt den tag über noch viel aus, sodass ich nicht sagen könnte, ob ich über das thyroxin nun wirklich ne starke verbesserung habe - ich hab so auf eine senkung auf vielleicht 30 gehofft. das hatte ich nun mal zwei tage...dann ging es gleich wieder hoch.
komisch...hatte heute ne leichte kopfmassage beim frisör nun hab ich ne art muskelkater auf dem kopf - das fühlt sich seltsam an.
mit den blutwerten kenne ich mich leider noch immer so wenig aus, sodass ich nix dazu sagen kann.

@pfannkuchen: wie lange brauchst du noch fürs studium? vielleicht wäre es wirklich nicht schlecht schwanger zu werden - dann wachsen die haare vermutlich wieder fleissig nach und dann die blutwerte bestimmen und schauen, welche man halten muss... das hab ich leider verpasst

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 13 May 2015 20:34:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Zum Thema Zink und welches Präparat das Beste ist, habe ich folgendes gefunden:

Zink-Histidin: Besonders gute Bioverfügbarkeit Der Komplex aus Zink und der Aminosäure Histidin bietet die wohl beste Bioverfügbarkeit. Das liegt daran, dass der körpereigene Stoff Histidin der natürliche Transportpartner von Zink im menschlichen Körper ist. Histidin ist z. B. in den Eiweißbestandteilen der Muskeln zu finden. Die Aminosäure ist ein wesentlicher Bestandteil der Enzyme, die im Organismus für die Aufnahme, aber auch für den Transport, die Verteilung und die Ausscheidung von Zink verantwortlich sind. Mit anderen Worten: Zink wird im Körper an Histidin gebunden transportiert. Somit ist Zink-Histidin die natürliche Form des Zinks im Körper. Aufgrund seiner hohen Bioverfügbarkeit reichen bei Zink-Histidin vergleichsweise geringe Dosierungen aus, um die gewünschte Zinkzufuhr zu gewährleisten. Zusätzlich ist das Zink im relativ stabilen Zink-Histidin-Komplex gut geschützt gegen negative Nahrungsmitteleinflüsse wie sie z. B. durch die Phytinsäure (in Vollkornprodukten) hervorgerufen werden. Aus diesem Grund ist es auch möglich - anders als bei den anderen Zinkverbindungen - Zink-Histidin ohne nennenswerten Resorptionsverlust zu den Mahlzeiten einzunehmen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Ashura on Wed, 13 May 2015 21:26:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Zink-Ion kenne ich nicht. Wie heißt das Produkt genau was du nimmst?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 May 2015 21:29:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Haihappen: Ach pff, bei den meisten FriseuInnen heißt es auch immer: Sie müssten mal meinen Haarausfall sehen, das ist ja gar nichts. Wers glaubt. -.- meine jetzige ist das wenigstens ehrlich aber nett
NEIN, schwanger werde ich auf keinen Fall... noch bin ich null bereit für Kinder, ich muss meinen eigenen Kram erst mal auf die Reihe kriegen; wenn ich überhaupt Kinder will, bisher kam da noch kein Wunsch auf; glaube leider auch nicht, dass man die Hormone einnehmen kann, die man in der Schwangerschaft hat?!

@Blueeyes: Oh, das ist nett von dir!! Na so ein Sch***, da hab ich extra das gekauft, was die Hautärztin gemeint hat und dann sowas.. na toll, dann muss ich neben Mg noch Zink kaufen... und dabei hab ich noch so viel von dem alten naja, kann ich ja auch noch nebenbei nehmen; oh toll, auch zum Essen, das ist ja super! Ich nehm ja so viel, da weiß ich nie, was ich überhaupt wann nehmen soll und überhaupt! Aber das ist ja toll!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 May 2015 21:35:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Ashura: 20mg Zink von verle (grün-gelbe Packung) nehme allerdings immer 40mg, bin heute mal auf 80mg hoch.. ui das gab fiese Magenkrämpfe!
Das ärgert mich voll.... dass sogar sowas die Ärzte nicht wissen.. meine Güte, die haben doch auch mal studiert -.-

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Wed, 13 May 2015 21:56:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Da ist Zinkgluconat drin, es ist das zweit beste:) Zink Histidin ist besser und du musst bei dieser Verbindung keine 40mg nehmen, da es so gut aufgenommen wird. Sonst hast du noch eine Zinkvergiftung in ein paar Monaten.

Tja Ärzte halten sich nicht immer auf dem laufenden...meine Hautärztin harte mir Minox verschrieben. Nachdem ich davon Herzrasen bekommen hatte, meinte sie, dass dies keine Nebenwirkung von Minox sei...dabei kann man es im Netz überall nachschlagen, dass Minox

bei einigen wenigen Herzrasen, Herzrythmusstörungen etc. verursachen kann.

Ärzte wissen auch nicht alles...und einige stecken sich Geld von Pharmakonzernen ein, wenn das jeweilige Produkt verschrieben wird...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 14 May 2015 12:46:15 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Ashura: Ich nehme ja auch nur so viel, weil das einfach nicht hoch gehen will
Aber super, dankeschön! Werd mir das mal kaufen und dann in 2 Monaten mal testen!!
Ja, na gut, ich sollte wohl noch weniger den Ärzten glauben.. aber wo führt das nur hin? Wenn ich mal nen Tumor irgendwo habe, kann ich den ja leider nicht selbst rausholen

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 15 May 2015 11:40:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 87, ZT 27:
Wow, heute mal nur 50... und nur 3!! lange Haare
Naja, meine Temperatur hält sich fest bei 37°... wann ich wohl meine Periode bekomme.
Brust wird besser, gestern habe ich zwar deutlich mehr Knoten gefühlt, aber sie schmerzen nicht mehr so, mal abwarten...
Ich schlafe endlich wieder gut! Hach ist das toll!
Die LT Erhöhung vertrage ich gerade sehr gut! Hatte die letzten Tage morgens und abends welche genommen und nun doch alles morgens, aber bisher keine innere Unruhe, wie Montag.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Fri, 15 May 2015 12:09:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wow nur 50 Haare, das hört sich doch super an!
Bei mir waren's heute schon über 150 und der Tag ist ja noch lange mir gehn auch vorallem die langen, dicken Haare aus! Habe ziemlich lange haare und dann denkt man bei 150 richtig langen, dass man quasi alle verloren hat!
Nehme nächste Woche mal Blut für Hormone, Schilddrüse etc und schau mal was bei rum kommt!

Hab seit 2 1/2 Monaten keine Periode mehr gehabt!
Ich hoffe immer noch dass es einfach mal vom einen auf den anderen Tag weg ist! So untypisch ist haarausfall nach absetzten der Pille ja nicht!

Die Hoffnung stirbt zuletzt!!!

Liebe Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 15 May 2015 13:32:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@apfelbonbon: Hach meine langen Haare sind auch nur noch ein Rattenschwänzchen.. schlimm ist das.
2. 5 Monate ohne Periode ist wirklich lang! Da musste mal schauen lassen
Drück die Daumen, dass das bei dir bald wieder wird!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Fri, 15 May 2015 13:55:46 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@pfannkuchen
Danke, das ist wirklich sehr lieb!

Und ich drück dir die Daumen, dass es mit den Haaren so gut bei dir weitergeht!!

Ich bin fest davon überzeugt dass wir den Haarausfall irgendwann los haben!
Man muss nur dran glauben!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 15 May 2015 13:58:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@apfelbonbon: Ja genau, mit positiver Energie ( ) schaffen wir das!
Wir sind ja auch viel zu hartnäckig

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 15 May 2015 19:22:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach maaan, zu früh gefreut: Heute abend beim Duschen wieder 160!... und morgen früh wird auch nicht besser, nach der Nacht nach dem Duschen ist es immer noch mal mind. genauso schlimm.
So ein Ka**... Frag mich was das ist? Ist das nun der postpill Haarausfall oder nicht? Jeweils einen Tag in der Woche?!
Wieder fast nur kurze neue Haare; mein Zopfumfang geht aber seit mind. einem Jahr weder hoch noch runter, was ich auch irgendwie komisch finde, da es gefühlt ja immer weniger wird....

Gutes von der Pso-Front: Habe nun zum zweiten Mal meine Kopfhautkur gemacht (Joghurt, Öl, Honig), das ist soo super, sind kaum noch Schuppen (auch keine Plaques) mehr da, Kopfhaut brennt nicht mehr; toll was an Haushaltskram so alles soo toll hilft

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Sat, 16 May 2015 11:16:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Fri, 15 May 2015 21:22
Gutes von der Pso-Front: Habe nun zum zweiten Mal meine Kopfhautkur gemacht (Joghurt, Öl, Honig), das ist soo super, sind kaum noch Schuppen (auch keine Plaques) mehr da, Kopfhaut brennt nicht mehr; toll was an Haushaltskram so alles soo toll hilft

Seit wann was hast du die Pso an der Kopfhaut? Hat sie sich erst nach deinen HA Problemen entwickelt?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 16 May 2015 11:26:02 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 88; ZT 28: Wie vorher gesagt... hab die 250 geknackt heute morgen... Pso sieht aber viel besser aus, außer 2 Stellen, die echt hartnäckig sind
Meine Temperatur ist abgefallen, müsste meine Periode also bald bekommen (warum freu ich mich da überhaupt so drauf?!)

@Ashura:
Nene, hab die Pso schon als Kleinkind gehabt, sie hatte wohl jetzt gerade einen Schub, eigentlich ärgert sie mich nicht so doll, aber mit der Hormonumstellung ja auch kein Wunder.
Ehrlich gesagt macht sie auch nicht viel mehr Haarausfall, vllt. so 10-15 Haare macht sie aus.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 17 May 2015 11:15:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 89; ZT 29: Wuhu Jubiläum!!! 3 Monate Pille abgesetzt!! *tanz*
Kleines Resümee:

Haare: weiß ehrlich gar nicht so recht; sie waren in der Zwischenzeit viel dicker geworden (also das einzelne Haar), mittlerweile nicht mehr... sie glänzen mehr, ob meine Naturwellen wieder mehr zurück bekommen, weiß ich nicht, hoffe es aber; Haarausfall war solala, durchschnittlich nicht anders als vorher; mittlerweile mehr, wohl doch nun der Absetz-Haarausfall, aber (noch?) nicht mega schlimm (gut, vereinzelte Tage sind schon schlimm, aber der Rest hält sich noch)

Haut: habe doch mehr Pickel als früher, dafür ist aber der Rest der Haut ein wenig besser (bilde ich mir zumindest ein).
Pso schwankt seit dem Hormonchaos... soll ja leider normal sein, bleibt nur das Hoffen...

Stimmung: Doch, ich bin ein wenig ruhiger geworden... schlechte Tage gibts natürlich immer noch, gute solala... gut, dafür gehts mir einfach noch nicht soo gut.

Rest: Brust- und Regelschmerzen sind leider im letzten Zyklus fast täglich gewesen; andere zyklusbedinge Symptome sind besser (Migräne z.B.), Flush sind immer noch ab und an, Schlafprobleme ebenso, auch wie die trockenen Augen (die echt nerven!!)
Ein Thema möcht ich noch ansprechen: Die Libido. Das ist KEIN Vergleich, das kenne ich gar nicht, nahm die Pille ja auch schon ab und an mal mit 14-15... das ist sehr seltsam^^
Und: Ich hatte immer Schmerzen beim GV... die sind nun weg!! Da kam mir die fehlende Libido eigentlich immer ganz recht, weil ich eh nur Schmerzen hatte...

Periode: Stark wie eh und je... Schmerzen sind mehr als mit Pille... nicht wirklich toll..

Fazit: Trotz der vielen Sachen bin ich froh, die Pille abgesetzt zu haben. Durchhalten lohnt sich, hoffentlich dann auch zuletzt bei den Haaren. Aber die ziehen ja, wie wir wissen, gerne als letzte mit

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 17 May 2015 11:53:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

Glückwunsch zu 3 Monaten Pillenfrei!

Nun wegen der Haarstärke? Ich weiß gar nicht, ob man das so schnell sieht, da es ja eh auch eine Weile braucht, bis man an den Haaren irgendwelche Auswirkungen sieht (ausgenommen starke Hormonschwankungen). Da hilft wohl nur Geduld und Spucke.

Trockene Augen kann auch ein Zeichen für Progesteronmangel sein, aber auch SD.

Wie geht es denn bei Dir jetzt eigentlich mit Deinem letzen Blutbefund weiter? Ich meine da war ja doch einiges nicht so prall. Was sagt denn der Doc dazu?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 17 May 2015 16:55:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Blueeyes!

Dankeschön!! Was bin ich stolz auf mich

Ach, die Haare werden schon wieder, wenn sich die Hormone mal einig sind
SD glaube ich nicht, da das nun erst seit ca. 3 Wochen geht und auch immer während der Periode am schlimmsten ist.

Mittwoch bin ich erst beim Arzt, Donnerstag dann bei der Hormonsprechstunde; ich berichte

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 18 May 2015 09:42:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Herzlichen Glückwunsch!!
Jaa da bin ich mir auch sicher!! Sobald der Körper in Balance ist, sind's die Haare auch!! Durchhalten!

Ihr lieben ich hab mal eine Frage an euch! Und zwar wasche ich meine Haare ja jeden Tag und hab heute mal ein Bild vom Ausfall gemacht!

Wie würdet ihr denn die Menge einschätzen? Ich hab da total den Bezug verloren was "normal" ist oder viel zu viel?

Eine Einschätzung wäre super!
Vielen lieben Dank!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 09:54:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen apfelbonbon!

Dankeschön
Hach fast wie Geburtstag.. wo sind die Geschenke??!!!

Zu deinem Foto:
Hmpf... hast du lange Haare? Das ist echt schwer zu beurteilen... ich häng dir mal zwei Foto von einem meiner Büschel ran; ich schreib dann gleich noch was dazu

File Attachments

1) 20140811_235521.jpg, downloaded 531 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 10:01:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So:

Das erste Foto sind um die 250; das zweite 160.
Wobei mir im ersten viel mehr lange Haare ausgegangen sind und im zweiten eben viele viele kurze, den find ich gar nicht so schlimm, aber nach dem Zählen fand ich ihn nicht mehr so toll^^

Deswegen: An sich finde ich dein Büschel schon.. relativ voll. (außer du hast lange Haare)
Aber, zähl doch einfach mal

Ist das denn das, was du jeden Tag verlierst oder schwankt das grade?

File Attachments

1) 02_20.02.15_160.jpg, downloaded 549 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 18 May 2015 10:07:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Vielen Dank für die schnelle Einschätzung!!
Das ist das Knäul das ich jeden Tag so verliere (mal auch ein bisschen mehr) und ich würde sagen es sind nochmal so 40 danach bis ich schlafen gehe!
Aber dann bin ich mit der Einschätzung ganz richtig dass es einfach zu viele sind!
Und ich hab sehr lange haare, so 15 cm unter dem BH Verschluss würde ich mal schätzen

Ja vielleicht sollte ich mal wieder zählen, nur bin ich dann den ganzen Tag über bei jeden haar so schlecht gelaunt, deshalb hab ichs schon länger nicht mehr gemacht!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 10:16:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ui, soo lange Haare... *neidischbin*

Dann kann ich das noch weniger einschätzen, eine Freundin, die auch seehr langes Haar hat, ha mir auch mal ein Büschel gegeben, weil sie meinte, ich "stelle mich an", sie meinte auch, dass sie gar nicht verlieren würde.. jaja.. der Büschel war auch nicht soo groß, trotzdem 200 Haare (hach das hab ich ihr ja gegönnt..)
Aber es ist einfach so nicht gut einzuordnen, meinen Büscheln sehe ich ich die Anzahl natürlich meistens schon die Zahl an, aber so bei "fremden" Büscheln..
Schreib aber mal bitte, wie viele Haare das so waren (hab ja eine Zahl im Kopf, will mich hier dann aber noch nicht blamieren^^)

Ich hab zur Zeit auch Bammel vor jedem Kämmen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 18 May 2015 10:24:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja das kenne ich - von den meisten Freundinnen höre ich zB dass alle an die 150-200 Haare am Tag verlieren! Ich befürchte aber fast dass mich alle nur beruhigen wollen!
Deshalb ist es immer schön eine Einschätzung von "Leidensgenossinnen" zu bekommen! Das Forum hier gibt mir wirklich viel!

Also ich geh mal davon aus dass es so 140 Haare waren!
Wenn ich alles mal grob überschlage!
Plus den Verlust über den Tag denke ich dass ich heute mal wieder bei knapp 200 landen werde - das ist echt so frustrierend!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 10:37:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 90; ZT 30: So, gestern hatte ich ne kleine Blutung; ist das dann schon Zyklustag 1 oder 30?! Ich weiß es ehrlich nicht..

Bin wohl dann nun im Post Pill Haarausfall, der hoffentlich nicht mehr wird (heute 95, die letzten Wochen waren es ja meist unter 80 - Waschtage außen vor)

@apfelbonbon:
hmm.. zählen deine Freundinnen?!^^ ... ich kann ehrlich sagen, dass ich früher nicht wusste, wie viel ich so verliere (hab ja auch nie gezählt, wozu auch?) (mittlerweile kann ich das gut einschätzen, wenn ich an die "Büschel" von früher so denke...)

Ach Mensch! Nun verrat ichs eben auch: Ich dachte so an 120-150 oder eher
Wie lange hast du denn nun die Pille abgesetzt? Schon Hormonuntersuchung bekommen?
Du hattest auch die Bellissima oder?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 18 May 2015 10:56:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich glaube es sind meistens nur Schätzungen! Aber ich denke wenn sie wirklich mal zählen würden, dann wäre es weniger!

Ich bin jetzt 4 1/2 Monate ohne Pille! Bisher hatte ich noch keine Hormonuntersuchung, aber das werde ich mal in Angriff nehmen! Der Haarausfall war ja einen Monat nach Absetzen weg und hat ca 3 Monate nach Absetzen wieder angefangen!
Genau ich hatte jahrelang die Belissima und zuletzt dann die Maxim!
Hoffentlich hält der Ausfall nicht mehr so lange an - mein Körper soll sich mal schnell regulieren

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 12:28:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja klar, wie will man das auch abschätzen ohne jemals gezählt zu haben?!

Glückwunsch auch dir, für dein Durchhaltevermögen! *jubel*
Sag mal, hast der Haarausfall erst angefangen, als du gewechselt hast oder hast du wegen Haarausfall gewechselt?!
Wie dick ist denn dein Zopfumfang noch? Meiner leidet ja so extrem Sieht nicht mehr schön aus, aber abschneiden.. ach ich weiß nicht...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 13:47:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mal ne Nachfrage zum Magnesium: Wie viel soll ich denn davon am besten nehmen, um schnell einen guten Wert zu bekommen?
Habe nun die von verla 40mg pro Tablette; im Beipackzettel steht insgesamt 9 Stück am Tag (sind ja dann 360mg), reicht das oder noch mehr? (ich find 9 Tabletten ganz schön viel^^ da brauch ich ja sonst nix mehr essen)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Mon, 18 May 2015 14:55:52 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wie messt ihr den Zopf Umfang übehaupt? Mit dem Massband geht das so schlecht. Ich binde meinen Zopf mit einem Gummi zusammen und messe hinter dem Gummi...aber irgendwie ist das so ein Gewurschtel.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 15:06:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich alleine kann das auch nicht..
Früher hab ich mir nen Zopf gemacht, dann ein Stück Schnur darum und das dann eben gemessen... aber irgendwie war das nie 100%ig; dann wollte ich mit dem Maßband, aber dabei reiß ich mir immer noch Haare raus.

Nun macht es mein Mann; ich mach mit aber keinen Zopf, weil mir das auf die Nerven geht^^ Ich dreh meine Haare am Kopf so fest wie möglich zusammen, das misst er dann mit dem Maßband ohne mir Haare rauszureißen

Hab nur noch 5cm
Und ein paar cm weiter runter sinds schon nur noch 3cm

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Mon, 18 May 2015 15:19:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Meiner ist so glaub ich ca. 6cm. Habe zwar letztes Jahr nicht gemessen, aber es fühlt sich nach mehr an.

Kopf hoch Pfannkuchen! Das wird schon wieder. Du weißt ja, dass es ewig dauert bis man überhaupt eine Verbesserung sieht.

Meine "Öl Therapie" hat auch 5 Monate gedauert, bis ich da überhaupt was gesehen hab.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 18 May 2015 15:31:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich habe 4 cm. Ätschebätsch! Ich bin die Erste!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 18 May 2015 15:49:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mal ne Nachfrage zum Magnesium: Wie viel soll ich denn davon am besten nehmen, um schnell einen guten Wert zu bekommen?
Habe nun die von verla 40mg pro Tablette; im Beipackzettel steht insgesamt 9 Stück am Tag (sind ja dann 360mg), reicht das oder noch mehr? (ich find 9 Tabletten ganz schön viel^^ da brauch ich ja sonst nix mehr essen)

Warum haste denn nicht gleich die hochdosierten genommen? Die haben 400mg. Das ist eine gute Tagesportion und auch ausreichend.
Wenn Du zuviel aufnehmen solltest, merkst Du es am Durchfall den das nach sich zieht.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 18 May 2015 16:47:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mein Haarausfall hat mit dem Wechsel angefangen, also ca ein halbes Jahr danach und hat auch nicht mehr aufgehört als ich zur bellissima zurück bin!
Die Pille kann man echt verfluchen!
Oh danke! Ich warte schon sehnlich auf den Tag, an dem wieder alles normal ist!!

Meine Schwester hatte nach dem Pille absetzen auch grausamen Haarausfall, der aber mittlerweile zum glück Vergangenheit ist!!
Und bei ihr war abscheiden eine super Entscheidung! Sie konnte die Haare kaum mehr offen lassen weil sie so dünn waren und nach dem Abschneiden sahen sie richtig füllig aus! Die Frisur hat sie bis heute behalten obwohl die Haare wieder richtig dick nachwachsen und glänzen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 17:05:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

blueeyesdeluxe schrieb am Mon, 18 May 2015 17:49Warum haste denn nicht gleich die hochdosierten genommen? Die haben 400mg. Das ist eine gute Tagesportion und auch ausreichend.
Wenn Du zuviel aufnehmen solltest, merkst Du es am Durchfall den das nach sich zieht.

Öhm, weil ich die echt nicht finde? Kannst du mal nen Link schicken? Ich geb mir alle Mühe

@apfelbonbon:
Ich finde das ganz schön krass! Das war bei mir genauso! Musste wegen der Krankenkasse auf ein anderes Generikum wechseln und 3 Monate später: Haarausfall.
Ich hatte das zwar schon öfter mal gelesen, dass gerade die Bellissima nach einiger Zeit doch mal Probleme macht, aber noch nie hautnah jemanden kennengelernt
Na, wenn bei deiner Schwester das wieder wurde, wird das bei dir sicher auch!
Hmpf... ich werd am 20.5 wieder Fotos reinstellen, dann siehst du meine Haare mal. Aber wenn ich sie abschneiden würde.. dann müsste fast alles runter... ob sich das lohnt?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 18 May 2015 17:19:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Bei meiner Schwester hat auch die bellissima den Haarausfall ausgelöst! Finde es echt schlimm dass Frauen da nicht vorher gewarnt werden!
Und jetzt die böse Wahrheit - der Haarausfall nach Absetzen ging gut ein Jahr!
Davon möcht ich mich jetzt nicht abschrecken lassen weil im Endeffekt hat sie es überstanden und ihre alten Haare, ich glaube sogar schöner als mit Pille, zurück!
Ich weiß dass das so schwer ist sich zu trenne - geht mir ja auch so!
Neuer Haarschnitt, neuer Anfang denk ich immer, aber man muss sich natürlich auch wohl damit fühlen!
Ich Spiel auch schon mit dem Gedanken an eine neue Frisur!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 18 May 2015 17:20:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

also bei Amazon finde ich jetzt auch nur die 300mg vom Verla.

http://www.amazon.de/Verla-Magnesium-Granulat-300-St%C3%BCck /dp/B00E67B048/ref=pd_sim_121_1?ie=UTF8&refRID=15XDF4ECH 5CPSK9ZT6Y2

Ich könnte schwören, dass ich letztens bei DM MG Verla 400mg gesehen habe. Sorry, ich nehme dann alles zurück. Ich hätte schwören können, echt!

Sind denn die Tabl. die Du jetzt hast wenigstens recht klein wenn Du soviele nehmen musst?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 18 May 2015 18:54:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@apfelbonbon: Waaah? Krass.... oh wir sollten mal einen eigenen Thread zur Bellissima aufmachen!!! Das ist ja der Wahnsinn!! Das ist ja Gift! Oh man...!
Och ein Jahr?! Und weiß sie woran das lag? Also hat sie mal einen Hormonstatus machen lassen?!
Ich mit der Pille auch meine schönen Naturwellen verloren Hoffentlich kommen die wieder
Ach, ich seh mit lurzen Haaren so besch***** aus... aber mal ein Stükchen kürzer, werd ich mal machen, wenn der HA mal vorbei ist.. so nach nem halben Jahr oder so...
Die langen Haare sollten ja meine neu Frisur werden und seit dem habe ich den blöden Haarausfall.. das ist doch unfair!

@Blueeyes: Bääääh Orangengeschmack.. sowas bekomm ich nicht runter!
Ist ja nicht schlimm Hatte mich nur echt gewundert, weil mein Mann ja immer alles raussucht und der ein Ass im Internet-Durchforsten ist Aber DM darf doch sowas gar nicht führen oder? Das sind doch apothekenpflichtige Medis?
Pahaha, die Tabletten sind recht groß und ich hab schon heute nach 120mg so Magenprobleme bekommen!! vllt. dosier ich langsamer hoch^^ Wenn das alles wieder hinten raus kommt *sorry* ist das ja fürn Ar***
Ist der Durchfall ein gutes Zeichen?^^ Jetzt erschließt sich mir auch, warum man du Eisen auch Magnesium nehmen soll.. das neutralisiert sich dann im Darm

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by kati82 on Mon, 18 May 2015 19:08:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hallo Brain!
war sehr laaange nicht mehr on.. mal ablenken und verdrängen.. aber jetzt dachte ich, ich schau mal wies dir und den anderen im forum so geht..
also bei mir hatte sich der Zustand eine ganze Weile sehr gebessert. Habe etwas weniger Stress gehabt und dann beruhigte sich der HA längere Zeit. Der Neuwuchs kam dazu und die Fülle wurde wieder etwas normaler...
Leider habe ich seit ca. zwei Monaten einen Rückfall, davor wieder viel emotionaler Stress, ein Rückfall durch die Affäre damals.. Es kam einfach schleichend zurück und die Angst wieder irgendwann verletzt zu werden wurde wieder größer...
Nach den schlimmsten Tagen habe ich angefangen viele Entspannungsübungen zu machen und wieder Nems; Pantovigar für schnellen Neuwuchs und Priorin gegen den HA, zu nehmen. Außerdem eine Eisenkur und Sport...
Ganz allmählich fängt sich der HA anscheinend erstmal wieder...
Wie geht es dir inzwischen? Konntest du deinen Status halten, oder verbessern? Ich versuche

trotz Rückfalls die Haare ganz allmählich zumindest auf Schulterlänge wachsen zu lassen...

lieber Gruß!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 18 May 2015 21:13:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Pfannkuchen
Das sollten wir wirklich!!
Nein leider nicht! Meine Schwester hat da ganz anders getickt! Sie hat sich gar nicht aus der Ruhe bringen lassen und einfach abgewartet bis es vorbei war! Hat ihr im Vergleich zu mir eine Menge Geld erspart, aber ich kann einfach nicht zuschauen wie die Haare weiter ausgehen!
Übrigens hatte sie ihre Locken verloren, die wieder ganz hübsch da sind
Gibt ja wirklich einige parallelen!

Ich hoffe morgen wird ein guter haartag!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 19 May 2015 11:34:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 91 ZT?!: Heute mal nur 80.
Meine Brüste werden besser! Endlich! Dafür fühlen sie sich komisch taub an?!
Dafür hab ich nun ganz viele Pickel Habe eine jugendliche Haut

Habe neue Laborwerte: (immer noch vom gleichen Arzt, manche dauern ja nur ein wenig länger)
Selen: 79 ug/l (50-120)
löslicher Transferrin Rezeptor: 3,2 mg/l (1,9-4,4) Kann dazu irgendwer was sagen? ist das gut? schlecht? Geht das besser?
Vit E kommt denn endlich morgen...

@apfelbonbon:
Das ist ja faszinierend mit deiner Schwester, das machen wir mal! Nachher, wenn ich Lust habe^^ oder du kannst natürlich auch gerne, das ist ja wirklich Wahnsinn!
Ja, das liebe Geld tut mir auch leid, gerade für so manches, was echt nur Verschwendung war, aber man will ja alles versuchen! Hätte ja auch einen anderen Grund haben können... man ist ja aber immer erst hinterher schlauer
Oh ihre Locken sind wieder da? Da hoffe ich ja auch mal! Ich fand mich als Kind immer so niedlich mit den Löckchen, diese glatten dünnen Haare habe ich gehasst!! Wenn schon dünne Haare, dann wenigstens gewellt

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Tue, 19 May 2015 13:07:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Pfannkuchen:

Es ist wohl besser, wenn dieser Wert (STFR) etwas niedriger ist. Erhöhte Werte deuten auf einen Eisenmangel, Anämie, Vit B12 oder Folsäure Mangel hin. Ob jetzt 3,2 mg/l zu hoch ist, kann ich dir leider nicht sagen. Bei mir wurde der Wert glaube ich nie gemessen. Hat der Arzt dazu nichts gesagt?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 19 May 2015 13:48:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Ashura: Haha.. ja.. ich hab das selbst abnehmen lassen, weil mein Ferritin so unzuverlässig ist (wegen dem CRP), aber ich habe grade auch gesehen, dass der sTfR niedriger war, als meine Eisen höher war, und da gings mir auch richtig gut, d.h. ich brauch Eisen, yippie!
Hab auch grad noch was gefunden: http://www.laborlexikon.de/Lexikon/Infoframe/f/Ferritinindex.htm
Da kann man sich das genau ausrechnen, je tiefer desto besser; ich liege da gerade bei 1,499, also hart an der Grenze! (damals lag ich bei 1,2, da gings mir besser mit)
Danke für deine Antwort

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Tue, 19 May 2015 14:47:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Musstest du den Wert selbst zahlen oder hat das der Hausarzt bzw. die Krankenkasse übernommen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 19 May 2015 15:19:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hab ihn selbst bezahlt

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 20 May 2015 14:49:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ha, das war heute was beim Frauenarzt!!!!!

Hormone findet er gut, hat aber gleich gesagt, dass er nicht so die Ahnung hat; wobei er auf Nachfrage mein Progesteron schon zu niedrig fand.
Naja, hab ihn dann gleich einfach gefragt, wie es mit Progesteron (Utrogest) aussieht: Klar, warum nicht. Probieren kann man es.
Dann hat er eine Schublade aufgemacht und mir 2x 200mg Fameita und 5x100mg Famenita gegeben und dazu gleich mal 30 Beutel Clavella. Joar... nun weiß ich ehrlich gesagt gar nicht, wie wann womit ich das Zeug alles nehmen soll.. da ich das Progesteron ja lieber cremen möchte, als schlucken?!
Hat jemand Ideen, Vorschläge?
Bin dann morgen noch in der Hormonsprechstunde... vllt. wissen die ja auch mehr, aber ich hab irgendwie kein so gutes Gefühl...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 20 May 2015 15:34:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich schlucke das progesteron in form vom utrogest. vom 13-25. zyklustag (auf anweisung vom arzt). dann wären auch die tage nicht mehr so lang andauernd und stark blutend. kann ich bestätigen, dass das stimmt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 20 May 2015 18:20:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Haihappen
Ja, das erhoffe ich mir auch.
Und hast du irgendwelche NWs?
Ich würd allerdings durch die Creme gerne den Weg über die Leber übergehen, da da gerade eh ein Wert ein wenig grenzwertig ist

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 20 May 2015 18:23:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Öhm! Ich verstehe nicht ganz. Was ist denn das Eine und was das Andere?

Ist das beides Progesteron? Und eigentlich muss Dein Gyn Dir doch sagen, wann und wie und vor allem in welcher Dosis Du das nehmen sollst, anstatt Dir das einfach so in die Hand zu drücken. Ich meine soetwas sollte doch dem Hormonspiegel angepasst sein.
Demnächst sollst Du wohl noch Deine Abstriche selber machen oder?

Sind das jetzt Kapseln zum Aufstechen? Und musst Du das jetzt den ganzen Zyklus durchgängig nehmen?

Fragen über Fragen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 20 May 2015 18:35:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Also: Famenita = Utrogest = Progesteron
Da ich ja so viel selber weiß, soll ich machen... tjoar, an sich wohl eine Kapsel abends, aber ich möchte ja schmieren.
^^ Abstriche selber machen ist bestimmt dann nicht mehr so unangenehm

Kapseln sind zum Aufstechen ja; naja Progesteron nimmt man doch nur ne gewisse Zeit und nur in der Menopause durchgängig. Habe ich zumindest so nun schon öfter mal gelesen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 20 May 2015 18:42:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Aha!
Und was ist dann das Fameita??

Ich z.B. soll meine Kapseln durchgängig nehmen, also komplett ohne Pause.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 20 May 2015 18:50:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Da hab ich mich wohl vertippt Das ist auch ein blööödes Wort!

Echt? Und du bekommst deine Periode?
Alles was ich bisher zu Progesteron gelesen habe, war eben, so ab Zyklusmitte, bis kurz vor der erwarteten Periode, damit diese dann einsetzen kann.

Seiner Meinung nach soll ich die Dinger einfach schlucken, ich möchte aber lieber schmieren!
Und dazu konnte er mir dann nichts mehr sagen, weil er das nicht kennt...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 20 May 2015 19:18:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

nebenwirkungen sind mir noch keine aufgefallen. meine haare fallen halt weiter fleissig. bin beim waschen nun so bei 80-100. aber den tag über fällt es weiter stetig. keine ahnung wieviele da noch dazukommen. wenn ich mir nach ein paar stunden zopf mit den fingern durch die haare fahre, hängen da dann immer so 10 strück dran. ätzend, dass das nicht weniger wird...
muss wieder fleissiger mein eisen schlucken, sonst bekomm ich angst, dass ich nicht alles versucht habe. versuche meine aktuelle frisur mal in den anhang zu packen - vielleicht hab ich dieses mal mit der dateigröße glück...
ich nutze die sonnenbrille, um vom lichten scheitel abzulenken - wie doof, dass ich die bei regen nicht aufsetzen kann...

File Attachments

1) IMG_7655.JPG, downloaded 549 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 20 May 2015 19:54:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hui schick! Lenkt super ab, sieht aus als wäre da nichts! (also keine lichte Stelle...das ist ein wenig doof, mit der Formulierung...)

Okay, na das ist doch schon mal, wenn du keine NWs hat; gut Prog braucht ja auch seine 3 Monate, um im Körper angereichert zu werden, habe ich zumindest schon oft gelesen, von daher; du nimmst das noch nicht soo lange oder?
Hatte heute auch wieder 280 Waschen Nervt einfach nur. Und dabei sind sie grade soo glänzend und fluffig.. und dann sowas.
Wie ist denn dein Ferritin gerade?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 20 May 2015 20:44:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Haihappen: Man sieht NULL!!! Ich finde Deine Haare sehen auch recht dick aus, mit Struktur! Ich sehe es natürlich immer von meinem Zustand betrachtet aus an. Und ich wäre sehr sehr glücklich, Deine dicken Haare zu haben.

@ Pfannkuchen: Ja klar habe ich meine Periode. Weil, es sind ja bioidentische Hormone. Im normalen Zyklus geht die Östrogen/Progesteron Produktion ja auch weiter und hört nicht auf. Das ist auch logisch für mich. Was ich jedoch hingegen nicht kapiere, warum bei den Cremes nach Dr. Lee oder Utrogest z. B. der Zyklus beachtet werden muss und bei mir nicht?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 20 May 2015 20:54:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das versteh ich auch nicht???!!!
Haihappen, klär uns mal auf, du nimmst das Zeug ja...
Ich habe nur als gelesen, dass man das Prog absetzen muss, damit man eben seine Periode bekommt... macht ja auch Sinn, weil zur Periode ja alle Hormone abfallen... hmmmm...
Da muss ich entweder morgen mal in der Sprechstunde fragen (kommt drauf an, wie aufgeschlossen die so sind) ODER googlen... Besser eigentlich:

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 20 May 2015 21:05:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke - ja, ich habe dicke Haare (aber es fallen zu 98% auch nur die ganz langen und das so irre viel, früher musste mein Frisör immer ausdünnen wie doof - heute ist daran nicht mehr zu denken). Aber bei einem Foto von oben schaut das leider nicht mehr so super aus Ich schau derzeit einfach nicht mehr von oben auf meinen Kopf. Die Bilder kann ich leider nicht hochladen, da ich nicht weiß, wie man die komprimiert. Aber ich habe am Hinterkopf sehr kahle Stellen (da kämm ich den Hochsteckpuschel drüber) und direkt oben drauf leider auch. Aber bei günstigen Aufnahmen sieht man dann nix.
Leider kann ich Euch mit dem Progesteron nicht weiterhelfen - mein Arzt erklärt nix. Er hat mir nen Zettel geschrieben wie ich die Sachen einnehmen soll. Da halt ich mich nun einfach dran.
Und nein, ich nehm es ja noch nicht so lange. Weiß nicht, wie hoch mein Ferritin ist. War vor zwei Monaten bei über 300 - danach hab ich geschludert und kaum noch eingenommen...sollte mal wieder....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 20 May 2015 21:24:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

außerdem sollte ich mal ne darmsanierung machen - sonst nehm ich den ganzen kram ja gar nicht mehr auf. calciummangel hab ich bestimmt immer noch. muss nächsten monat mal wieder die blutwerte machen lassen...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 20 May 2015 21:31:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So, ich habe grade noch ne ganz gute Seite gefunden dazu:
http://www.sd-autoimmun.de/forum/printthread.php?t=1033096

@Haihappen:
Wow über 300 klingt aber nun erstmal gut; dein CRP ist nicht erhöht?
Wie machst du denn die Darmsanierung?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 20 May 2015 21:45:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Haihappen: Hochsteckpuschel kenne ich. Mache ich auch immer Sieht wirklich gut aus bei Dir!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 21 May 2015 13:41:16 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Soo, war bei der Hormonsprechstunde... ich habe nun alle Spezialisten in Rostock durch und habe jegliches Vertrauen in die Ärzte verloren...
Kurze Zusammenfassung von dem Arzt heute:
- Prolaktin erhöht, nochmal BE; MRT-Berichte soll ich in 2 Monaten mitbringen (da steht nichts vonner Hirnanhangsdrüse, da bin ich mir sicher, MRT Bilder will er aber nicht...)
- Pille macht keinen Haarausfall; Andrrgene machen dies, sind bei mir gut, also kann ich gar keinen haben
- Östrogen ist schön hoch bei mir, Progesteron naja, aber das ist eh nicht aussagekräftig, dazu müsste man das jeden Tag messen, macht er nicht, also schließt er aus
- Temperaturkurve von einem Monat nicht aussagekräftig, aber diesen Monat hatte ich wohl keinen ES, und ne Gelbkörperhormonschwäche könnte das schon sein (??!!), muss aber noch nicht behandelt werden.....
- Man könnte ProgestIN probieren, bloß kein Progesteron, oder eben wieder Pille, dann hab ich alle die Probleme nimmer...

So, und? Was meint ihr? Toll oder?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Thu, 21 May 2015 14:43:15 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

da du die Pille noch nicht lange abgesetzt hast, würde ich dem Körper noch ein halbes Jahr Zeit geben um sich selbst zu heilen. Hatte auch gelesen, dass es in vielen Fällen nach Absetzen der Pille zu einer Gelbkörperschwäche kommen kann. Meist reguliert sich wohl der Körper nach 1 Jahr. Hier was interessantes zu lesen:

https://www.mynfp.de/gelbkoerperschwaeche

Gut, dass ich das gelesen hab, das wusste ich gar nicht.

Ich würde von den ganzen Hormonen erstmal die Finger lassen. In einem halben Jahr, kannst du nochmal deine Werte checken lassen und ggf. wieder mit einer Hormontherapie anfangen, falls nötig. Vielleicht hat sich das mit dem Haarausfall auch erledigt und dein Progesteronwert ist in der Norm. Ach ja, die Temperatur würde ich weiterhin messen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 21 May 2015 15:14:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Na das sind ja wirklich sensationelle Neuigkeiten! Vor allem wenn man körperliche Beschwerden

hat und so wunderbar auf einen eingegangen wird. Eine Schande! Echt!

Habe Dir eine PN geschrieben.

Drücker!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 21 May 2015 15:35:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Ashura: Ich weiß, dass man nach der Pille bis zu einem Jahr hormonelle Probleme hat; aber ich komm ja im Moment kaum über den Tag; was bin ich froh, dass ich im letzten Semester studiere und "nur" Hausarbeiten schreiben muss.
Nur ich weiß ehrlich nicht, ob ich das noch so lange mit mache und so lange warten will; das geht ja mittlerweile schon bald 2 Jahre so. (also die üblichen Beschwerden, nicht die vielen neuen)
Ich sehe eben nur nicht ein, mir von eine Arzt sagen zu lassen: "Japp, recht wahrscheinlich ne Gelbkörperhormonschwäche, aber da muss man nix machen und auch nie wieder nachschauen, wenn der Zyklus nun länger wird, ist das halt so."
Trotzdem danke für den Link

@Blueeyes: Ja, danke

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Thu, 21 May 2015 15:44:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

das tut mir Leid, dass du auch an jemanden geraten bist, der nicht richtig auf dich eingeht!
War heute beim Frauenarzt wegen dem Hormonstatus und er meinte, dass mir das gar nichts nützen würde und er sowas nicht macht!
Wollte mir wieder die Pille verschreiben und meinte dass ich sonst die Probleme nicht in den Griff bekomme!
Es gäbe keine Alternativen und er sehe keinen Grund warum ich es nicht machen sollte!
Wenn ich die Pille nicht nehmen wolle, dürfe mein Leidensdruck ja nicht so groß sein!

Danke fürs Gespräch, da geh ich nie mehr hin!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Thu, 21 May 2015 15:56:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh je, das hört sich ja übel an. Echt böld dass man die Pille nicht ausschleichen kann.

Wahrscheinlich würden solche Probleme dann gar nicht auftreten.

Vielleicht ist dann doch eine Therapie mit naturidentischen Hormonen sinnvoll.
Kenne mich da leider nicht aus. Ich hoffe jedenfalls, dass du das richtige Mittel findest.
Beunruhigend, dass in den 2 Jahren kein Arzt helfen konnte.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 21 May 2015 18:12:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@apfelbonbon:
Ach man, deines tut mir aber auch echt leid, das ist doch echt schlimm!
Ich frag mich echt, wie viel Geld da so dahinter steckt und auch, was den Ärzten da so erzählt wird, ich meine, anscheinend ist die Pille ja DAS Wundermittel; nur schwanger werden damit geht wohl (noch!) nicht, ob sie nicht doch mal meine Wohnung aufräumen kann? -.-
Und was machst du nun?

@Ashura:
Ja, es ist schlimm, und ich war bei mittlerweilen 13!!! ÄrztInnen, boa, wenn ich das mal so zusammenzähle, ist das ja wahnsinnig!
Und nicht mal alle von denen, die ich selbst bezahlt habe, nahmen mich ernst!
Beunruhigend ist das wohl....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Thu, 21 May 2015 19:16:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach, es ist einfach Mist, dass man nirgendwo ein Haarzentrum hat, was auch wirklich Kompetenz vereint. Ich würd dafür durch ganz Deutschland fahren.
Wirklich irre, wie alle immer wieder zur Pille raten...ich werde nächsten Di. mal meinen Arzt anrufen und berichten wie es läuft - da frag ich ihn mal welche Pille er denn normalerweise rät.
Bin generell gespannt, ob er noch ne Idee auf Lager hat. Schließlich geht mein Haarausfall bisher noch nicht signifikant nach unten
Vermutlich hat er keine - ist ja nicht sein Kopf...
Meinem Frauenarzt hab ich von dem Forum erzählt und meinen Erfahrungen: Pille absetzen von über 400/Haarwäsche runter auf ca 120/Haarwäsche...da hat er nur müde gelächelt und gemeint, dass der HA mit der Pille nun wirklich nix zu tun haben kann. Da meine Hormonwerte aber so gigantisch toll sind, nutzt mir die Pille aber auch nix, daher akzeptiert er, dass ich keine mehr nehmen mag. Ah-ha...nach so einem Gespräch ist man echt bedient.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 21 May 2015 20:08:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Klar, die Pille hat zwar einen Einfluss auf die Gehirnstruktur (wurde ja erforscht) , auf schnöde Hautanhangsgebilde aber natürlich nicht.

Ich bin heute soooo wütend über diese verdammte Borniertheit mancher Doktoren! Ich könnte kot....!

Ich frage mich echt, was die einnehmen wenn die Probleme haben. Das Gleiche, was sie ihren Patienten empfehlen? Ich glaube nicht!

Ich glaube nicht, das irgendein Arzt z.B. solche Mittel wie Androcur einnimmt. Oder ein Leben lang die Diane wegen der Haare.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 21 May 2015 21:18:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Jaja, dieses müde Lächeln kenn ich auch von meinem Gyn, als ich ihm sagte, dass ich Hirtentäschelkraut-Tee trinke und das so gut hilft... pfff, wenn er wenigstens ne bessere Idee wegen meiner starken Blutung hätte..... manchmal kann ich ja nicht mal aus dem haus wegen diesem Kram und dann "nimm die Pille" Tja, leider hat keine dieser 7 Pillen, die ich jemals probiert habe, auch nur irgendwie meine Tage abgeschwächt...

Die werden auch einfach zu selten krank; und wenn sie dann was schlimmes wie Krebs bekommen überleben die das... und wir würden dran verr*****...
(diese als "Doktoren" zu bezeichnen, finde ich auch .. naja.., wenn man sich manche Promotionsarbeiten so anschaut für mich ist das ja keine "Wissenschaft")

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 23 May 2015 13:02:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 95, ZT???: Haarausfall geht im Moment so, sind immer mal schlimmere Tage dabei, die letzten drei waren es 70-80 Haare...(Wochendurchschnitt wird aber auch wieder über 100....)
nur bin ich nun mit meinen Zyklus überfordert; habe in einem anderen Forum die Info bekommen, dass meine Temperaturkurve so sehr geradelinig ist, dass ich wohl keinen ES hatte und somit auch eigentlich keine Periode habe, sondern Zwischenblutungen; ich weiß nicht mehr weiter... mir vergeht auch so langsam die Lust!
Werde dennoch mit Progesteron anfangen, der Wert ist ja doch recht tief, die LT werden auch weiterhin genommen evtl . erhöht und dann noch das Eisen in den nächsten 2 Wochen, hoffentlich gehts mir dann mal wieder besser, das ist gerade nicht so das beste Leben mit 26....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sat, 23 May 2015 13:23:35 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Aber ob man seine Periode bekommt oder nicht, ist nicht abhängig vom ES. Man hat auch ohne ES seine Periode. Und wenn das was Du als Blutung beschreibst, also stark und lang, nur Zwischenblutungen sein sollen, dann möchte ich aber nicht wissen, was abgeht, wenn Du deine richtige Periode bekommst.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 23 May 2015 13:35:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

blueeyesdeluxe schrieb am Sat, 23 May 2015 15:23 Und wenn das was Du als Blutung beschreibst, also stark und lang, nur Zwischenblutungen sein sollen, dann möchte ich aber nicht wissen, was abgeht, wenn Du deine richtige Periode bekommst.

Das frage ich mich auch
Kann ich mir n Eimer anbinden
Ich werds einfach weiter beobachten, was soll ich auch sonst groß machen, rein schauen geht ja leider nicht...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sat, 23 May 2015 13:47:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Na, besorge Dir auf jeden Fall schonmal eine Boje, an der Du dich festklammern kannst, damit Du nicht im Roten Meer versinkst. Davon gibt`s doch in Rostock genug.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 23 May 2015 14:16:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

blueeyesdeluxe schrieb am Sat, 23 May 2015 15:47Na, besorge Dir auf jeden Fall schonmal eine Boje, an der Du dich festklammern kannst, damit Du nicht im Roten Meer versinkst. Davon gibt`s doch in Rostock genug.

Hach, sogar das Bluten macht mir dir mehr Spaß

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sat, 23 May 2015 14:20:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Am Besten Du gehst zur Rostocker Wasserwacht und sagst: " Guten Tag, mein Name ist Pfannkuchen und ich hätte gerne eine Boje. Ich bekomme nämlich bald meine richtige Periode!" Was meinste wie die gucken!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 23 May 2015 14:23:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh man ^^
Die würden mich dann gleich mit zum andern Ufer nach Gehlsdorf mitnehmen (da ist die Psychiatrie)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sat, 23 May 2015 15:36:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Da gehören wir auch bald hin, wenn uns die Ärzte so mobben! Diagnose F59 : Nicht näher bezeichnete Verhaltensauffälligkeiten bei körperlichen Störungen und Faktoren.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 23 May 2015 15:49:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

blueeyesdeluxe schrieb am Sat, 23 May 2015 17:36Da gehören wir auch bald hin, wenn uns die Ärzte so mobben! Diagnose F59 : Nicht näher bezeichnete Verhaltensauffälligkeiten bei körperlichen Störungen und Faktoren.

Das ist aber eine so schöne Umschreibung ^^
Wenn ich mal ne Autobiographie schreibe, wird das mein Untertitel

Wobei ich seh uns schon, in ner hübschen Zwangsjacke im rosa gepolsterten Raum... wozu braucht man dann noch ne Altersvorsorge?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 24 May 2015 13:58:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 96; ZT 5 (vielleicht..?): So, heute wieder 110 Haare, es schwankt wirklich dermaßen gerade... Wochendurchschnitt liegt bei 111, als 4 weniger als letzte Woche.. naja
Meine Vielleicht-Periode ist nun rum, juchee!! Waren ja auch nur wieder 7 Tage -.-
LT habe ich weiter erhöht auf 150 (morgens 100, mittags 25, abends 25) und was soll ich sagen:

Es ging mir gestern abend echt mal gut; zumindest so gut, wie schon lange nicht mehr! Das wäre ja mal was!
Dienstag fange ich dann mit dem Prog an, da freue ich mich schon drauf!!

Schöne Pfingsten euch allen!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 26 May 2015 09:37:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 99; ZT 7:
Soo habe gestern abend mal mit Progesteron angefangen... und sooooo gut geschlafen, obs daran lag, kA, aber es war toll; bin auch so viel wacher heute..
Haartechnisch war der Lavenöl-Tag echt ne Katastrophe (bald 320 Haare und gaaaanz viele lange), dafür wars heute okay: 60; aber auch wieder fast nur lange!!?? Die vielen Babyhaare fehlen allerdings schon seit einger Zeit, wär ja mal was, wenn die endlich mal drinne blieben..
Meine Periode oder Zwischenblutung oder was auch immer ist nun endlich rum und heute bekomme ich nun endlich meine Eiseninfusion!! *freu*

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 26 May 2015 13:51:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh man.. das war was bei dem Naturheilfuzzi, nicht nur, dass er mir die ganze Zeit dies und jedes andrehen wollte, nein, ich solle doch bitte noch den Eisenwert usw usf machen lassen; er konnte auch gar nicht gut stechen, d.h. ich habe nun 3 Stichstellen und eine davon ist schön dick, weil ein wenig Eisen daneben gelaufen ist.. toll.. jetzt hab ich also die Wahl zwischen Hamburg (wo ich ja dann insgeammt 4 Stunden für hin und zurück brauche und somit eine Infusion fast 160 Euro kostet; oder aber hier, der mich kaputt sticht...)
Warum kann es denn hier einfach keinen guten Arzt geben

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Tue, 26 May 2015 14:08:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Pfannkuchen

Hattest du eigentlich pures Lavendelöl verwendet oder in einer Öl Mischung?
320 Haare ist schon viel. Schätze du hast sehr viele Telogenhaare auf dem Kopf, hattest du mal ein Trichoscan machen lassen? Mir fällt nur auf, dass einige bei Öl so gut wie keine Probleme haben und andere stärkeren Haarausfall haben.
Vielleicht hat es etwas mit der Telogen-/Anagenrate zu tun.

Mit den Eiseninfusionen würde ich vorsichtig sein, sonst kann es zu einer Entzündung

kommen. Kannst du damit nicht zu deinem Hausarzt gehen bevor dich der Heilpraktiker wie einen Junkie aussehen läßt?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 26 May 2015 14:19:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hatte das Lavendeöl in meiner Kopfhaut Kur (Joghurt, Honig, Öl), bisher hatte ich immer Oliven- oder Nachtkerzenöl genommen, da hatte ich dann aber keinen Mehr-Haarausfall.

Ich hatte bisher noch nie Probleme mit dem Eisen (hatte schon 11 Infusionen), nur der Depp... menno... Ach pff Hausarzt, solange mein Ferritin über 20 liegt, ist der zufrieden; das ist alles Mist... hoffe darauf, dass es mal ein Eisenzentrum hier oben geben wird..
Junkie triffts ganz gut

Hab mal n Foto von meinem Arm rangehangen..

File Attachments
1) IMG_20150526_161515 Kopie.jpg, downloaded 584 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Tue, 26 May 2015 15:10:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Merkst du denn durch die Infusionen einen Unterschied was Haarwachstum und allg. Befinden betrifft?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 26 May 2015 15:13:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja!! Total!!
ABER: ich weiß nicht, ob es allein das Eisen ist, was ja aber auch egal ist, weil das Eisen ja anscheinend alles in meinem Körper zum guten führt.
Das Eisen hat meinen extremen Haarausfall vom letzten Jahr von den 300-400 am Tag auf die 70-100 am Tag reduziert; hatte sogar einen Monat mit nur 40 im Wochendurchschnitt. Nur kommen die ganzen Symptome bald wieder, obwohl der Ferritin noch über den magischen 100 ist. Deswegen denke ich, dass da irgendwas anderes in meinem Körper passiert.. Hormone oder so.. keine Ahnung
Allerdings ist meine Müdigkeit und die ganzen anderen Eisenmangelsymptome so viel besser; gerade wird es wieder schlechter, deswegen die Infusionen.
Haarwachstum ist auch besser! (waren bald 2cm im Monat!)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Tue, 26 May 2015 22:44:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hallo pfannkuch

ist jetzt zwar ne blöde frage, aber warum findest du es schlimmer, wenn lange haare ausfallen? bei mir ist es immer andersrum, finde es schlimmer, wenn die kürzeren ausfallen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 27 May 2015 09:32:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

nina199 schrieb am Wed, 27 May 2015 00:44hallo pfannkuch

ist jetzt zwar ne blöde frage, aber warum findest du es schlimmer, wenn lange haare ausfallen? bei mir ist es immer andersrum, finde es schlimmer, wenn die kürzeren ausfallen

Weil ich ganz einfach nicht mehr viele lange habe und ich die ganz gerne behalten würde... klar find ichs an sich auch schlimmer, wenn die kurzen fallen, aber die langen tun halt irgendwie mehr weh...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Wed, 27 May 2015 14:48:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich merke auch, dass ich bei der Haarwäsche 1-3 kurze Haare verliere...daran merke ich, dass das definitiv nicht normal ist. Früher habe ich nie kurze Haare verloren. Das deutet darauf hin, dass die Wachstumsphase kürzer ist...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 27 May 2015 14:51:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja genau! Als ich im November letzen Jahres nur 20-40 Haare am Tag verlor, waren vielleicht 2-3 kurze dabei, der Rest waren lange (also mein normaler Ausfall, mit 20-30 Stück am Tag ja absolut vertretbar!)
Aber nun, wo es doch mal mehr lange, aber natürlich immer noch viiiel mehr kurze sind, stört es mich doch, da ich weiß: da stimmt was nicht.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Wed, 27 May 2015 20:21:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

1-3 kurze sind echt ein traum.. bei mir sind es wesentlich mehr die ausfallen wenn wir von kurz sprechen, wie kurz sind die bei euch ungefähr die ausfallen? ich merke auch richtig das die kurzen haare noch so fein sind, habe an und für sich eher krauses, welliges haar

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Wed, 27 May 2015 20:51:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Meist um die 3-5cm. Letztens hab ich aber auch eins gesehen, dass gerade mal 1cm lang war...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 28 May 2015 08:15:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 100; ZT 9: Nach dem Duschen mal nur 130! Waren schon ewig keine Waschtage mehr unter 200.
Diesen Zyklus geht es mir das erste mal nicht total schlecht; ansonsten gibts nix neues..

@nina und Ashura:

Bei mir sind mittlerweilen fast alle Längen dabei, da der HA nun ja bald 2 Jahre geht... die meisten sind allerdings zwischen 3 und 12 cm.
Was mir auffällt: Seit einer Woche ca. fallen mir diese ganz ganz kleinen (also unter 2cm) Haare nicht mehr aus und die kurzen sind auch viel kräftiger als sonst... bin mal gespannt, ob das nur wieder so eine Phase ist...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Thu, 28 May 2015 09:32:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo zusammen!
Ich hoffe es geht euch allen gut!
130 nach dem Waschen hören sich doch schon mal gut an! Ich hoffe es wird weiterhin kontinuierlich besser, ich drück fest die Daumen!
Ich hab letzte Woche meine Hormone testen lassen und hab jetzt die Werte, vllt könnt ihr ja auch nochmal einen Blick drüber werfen!

Östradiol (Salvia) 2,8 pg/ml Referenzwert 1,1-7,8 pg/ml
Testosteron (Salvia) 14,9 pg/ml Referenzwert 5,0-49,0 pg/ml
Progesteron (Salvia) 105 pg/ml Referenzwert 127-446 pg/ml
DHEA (Salvia) 273 pg/ml Referenzwert 78-784
Ferritin 32,2 ng/ml Referenzwert 12,0 - 306,8
B12 750 pg/ml Referenzwert 180-914

Also meine Heilpraktikerin hat mir jetzt nochmal pflanzliches Eisen verschrieben und hält Rücksprache mit einer anderen Hormonspezialistin für bioidentische Hormone um über eine Progesteroncreme zu sprechen, weil sie diesen Wert bedenklich (sprich zu niedrig, angestrebt wären 300 pg/ml) findet! Hierzu bekomme ich dann in den nächsten Tagen Rückmeldung! Zu wenig Progesteron würde auch zu meinen sonstigen Symptomen wie unregelmäßiger Zyklus, Schmierblutung, angeschwollene Augen nach dem Aufstehen und in der Nacht schwitzen passen!
Fällt euch noch etwas auf?
Sie fand meine sonstigen Werte sonst sehr gut und unbedenklich!

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 28 May 2015 10:24:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen apfelbonbon!

Ja dankeschön

Uiui, dein Ferritin sieht nicht wirklich gut aus; nimmst du denn schon was ein oder ist der Wert

ohne alles?
Nimmst du B12? Der sieht ja supi aus!
In der Tat sieht der Progesteronwert nicht so prall aus; du hast ja sicherlich auf den Zyklustag beim Abnehmen geachtet, ne?
Hach hast du ein Glück, dass deine Heilpraktikerin wohl so auf Zack ist! Find ich echt super!
Ansonstenfällt mir nichts auf, aber mit dem Rest kenne ich mich auch wirklich nicht gut aus; und wenn der Progmangel für deine Symptome passt, probier das ruhig

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Thu, 28 May 2015 10:52:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Vielen Dank für die Einschätzung!
Nein, Eisen hab ich seit einem Jahr nicht mehr genommen - das geh ich jetzt auf jeden Fall an!
B12 hab ich im November letzten Jahres eine Infusionsreihe gehabt und das nehm ich scheinbar super auf!
Auf den Zyklustag hab ich geachtet ja!
Okay, dann warte ich mal ab was ich gesagt bekomme!
Sie meinte ich soll nicht einfach auf gut Glück Progesteron substituieren weil man eben immer in sein natürliches gleichgewicht eingereift und das sollte man nicht unterschätzen - manchmal kann das mehr schaden als helfen!
Jetzt warte ich mal bis sie mit ihrer Kollegin gesprochen hat - die hält scheinbar Vorträge über bioidentische Hormone und ist ständig am forschen!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 28 May 2015 11:02:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Gerne doch

Na denn auf auf Eisen schlucken; oder bekommst du da auch Infsuionen.
Wow, B12 Infusionen sind toll!! Hatte ich einmal im Krankenhaus, herrlich... da war ich so hell wach und so fit wie noch nie!

Ich hatte mal im Hashimotot Forum (nicht das ht-mb Forum; das andere) angefragt, wegen meinem Hormonschaos (kann den Link auch gerne mal einstellen), da meinten die, dass es Progesteron nie zu früh ist (ich hatte ja Bedenken, ob ich meinem Körper noch Zeit geben will oder nicht; mittlerweile denke ich: er hatte genug Zeit); keine Ahnung..., ich hab bisher eigentlich (bis auf ein paar Ausnahmen, die das nicht vertragen haben) nur gutes gelesen und bin auch sehr froh darüber, dass ich es nun schmiere. Und gerade wir Frauen haben ja nach dem Pille absetzen natürlich einen Progesteronmangel...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Thu, 28 May 2015 11:52:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Okay! Danke dür die Info!
Dann bin ich noch gespannt was sie sagt und werde danach damit beginnen! Vllt hilft es den Haaren ja wirklich!
Und in Kombination mit Eisen gibts vllt endlich eine Besserung! Einen Wert von 70 hätte ich schon gern!
Oh man ich sehne den Tag schon so sehr herbei am dem der haaraufall endlich aufhört!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Thu, 28 May 2015 20:44:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Pfannkuchen

jaa hab auch alle längen irgendwie dabei, aber bilde mir ein das es viel mehr kurze als lange sind.. im november hattest du 20 haare am tag? was ist denn danach passiert aufeinmal das du so massiven haarausfall bekommen hast?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 29 May 2015 12:05:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 101; ZT 10:
Heute nur 50... langsam mach ich mir ja wieder Hoffnung, die doch dann wieder enttäuscht wird, mal sehen...
Hab dann auch nun endlich die Cremegrundlage für das Utrogest (will es ja weder oral noch vaginal benutzen; also mische ich es in die Dr. Lee Salbe ohne Progesteron, da ich damit billigere fahre, weil das Utrogest ja verschrieben wird.. finde den Logikfehler...)
Ich merke an sich gar nichts vom Progesteron, was ich einfach mal als ein gutes Zeichen ansehe! Manche hier hatten damit ja auch so ihre Probleme.
Wurde gestern bei der Eiseninfusion wieder richtig schön zerstochen, das sah noch 10mal schlimmer aus als Montag; hab auch nen ordentlichen Rostfleck! Versteh das auch gar nicht.. hab den Arm die ganze Zeit beobachtet, es brannte zwar leicht, wurde aber nicht dick; erst als so richtig brannte, hab ich die Infusion gestoppt und danach ist erst der Arm angeschwollen?! Der dritte Versuch war dann aber erfolgreich!
Meine Vit D Kur ist nun auch vorbei; ich merke mal wieder an sich keinen Unterschied; werde nun aber brav weiterhin viel viel schlucken und hoffen, dass der Wert nicht wieder so runtersackt; würde ja auch gerne ein kurzes Sonnenbad nehmen, aber ohne Sonne geht das so schlecht...
Werd am Sonntag mal neue Fotos reinstellen...

@apfelbonbon:
Ich drück dir die Daumen, dass du das bekommst und es dir hilft!!
Ja, den Tag wünsch ich mir auch... ich hab das ja nur mittlerweile schon 2 mal gehabt, dass der

Haarausfall mal "weg" war und dann aber nach 2 Monaten wieder kam Frag mich, ob diese Angst nach ein paar Monaten, wenn der Haarausfall dann aufgehört hat, auch mal weggeht....

@nina:
Heute habe ich z.B. fast nur so 12-15cm lange Haare verloren (welche ja die sind, die in meiner Haarausfallzeit also wahrscheinlich der Mangelzeit gewachsen sind..) Ganz kurze sind nur noch sehr wenig... würd echt gerne mal in die Kopfhaut schauen können..
Im Juni hatte ich mein Eisen mit den Infusionen gut hochgetrieben, im September auch noch mal (weil es zwischendurch wieder so gefallen war) und da hatte ich dann jedesmal 2 Monate später so wenig Haarausfall; am Eisen an sich wird es aber nicht gelegen haben, weil mein Wert ja immer noch "okay" ist; das Eisen wird aber wohl irgendwelche Hormone reguliert haben; ich weiß es nicht, das ist ja auch das blöde Wenn ich das wüsste, hätte ich ja keinen Ausfall mehr
ABER: Das Eisen hat meinen schlimmen Haarausfall auf jeden Fall beseitigt: Hatte vorher immer 200-400 Haare am Tag, durch das Eisen nur noch durchschnittlich 100 am Tag.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Fri, 29 May 2015 19:35:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

du hattest ja mal geschrieben, dass deine mutter und oma volles haar haben. es kann bei dir also kein genetischer haarausfall sein, deswegen denke ich, wenn du mit den nachwirkungen der pille durch bist es bei dir besser sein wird bei mir ist es genetisch, hormonell und mangelerscheinugen habe ich auch irgendwie.. nehme ganz viel biotin, eisen und was das herz sonst noch so begehrt.. und habe trotzdem total brüchige nägel..ich verstehe das irgendwieee nicht.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 30 May 2015 12:59:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich muss halt abwarten... wobei nun nach 3 Monaten ohne Pille fällt mir doch auf, dass 1.) irgendwie nichts groß nachwächst; 2.) die vielen kleinen Babyhaare fehlen 3.) fast nur mittellange Haare ausfallen (also die aus der Mangelzeit) und 4.) fast gar keine langen mehr (heute 6)... das heißt für mich, dass es sehr sehr sicher hormonell ist... blöde Pille...

Hmpf, meine Fingernägel waren vor dem Eisen auch schlimm.. mittlerweile sind sie recht fest; wobei mir auffällt, dass sie so um die ES Zeit auch wieder brüchiger werden.. ist wohl auch was hormonelles..
Biotin hatte ich auch über 6 Monate genommen.. hat mir null gebracht..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by nina199 on Sat, 30 May 2015 21:40:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Habe auch eher kurze Haare die ausfallen.. ich weiß echt nicht mehr weiter... Werde jetzt versuchen bisschen mehr auf meine Ernährung zu achten und abzunehmen... vielleicht wird es dadurch etwas besser

Habe auf youtube dieses Video gesehen..

https://www.youtube.com/watch?v=O0qkUEjewBM

Hast du schonmal was von Estroblock gehört? Hört sich vielversprechend an im VIdeo

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 01 Jun 2015 16:19:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 104; ZT 13:
Ich bin soo doof! Wollte meinen Haaren gestern was gutes tun und hab Majo reingewurschtelt... und vergessen auszuspülen!! (naja, d.h. ich ja mit Seife nur den Ansatz und den Rest mit Condi.. tja.. den Condi wollte ich mir einmal sparen und nun hab ich den Salat)
Da die Haare dann lange nass waren, sind mir auch wieder schön viele gefallen.. naja.. nachher wasch ichs mir raus..
Nehme ja nun 7 Tage Progesteron 100mg ... am Anfang konnte ich gut schlafen.. mittlerweile nicht mehr, kann aber auch am Eisen liegen, da geht ja grade recht viel vor in meinem Körper; heute stocke ich dann auf 150mg Progesteron auf.
Habe auch, ziemlich sicher, einen Eisprung, was mich sehr freuen würde, da dieser bisher eigentlich immer viel später kam! Vllt. hilft das Progesteron ja doch
Meine Brust tut allerdings immer noch weg; die Hormonsprechstunde hat noch nicht angerufen, was ja eigentlich heißt, dass die Werte okay waren; aber wissen ja was "okay" meistens bedeutet.. ich ruf da mal nach dem Urlaub an..
Bis dahin, bin nun erstmal ne Woche weg *wink*

@nina:
Hm, ne kenn das nicht; habs mir aber auch noch gar nicht angeschaut (hab grad kein Ton am PC), aber ich schaus mir demnächst hoffentlich noch an
Ich wünsch dir dann mal viel Erfolg beim Abnehmen!!.. will bei mir ja einfach nicht funktionieren, wo mein Wille doch soo stark ist und ich Sport mache etc.. kein Gramm geht runter

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 01 Jun 2015 16:47:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Du hast Dir Mayonaise auf den Kopf geschmiert? Wieso das denn???

Schön das das Prog. bisher geholfen hat, vielleicht kannst Du es Dir ja direkt auf die Brust cremen? Vielleicht bringt das ja was gegen die Schmerzen?

Ich wünsche Dir eine wundervolle Urlaubswoche mit viel Sonnenschein für`s Haupt und für die Seele!

Liebe Grüße

Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 01 Jun 2015 16:57:46 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Nein.. nicht auf den Kopf, nur auf die Haare
Außerdem: Majo ist gut für die Haare!! Da ist viel Eiweiß drinne... Das macht die Haare seeeidig.. wenn mans ausspült.. ansonsten triefen sie ein wenig

Ich creme es mitunter direkt auf die Brust; hilft auch, bilde ich mir zumindest ein, aber wenn ich es dann einen Tag nicht dahin creme, fängts wieder an zu schmerzen... man soll ja abwechseln...

Daaanke schööön!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 07 Jun 2015 13:24:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 110; ZT 19:
Soo, ich meld mich auch mal wieder zurück...
Haartechnisch war die Woche zum Kotzen... Durchschnitt 130.. d.h. nur zwei Tage knapp unter 100... ich frag mich ehrlich woran das nun schon wieder liegt -.-
Progesteron vertrage ich soweit wirklich gut, meine Zyklusbeschwerden sind seehr viel besser, meine Brust tut nicht mehr dolle weh, das war sogar ein paar Tage ganz weg, sie ist auch nicht mehr so fest und knotig.
Meine Stimmung ist relativ mies, ich muss auch ehrlich sagen, dass ich die Hoffnung langsam aber sicher doch aufgegeben habe, dass meine Haare mein lebenlang irgendwann mal gut aussehen werden... ich zieh das Progesteron jetzt durch und prüfe auch das Blut regelmäßig nach, aber die Haare.. ich glaub einfach nicht mehr dran.
Ich wünsch Euch was!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by apfelbonbon on Sun, 07 Jun 2015 17:18:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,
schön, dass das Progesteron so gut wirkt! Dann hast du da schon mal weniger sorgen mit!
Und mit den Haaren - gib die Hoffnung nicht auf!
Schau mal du hast erst vor ein paar Monaten die Pille abgesetzt, da ist Haarausfall ja ein mehr oder weniger "normales" Symptom! Ich denke du musst ihm einfach mehr Zeit geben, auch wenn es sehr sehr schwer fällt - ich weiß wovon ich spreche!
Und 130 Haare sind zwar zu viel, aber noch keine Katastrophe, ich denk mir immer "es könnte noch viel schlimmer sein"!
Mein Absetz-Haarausfall geht jetzt auch schon knapp 2 Monate, aber ich glaub noch immer dran, dass sich der Körper wieder regeneriert und der Haarausfall dann auch ganz verschwindet!!

Einen sonnigen Sonntag wünsch ich euch!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 07 Jun 2015 18:12:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo liebes Pfannküchlein,

DAS WIRD WIEDER!!!!! Du wirst sehen. Ich finde die Hoffnung sollte man nie aufgeben. Vielleicht tut manchmal ein Abstand zu der ganzen Haargeschichte ganz gut, damit man sich nicht noch mehr bewusst stresst. Aber nicht die Hoffnung aufgeben.

Drücker!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Ashura on Sun, 07 Jun 2015 19:17:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hab auch so meine Tage, wo ich denke, dass die mir nie wieder nachwachsen. Hatte sogar ein paar Monate gar nichts gemacht, da hat sich mein Zustand eher verschlechtert.

Versuch einfach dein Programm durchzuziehen ohne groß darüber nachzudenken. Ich glaube an deiner Stelle würde ich nicht so oft Haare zählen, das zieht dich nur runter.

Gib die Hoffnung nicht auf! Es gibt viele Frauen die Jahre später wieder volles Haar hatten. Es ist zu früh um das Handtuch zu werfen!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Sun, 07 Jun 2015 22:39:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

...oh man das Gefühl kenne ich, wo mir bewusst wird... deine Haare werden nie wieder besser werden lass dich nicht gleich demotivieren. Hab gelesen das manche Frauen nach dem absetzen ein Jahr lang ihre Periode nicht bekommen und das sei sogar ganz normal also da kannst du mal sehen was für ein Chaos im Körper ist, dass muss erst alles wieder geregelt werden Vielleicht braucht dein Körper eben etwas länger.. und steigere dich nicht zu sehr rein.. du tust ja schon viel um deinen Haarausfall zu verbessern.. und manchmal kann man eben leider nichts dafür.. und keiner kann leider zaubern (leider)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 08 Jun 2015 10:55:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@all: Danke für Eure Zusprüche!
Es ist doch aber einfach zum Blöd werden, immer diese 3 Monats-Dauer und dann mal sehen und wenns dann mal eine Woche doch besser ist, macht man sich dummerweise Hoffnungen... Und jedesmal frag ich mich dann: Liegt es nun am Pille absetzen, liegts am Progesteron, vllt. an der LT Erhöhung; und dann eben die damit verbunden vielen vielen Fragen: Warum war ich so dumm, die Pille nicht früher abzusetzen, sollte ich das LT wieder reduzieren.. u.a. ?! Und kein mensch kann einem das beantworten..
Es könnte gerade so viel sein und ich bins einfach leid zu suchen und mir mein ganzes Leben damit versauen zu lassen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Mon, 08 Jun 2015 19:30:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich kann dich sehr gut verstehen bin es auch leid.. starre ständig anderen frauen auf die haare und bin manchmal sprachlos wie dick der pferdeschwanz bei manch einer ist.. oh man.. bei einer frau machen haare ganz viel aus..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Mon, 08 Jun 2015 20:34:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hihi - genauso fühle ich mich auch. das wird irgendwie nix mehr - egal was ich mache - ich komm von den über 100 nicht mehr runter. wenn ich mir fotos von nur vor einem jahr betrachte könne ich heulen - da war bestimmt das doppelte auf meinen kopf. grrr. aber ich versuche auch weniger u zählen...einerseits hoffe ich auf erfolge und mag das ja dann auch er-zählen können. andererseits fallen irgendwie wieder 20-30 mehr und das ist so demotivierend. ich hab das gefühl, dass ich kein einziges mehr aushalte und es dennoch muss...dabei hätt ich doch so gerne einfach nur mal urlaub von den haaren. würde 1000 euro für eine woche urlaub vom haarausfall zahlen. ich muss mal durchatmen und nicht dauernd überall die verfallenen vorziehen...wisst ihr was aber auch seltsam ist. wir leben hier in ner hausgemeinschaft in verschiedenen wohnungen gibt es 6 frauen und drei davon haben massiven haarausfall. nun

fängt es seit 4 monaten auch bei meiner tochter an und die ist 7!!! das zieht mich total runter. und ich fühle mich machtlos. mein mann hat mich überredet nix bei ihr zu tun aber ich will ihr unbedingt eisen geben...blutabnehmen wär ne katastrophe für sie

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 10 Jun 2015 11:09:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 113, ZT 22: Es rieselt fleißig weiter.. es nervt mich so! Wenn ich durchs Haare fahre, hab ich jedesmal mind. 10 in der Hand... maaaan! Wenn ich wenigstens für jedes Haar einen Euro bekommen würde, was wär ich reich!
Zumal meine Haare auch wieder extrem dünn geworden sind und wieder Spliss da ist, obwohl ich letzen Monat ja erst hab schneiden lassen.. ach wenns doch endlich vorbei wäre...Trau mich kaum noch zu waschen... und durch die Creme gegen die Schuppen, fetten die Haare auch noch so schnell.. ekelhaft..
Hormonell gehts auch grade wieder bergab..hock hier mit knallrotem Kopf wieder und zugenommen hab ich auch
Langsam sollte man mir einfach den Gnadenschuss geben und gut ist... die Pille hat mir mein Leben so ruiniert..

@nina: Ja da hast du recht
Ich beneide auch die vielen Frauen, die wissen gar nicht, wie gut sie es haben...

@Haihappen:
Hallöchen! lange nix mehr von dir gelesen
Hmpf, hatte gehofft, wenigstens von dir mal was gutes zu lesen...
Soo viele Frauen mit Haarausfall?
Und bei deiner Tochter auch? Ist wohl doch ansteckend, was... Das arme Kind..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 10 Jun 2015 12:10:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

finde ich toll, dass Du Deinen Humor nicht verloren hast trotz des ganzen Chaos..

Drück Dir ganz, ganz feste die Daumen, das wird schon wieder, muss sich erst alles mal einpendeln..Pille weg, LT erhöht, erniedrigt, Progesteron angefangen etc...war sicher ein wenig viel auf einmal....aber geb die Hoffnung nicht auf, irgendwann weisst Du nicht mal mehr, dass Du mal HA hattest, da bin ich mir sicher...vielleicht solltest Du mal eine Weile gar nichts ändern, auch wenn es schwerfällt?

VLG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 10 Jun 2015 12:13:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Haihappen,

wenn nun auch Deine kleine Tochter noch HA hat, könnte es eventuell mit Eurer Wohnung zu tun haben, Schimmelpilz, Teppichboden, irgendetwas, auf das Ihr beide reagiert? Könnte ich mir vorstellen. Bei einem Mädchen von 7 Jahren ist das doch total ungewöhnlich.

Was sagt denn der Kinderarzt?

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 10 Jun 2015 12:28:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Sissi schrieb am Wed, 10 June 2015 14:13wenn nun auch Deine kleine Tochter noch HA hat, könnte es eventuell mit Eurer Wohnung zu tun haben, Schimmelpilz, Teppichboden, irgendetwas, auf das Ihr beide reagiert? Könnte ich mir vorstellen. Bei einem Mädchen von 7 Jahren ist das doch total ungewöhnlich.

Schlaue Sissi! DAS wollte ich eigentlich auch noch schreiben! Der Gedanke kam mir gleich als erster!!

@Sissi: Wenn der Humor (schön, dass du ihn übrigens als Humor siehst^^) mal weg sein sollte: DANN gib mir auf jeden Fall den Gnadenschuss
Ich hab ein viel zu gutes Gedächtnis, als dass ich diese blöde Zeit jemals vergessen könnte; aber ich weiß ja was du meinst, danke
Ändern werde ich jetzt auch erstmal nichts mehr
Braucht ja immer alles so viel Zeit... *grummel*

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 10 Jun 2015 18:21:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

wir wohnen in einem neubau. Schimmel gibt es keinen. aber seit es meine Nachbarin auch erwischt hat, bin ich skeptisch. der Kinderarzt meint: Blutabnahme. aber bei ner siebenjährigen ist das so gut wie unmöglich. ich werde sie niederringen müssen. aber mir bleibt ja nix anderes übrig. wir ziehen leider erst in einem Jahr um. bis dahin hab ich keine Haare mehr.
hab mit meinem arzt gesprochen: ich soll das Thyroxin erhöhen. ..hm?! mal schauen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Wed, 10 Jun 2015 19:10:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Mädels, ich melde mich auch nochmal zu Wort. Schade, dass es bei euch weiterhin so rieselt. Bei mir geht es weiterhin ganz ok. Auf und ab, aber meist bis zu 50 pro Tag. Neuwuchs kann ich aber nicht wirklich feststellen. Außerdem habe ich Möpf abgesetzt und direkt mal nen viel längeren Zyklus gehabt. Der jetzt scheint aber wieder besser zu sein. Letztlich glaube ich weiterhin daran, dass der HA von der Pille kam.
Worüber ich mir im Moment Gedanken mache, ist die Verhütung. Eigentlich sind Kondome auf Dauer auch nicht das Wahre und nun überlege ich, ob zb die Spirale was wäre. Leider sind ja doch viele Methoden hormonell. Wie verhütet ihr nach der /statt Pille?

Hallo auch an Kati!! Wie geht es dir? Es ist gut, auch mal Abstand von den Haaren zu nehmen!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 10 Jun 2015 19:46:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Haihappen: Also das finde ich doch ein wenig verdächtig... hast den Haarausfall denn erst seitdem du da wohnst oder schon vorher?
Wie sind denn deine SD Werte so?

@Brain: Na endlich mal eine, bei der es besser läuft! Supidupi!
Möpfi nehm ich auch nicht mehr, weil der doch wohl ganz schön was durcheinander bringen soll, wenn man eh um Chaos steckt; bisher habe ich trotzdem einen "normalen" (weil ich ja noch nicht am Ende bin) Zyklus.

Zur Verhütung: Ja das ist echt so ne Sache.. wir sind auf Kondome umgestiegen; find ich ehrlich gesagt nicht soo schlimm.
Du kannst es mal mit nfp probieren, das soll wohl doch recht sicher sein; und während der fruchtbaren Tage muss es ja nicht das alte rein-raus-Spielchen sein (das erinnert mich daran, den Film mal wieder zu schauen!^^)
Vor der Spirale hab ich doch ein wenig Respekt...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Haihappen on Wed, 10 Jun 2015 19:47:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

50 hab ich allein nach dem aufwachen beim ersten kämmen in der bürste hängen ;(toll, wenn das nur über den tag verteilt so wäre...freut mich für dich! ich mag auch!

ja, das mit der verhütung ist so ne sache. die dreimonatsspritze wäre furchtbar für die haare (meinte mein gyn). da ich mit der familienplanung durch bin hat er mir auch zur spirale geraten. aber ich kann mich nicht überwinden. wir nutzen kondome. aber du hast natürlich recht - auf dauer ist das unschön. ich konnte damals auch sehr gut mit persona verhüten, allerdings trau ich mich das nu nicht mehr (schließlich hab ich keine nerven für ein 3., falls doch mal was schief geht- auch wenn ein drittes kind meine haare wieder aufforsten würde - warum auch immer...das war beim zweiten schon so).
da leider das thyroxin nicht hilft (hab nun 51 tablettchen breits gefuttert) bin ich schon am überlegen ob ich nicht doch noch ne andere pille probieren soll. unter der diane sind bei mir ja soviele haare gefallen. der doktor meinte nun er würde die mikrogynon versuchen...hach, ich bin mir total unschlüssig. bin nun seit anfang dez die pille los aber meine haut wird einfach nur schlechter.das ist doch alles mist!

hm, also wenn der zyklus regelmäßig ist, funktioniert persona aber schon ganz gut. hab vor meinem ersten kind ein jahr lang damit erfolgreich verhütet. kommt drauf an wie risikofreudig du bist.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 10 Jun 2015 19:58:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ich habe den haarausfall genau seit ich in der wohnung hier wohne. aber ich wüsste wirklich nicht was hier sein sollte. außerdem hab ich ja auch hier gewohnt als die haare in der schwangerschaft wieder nachgewachsen sind.
denke, die andere frau hier hat den haarausfall nach den wechseljahren bekommen.
die zweite hat ne künstliche befruchtung hinter sich - da sind das vermutlich noch die nachwehen...
aber der ausfall bei meiner tochter macht mich nun wirklich kirre. ich wollte ihr eisenblut geben, dass ich das als grund ausschließen kann. aber sie macht so ein drama das zeug zu schlucken, dass ich das bei meinem mann nicht durchbekomme. der findet das alles nicht so schlimm, wird schon wieder werden...mit meiner geschichte hab ich den glauben an "wird schon wieder" leider verloren.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 10 Jun 2015 20:15:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hm, ich hoffe du findest bald raus, was deiner Tochter fehlt

Ich geh nun mal Haare waschen... weiß ja schon was da kommt, nachdem ich vorhin einmal

durch die Haare bin und schon 40 in der Hand hatte... ich freu mich

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 10 Jun 2015 20:30:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ach nee, da hattest du nu quasi schon die meisten in der hand - da kommt nicht mehr soviel nach beim waschen! damit versuch ich mich zumindest immer zu trösten. ich drück dir die daumen!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 11 Jun 2015 08:35:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Daumen drücken hat leider nicht geholfen; waren dann beim Duschen noch mal knapp 300 ..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Thu, 11 Jun 2015 09:06:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Haihappen, lass doch mal Eisen bei der kleinen untersuchen. Ich kenne auch eine Betroffene, bei der es beide Kinder mit ihr bekommen haben. Sie wurde erst neulich zu einem super Haarprofessor eingeladen und der sagte ihr,dass es für das Phänomen keinerlei Erklärung gebe. Leider sieht man da ganz klar, dass es kaum Hilfe gibt, weil niemand den HA richtig versteht.
Was Verhütung betrifft, bin ich leider gar nicht risikofreudig. Eine gute alternative zu Pille und Kondom scheint es echt nicht zu geben.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 11 Jun 2015 13:38:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Asuna schrieb am Thu, 11 June 2015 14:27Hallo Zusammen!
Euch kommt es jetzt so vor als würde ich aus dem heiteren Himmel auftauchen, aber ich lese schon länger still mit ohne mich angemeldet zu haben
[...]
Ich habe das Glück, dass mir mein Hausarzt wohl gesonnen ist und ich mir alle 2-3 Monate oder bei Behandlungsänderungen Blutabnehmen lassen darf. Somit konnte ich Testen wie sich die Blutwerte bei mir verändert haben mit der Pille Yasmin, ohne Pille und mit der Pille Qlaira.
[...]
Und Pfannkuchen (ich weißt jetzt nicht ob ich hier oder bei dir schreiben soll):

Tut mir leid, dass ich mich jetzt erst aufgerafft habe mich anzumelden.. eigentlich wollte ich

Abstand zu diesem Haarausfallthema nehmen aber: Das du unter der Pille so hohe Werte Östrogenwerte hattest hat mich damals schon verwundert. Jetzt sind sie im Moment ja nach wie vor hoch oder? Hat man da mal nachgesehen woran das liegen könnte körperlich (Ultraschall oder was auch immer?) ? Das wirkt schon wie eine Östrogendominanz (Burstschmerzen, roter Kopf und co) deswegen hoffe ich, dass du mit dem Progesteron erfolg haben wirst.. ich kenn mich was Östrogendominanz angeht aber leider zu wenig aus.

Hallöchen *wink* schön, mal mehr neue Gesichter hier zu lesen... Find schön, dass du dich angemeldet hast; klar der Abstand tut gut, aber wenn du doch so viel weißt, wäre es ja sehr schade!

Das find ich ja interessant; könntest du diese 3 Blutbilder mal hochladen?

Zum Östrogen: Ist ja nun noch viel höher (mit Pille um die 500, ohne Pille um die 800); Untersucht wurde halt das, was immer so untersucht wird, da soll nichts zu sehen/finden sein, alle super.

Was ich ja mittlerweile vermute: Kann ne Östrogendominanz auch vererbt werden? Meine Mutter sowie beide Omas hatten da Probleme... und langsam denke ich, dass ich früher da schon ein Problemhatte, zumal meine Periode + Schmerzen nicht durch die Pille besser wurden.
Langsam denke ich auch, da Progesteron eine Östrogendominanz ja auch erst einmal verstärken kann, dass der blöde Haarausfall grade evlt. daher rührt..?!

Zu deinem Ausfall möchte ich aber auch noch was sagen: Ich hatte mal im Langhaarnetzwerk 2 Userinnen angeschrieben, die auch Haarausfall hatten (meist irgendwelche Mängel und auch hormonell) und denen dann auch die vielen neuen, auch starken, Haare ausgefallen sind; die meinten beide, dass der Spuk nach ca. 6-12 Monaten wieder vorbei war; anscheinend brauchen die Wurzeln einfach länger.. ich wünsche es dir zumindest! Freut mich aber wirklich, dass es bei dir schon besser ist

Ach, wir müssten doch alles mal sammeln und ein Selbsthilfe Buch schreiben...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Asuna on Thu, 11 Jun 2015 15:51:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke danke Zu einigen Themen habe ich mich schon sehr intensiv belesen (Studien, wechselwirkungen der Hormonvorstufen, mit befreundeten Ärzten darüber gesprochen etc) aber leider dabei auch festgestellt, dass die Theorie und die Praxis dann trotzdem oft nicht übereinstimmen.. jeder Körper reagiert eben anders auf Substitutionen (Egal ob Eisen, Hormone, und co) und es bleibt einem nur das Probieren aus.

Wegen den Blutbildern: Die sind ziemlich umfangreich bei mir aufgrund meiner Immungeschichte und teilweise wurden nicht immer auf einmal alle Werte gemacht.
Welche Interessieren dich denn am meisten? Dann schau ich danach Was dich bestimmt interessiert.

Paradoxerweise war meine Schilddrüse (keine Erkankung) bezüglich der freien Werte mit der Pille Yasmin am besten (genaues 50:50 Verhältnis), 7 Monate ohne Pille sowie mit der Qlaira (10 Monate) lagen die Werte meiststens bei 35:28)..

Alles weiß ich dann doch nicht mehr so was du alles gepostet hast:
Meinte dein Frauenarzt nicht auch, dass die Werte hoch sind? Kannst du Ihn(oder einen anderen?) mal noch mal drauf ansprechen? Vorallem wäre es gut zu überprüfen ob dein Östrogenwert im Zyklus immer so hoch ist oder ob er auch mal zyklisch richtig abfällt.

Ich bin kein Arzt ich will einfach nur neue Denkanstöße in den Raum stellen..
Woher soll während der Pille das Östrogen in so großer Konzentration herkommen wenn eigentlich der Hauptproduktionsort "ausgeschaltet wird?
Dazu würde mir nur einfallen, dass durch ein Enzym aus Testosteron auch Östrogen gewonnen werden kann. aber so viel?
Deswegen meinte ich.. versuch das mit jemanden irgendwie zu klären, wie es zu viel Östrogen kommen kann (Enzym-Defekt, Organe?)

Ich weiß leider wie du merkst zu wenig über Östogendominanz. Wenn das ganze durch z.b. eine überhöhte Enzymaktivität verursacht wird könnte ich mir vorstellen, dass es durchaus an Generationen weitergegeben werden kann. Ich versuche aber mal auch mehr darüber in Erfahrung zu bringen.

Wegen Progesteron und Östrogen:
Im Prinzip sollte Progesteron Östrogen ausgleichen.. aber man hört so viel gegenteiliges.. auch hier liegt es bestimmt daran wie "fleißig" die Enzyme den jeweiligen Stoff umwandeln.

Ich kenne es halt in Form von meinen zu hohen männlichen Hormonen bedingt durch PCO. Mein Testosteron wird im Verhältnis zu stark in DHT umgewandelt.

Ah das Langhaarnetzwerk.. da bin ich auch... äh ja stille Mitleserin Ich hoffe doch mal, dass es so ist. Weniger Ausfall bedeutet bei mir nur noch an die 60-70 Haare.. ich zähle nicht mehr und die meisten sind kurz-mittellang. Nur beim Haarewaschen kommen dann auch mal lange raus. Bevor das alles angefangen hat habe ich vielleicht.. 20-30 verloren? Zur schlimmsten Zeit habe ich mir morgens schon an die 180 ausgekämmt und habe tagsüber mindestens genauso viel verloren (da waren es noch überwiegend lange.. glaube ich) . In der ganzen Zeit wachsen meine Haare aber nach und auch im normalen Tempo bzw. sogar bis zu 1,8 cm pro Monat..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 11 Jun 2015 18:21:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wo bekommt ihr immer alle die Ärzte als Freunde her? Warum kenn ich da keinen?^^

An sich interessierern mich vor allem die Sexualhormone, die ich auch abgenommen bekommen hatte (also eben LH, FSH, Prolaktin, Prog, Estradiol, DHEA-S, Testo, Androstendion)
Das wär echt supi!!

Die SD Werte sind ganz schön krass!

Mein Frauenarzt kennt sich nicht aus, findet alles supi; der Endo eben so; die Hormonsprechstunde auch... WENN sich eine Gelbkörperhormonschwäche irgendwann in den nächsten Monaten rausstellen sollte, würde er mir wieder die Pille anraten.. oder eben irgendwas Progesterin aber ja kein Progesteron; er meinte auch gleichzeitig, dass keiner mir sowas nachweisen würde, weil man dazu jeden zweiten Tag Blut abnehmen lassen müsste und das wäre alles viel zu teuer.
Aber, ich werd ja dann im August nochmal Blut abnehmen lassen und dann halt alles selber bezahlen.. was soll ich auch machen.

Ich habe ehrlich noch nie drüber nachgedacht, warum mein Östrogen relativ hoch ist mit Pille, ich dachte das wäre immer so?!.. Ich war ja gerade mit dem Blutbild unter Pille bei 3 Ärzten, die fanden das alles gaanz toll, könnte super schnell schwanger werden (mit Pille, ist klar..)
Hmpf, gut, ich weiß ja allerdings, dass gegen Östrogendominanz nur Progesteron hilft, von daher werd ich mal fleißig weiter schmieren und beten, dass es doch hilft, weiß dann nämlich weder was ich noch machen soll, noch wen ich noch fragen könnte..
Wenn du dich da mal informieren könntest, ob sowas auch vererbbar sein kann.. das wär echt klasse! Es ist ja schon komisch, dass alle weiblichen Verwandten (habe vorhin noch erfahren, dass meine einige Tante da auch so Probleme hat..) so stark bluten..
Progesteron kann doch aber auch erstmal in Östrogen umgewandelt werden und somit die Östrogendominanz verstärken (hatte vorhin mal ein wenig wegen Erstverschlimmerung gegoogelt).. hoffe nur, dass das bald vorbei geht; ich frier hier wie blöd bei ner Affenhitze und mein Kopf brennt fast weg...

Du bist son stilles Mäuschen was?^^
Ich finde das echt interessant, ist bei mir ja genauso, verliere kaum lange Haare... berichte bitte mal unbedingt, wenn es gefühlt weggeht, ob es wohl auch bis zu einem Jahr dauert, wie bei den Damen im Langhaarnetzwerk..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 12 Jun 2015 13:43:06 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 115, ZT 24: So, ohne mich jetzt zu freuen: Heute morgen 50 Haare...
Hormonell gehts ab, sogar meine Neurologin hat mich heute darauf angesprochen, dass mein Gesicht so rot ist (der Smiley ist noch hell dagegen...)
Hoffentlich wird das bald besser, ich muss soo viel für die Uni machen, schreib bald meine Abschlussarbeit, kann mir so einen Mist echt gar nicht erlauben.
Zumal ich jeden Tag die Angst habe, dass dann doch wieder ein MS Schub kommt... das Progesteron verstärkt nämlich ordentlich die Nebenwirkungen des MS-Medis.. weswegen ich nun erst mal weniger nehme...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 14 Jun 2015 11:15:15 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Tag 117, ZT 26: Heute 75; Wochendurchschnitt ist trotz der vielen heftigen Tage natürlich noch schlimmer als letzte Woche...
Hormonell gehts grade besser, meine Periode ist ja auch nicht mehr so weit weg...
Prog vertrage ich weiterhin gut, bin aber auch froh, mal ne Pause vom Schmieren zu haben

Wünsch Euch allen einen schönen Sonntag

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 15 Jun 2015 15:02:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Zusammen,
ich wollte mich auch mal wieder rückmelden, weil sich doch nochmal einiges verändert hat!
Ich schmiere mittlerweile bioidentisches Progesteron, weil ich ja nach dem Hormonstatus da nen kleinen Mangel hatte!
Damit gehts mir soweit gut!
Dann hab ich nochmal meine Schilddrüse testen lassen und siehe da: eine latente Unterfunktion. Mein TSH lag bei 4,05 mU/l
und ft4 bei 1,31 ng/dl

Das hatte ich schon länger, dass mein TSH ziemlich am schwanken war, weil ich Jod- und Selenmangel hatte, haben wirs die letzten 3 Monate damit versucht, aber es ist eher noch schlechter geworden!
Als der Haarausfall zwischenzeitlich mal weg war, lag mein TSH auch bei 2,4 mU/l, ziemlich seltsam!

Hashimoto konnte aber ausgeschlossen werden, war auch Anfang des Jahres beim Ultraschall!
Nehme jetzt seit knapp 2 Wochen L-Thyroxin 25 und fühl mich ganz gut damit - hab nur echt schlechte Haut bekommen, der ich jetzt mit diversen Masken versuche entgegenzuwirken!

Zu den Haaren kann ich sagen, dass ich seit 4,5 Tagen eine leichte Verbesserung bemerke, beim Waschen sinds momentan so knapp 60 Haare, das ich mal knapp unter oder knapp über der 100er Grenze am Ende des Tages lande!
Mal sehn wies weitergeht!
Habt ihr Erfahrungen zu Schildrüsenunterfunktion und Haarausfall?

Liebe Grüße,
Apfelbonbon

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 15 Jun 2015 18:18:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 118; ZT 27:

Soo morgen ist dann meine Periode da; die Schmiere jetzt zähl ich ja nimmer mit; pünktlich pünktlich; vllt. durchs Progesteron?! Das schleiche ich nun aus, damit der Fall nicht zu tief ist.
Haare heute wieder 75??!
Mir sind 2 Sachen aufgefallen:
1.) War meine Wetterfühligkeit mit den hohen Dosen Prog weg!
2.) Meine schnellen Unterzuckerungsgefühle (teilsweise nach 2 Stunden nach dem Essen wieder, ohne Hungergefühl) waren ebenfalls mit den hohen Dosen Prog weg!!

Ich finde beides waaahnsinnig interessant; das waren 2 Sachen, die mir richtig auf den Keks gingen und dass das dann "nur" an den Hormonen bzw. der Pille gelegen hat... nervig, dass es jetzt wieder da ist, aber ich bin doch guter Dinge, dass mir das Prog wirklich gut tut!
Wobei es doch wesentlich schneller bei der Brust helfen könnte.. die schwillt immer eine Körbchengröße an, 2 Wochen vor der Periode und ist so hart und knotig..

@apfelbonbon:

Hui, woher haste denn das Prog nun bekommen? Freut mich für dich!
Schmierst du ne Creme oder auch Utrogest?
Super, dass du auch LT bekommst; das klingt ja alles so, als würde es bald bergauf gehen

Zur SD und Haarausfall: Ich nehme LT ja nun seit 2005, mein TSH war bei 5,irgendwas, die freien Werte recht weit unten, ich hatte damals keinen Haarausfall. Das LT (die jetzige Erhöhung und die damalige Erhöhung zu Beginn des Haarausfalls) hat auch null gebracht, weder positiv noch negativ.
Als ich letztes Jahr dann die Eiseninfusionen hatte und mein TSH wie die freien Werte tippitpooi waren (TSH bei 0,8, freien Werte beide bei 50-60%), war mein Haarausfall ja auch weg.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 15 Jun 2015 18:34:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das Progesteron hab ich von meiner Heilpraktikerin,
schmiere eine Creme! Bin mal gespannt wie sich das auf meinen Zyklus auswirkt, vllt kommt meine Periode ja diesmal ein kleines bisschen pünktlicher!

Okay, hatte schon bisschen gehofft dass das lt auch meinen haaausfall bessert, aber mal abwarten!
Sag mal hattest du in der Anfangsphase von lt. irgendwelche Beschwerden? Meine Haut ist ziemlich schlecht geworden parallel mit der Einnahme und ich hoffe das ist kein Dauerzustand! :/

Heute wieder 75 Haare hört sich super an! Ich drück die Daumen dass es so bleibt

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 16 Jun 2015 07:31:19 GMT

Nach dem Duschen warens wieder viele (habe aber auch 5 Tage lang nicht gewaschen): 300

@apfelbonbon: Das ist echt super! Wie viel schmierst du denn so?
Denk dran, dass es eine Erstverschlimmerung geben kann; manche setzen das ja dann sofort wieder ab
Weißt du, dass man es am Ende des Zykls besser ausschleicht als komplett auf einmal abzusetzen?

Ja wart mal ab, das LT braucht ja schon 6 Wochen, bis es wirklich Wirkung zeigt, manchmal auch nicht, ganz komisches Zeug (bei mir zumindest)
In der Anfangszeit habe ich meist eher Herzprobleme als Hautprobleme.. kann aber auch sein, dass mich das Herzklopfen und die innere Unruhe von der haut abklenkt Ne, ehrlich: Hab keine Hautprobleme davon bekommen. Aber naja: Jeder Jeck ist anders. Wenns von der Neueinstellung kommt, geht es ja hoffentlich wieder weg! Die Anfangsprobleme blieben bei mir max. 2 Wochen und dann wars wieder gut; aber auch jede Wirkung war dann ebenso dahin...
Ich drück dir auch die Daumen, dass deine Haut wieder besser wird und der Haarausfall auch sein Ende findet und auch, dass das Prog dir hilft

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Tue, 16 Jun 2015 10:29:52 GMT

Hallo Pfannkuchen,
also ich schmiere unterschiedlich, nachdem die Blutung aufgehört hat einen Pumpstoß (also das ist in so einer Verpackung) und mittlerweile bin ich bei 4 Pumpstößen! Hab langsam gesteigert! Da ich so einen arg unregelmäßigen Zyklus hab, kann ich schlecht einschätzen wann ich es ausschleichen muss! Versuchs jetzt den ersten Monat mal mehr auf gut Glück wann ich langsam wieder runter gehe! Hab mal den Wert der letzten 3 Zyklen gemittelt!
Puh ich hoffe auch dass es nur von der Neueinstellung ist und bald wieder besser wird! Ich glaub auch lt reagiert echt jeder anders!

Heute beim Waschen übrigens nur 40 Haare, komisch komisch!
Mal sehn wie sich das weiter entwickelt!

Ich glaub 300 Haare nach 5 Tagen duschen ist aber recht normal oder?
Wenn ich mir das bei mir vorstelle würde ich wsh auch Unmengen an Haaren vom Kopf holen!
Eine Freundin von mit die definitiv keinen haarausfall hat, hat mal nach dem Waschen für mich gezählt und nach 3 Tagen hatte sie auch schon 250 und meint so wäre das immer

Also da würde ich mir keine sorgen machen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 16 Jun 2015 10:56:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen apfelbonbon

Und wie viel mg sind in so einem Pumpstoß drinne?
Naja, dann schleich es doch aus, wenn du merkst, dass du deine Tage bekommst; ich hab auch nun Schmierblutungen und schleiche schon seit 3 Tagen aus, morgen nehm ich dann keines mehr.
Ist echt blöd, wenn die Zyklen so unregelmäßig sind, da habe ich ja Glück, wobei ich auch nicht immer einen Eisprung habe...
Bin nur froh, dass ich nicht schwanger werden will, das wäre ja noch nerviger
Hast du denn eh leichte Probleme mit der Haut oder so? Vllt. verstärkt das LT das nur?

Wow, 40, Glückwunsch! Wünsche dir, dass es so weitergeht

Ja, ich mecker ja auch gar nicht über die 300
Hatte beim Waschen schon immer recht viele Haare, auch früher; nur dann halt die Tage ohne Waschen fast nichts.
Ich hab sogar ne Freundin, die täglich wäscht und auch jeden Tag dann 150-200 Haare hat!
Das ist für sie aber normal und sie hat definitiv keine Haarprobleme...
Mach mir also eventuell erst morgen wieder Sorgen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Tue, 16 Jun 2015 11:20:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh da muss ich daheim mal nachschauen wie viel das genau wäre
Hab die Dosierungenanweisung so von der Heilpraktikerin bekommen und es einfach nach dem Muster gemacht!
Wie viel nimmst du denn?

Okay sehr gut, ich wollte dich nur beruhigen falls du dir welche gemacht hättest, aber so ist es ja umso besser!
Ne ich hatte wirklich noch nie Hauptprobleme! Nach Pille absetzen hat es schon bisschen angefangen mit schlechterer Haut und seit ich lt nehm, ist's jetzt explodiert! Ich hoffe das ist nur die Hormonumstellung und pendelt sich bald wieder ein!
Puh ich hoffe auch dass es mit 40 weitergeht aber ich mach mir mal keine allzu großen Hoffnungen mehr sonst bin ich total enttäuscht wenn ich morgen wieder 150 nach dem Waschen habe!
Schon verrückt wie einen der Haarausfall so ängstlich macht!

Ach man ich wünschte ich hätte keine haarprobleme! Momentan hab ich in der Uni noch so viel um die Ohren, das macht das Thema dann noch schwieriger!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 16 Jun 2015 11:36:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

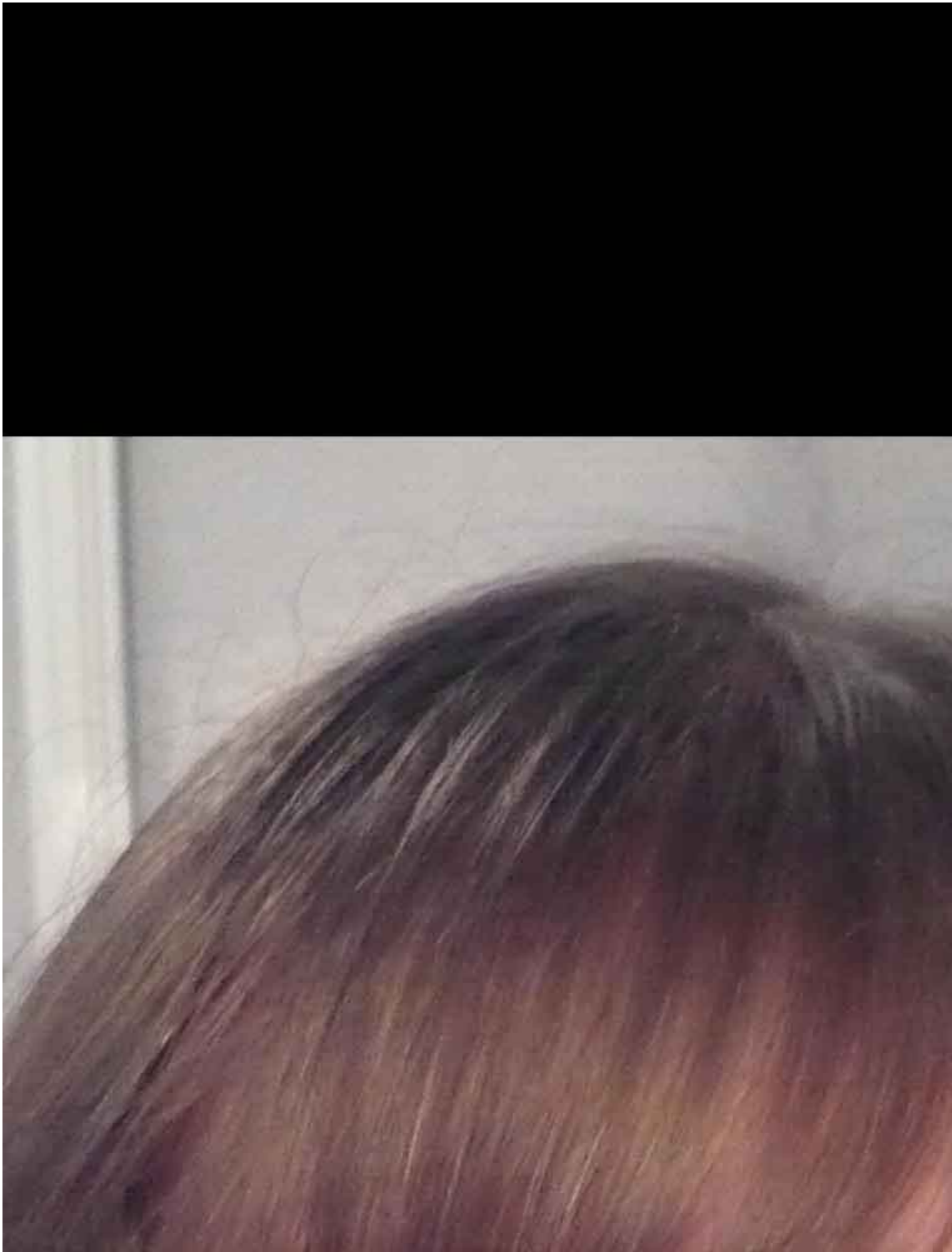
Soo, da morgen mein 4-monatiges ist^^ und es mich auch einfach interessiert hat, habe ich mal alte Fotos rausgekramt, in denen mein Pillenverlauf an den Haaren zu sehen ist.

Ich will die Bilder gar nicht groß beschreiben, ich hab keine Ahnung mehr, ob die da grade frisch gewaschen waren oder nicht, es war aber bei keinem Haarspray o.ä. benutzt worden.
Die Abstände sind ein wenig groß, vor allem bei den letzten beiden, aber bis zum Anfang des Haarausfalls (also ca. 6 Jahre mit Pille) schwankte der Haarstatus zwischen Bild 2 und Bild 3 immer mal wieder, ohne richtigen Ausfall allerdings.

Mir fällt auf:
1.) Meine Haare sind gewachsen
2.) Meine Naturwellen sind eigentlich so gut wie nicht mehr vorhanden.
3.) Es gab wohl Hochs und Tiefs; auf dem 2. Bild habe ich schon deutliche Probleme im Ponybereich, hatte da aber wirklich nie Haarausfall o.ä.; ging ja auch von alleine wieder weg
4.) Sieht man leider nicht so gut: Mein Pony ist so gut wie weggefressen; d.h. ich könnte mir kein Pony mehr stehen lassen, weils einfach nicht mehr bzw. nur noch fusselig da ist

File Attachments

1) Vergleich_Haar-Pille.JPG, downloaded 621 times



Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 16 Jun 2015 11:46:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@apfelbonbon:
Mach das mal; würde mich interessieren
Ich nehme direkt nach meinen Tagen 100mg, die Woche später 150-175mg, und in der letzten Woche dann 200mg; einen tag lang habe ich, aufgrund der vielen Beschwerden dann nochmal ca. 40mg dazu geschmiert (den Tag darauf gings mir dann schon besser).

Danke trotzdem natürlich Aber so richtig die Panik habe ich seit Absetzen der Pille erst einmal wieder gehabt... bin doch ein wenig ruhiger geworden : *stolzbin*^^
Hmpf... schon komisch, wo die Hormone sich so bemerkbar machen...

Ja, Hauptsache nicht freuen, dann wird man nicht enttäuscht; das ist irgendwie ein Muss bei den Haaren... ich hab mir auch vorgenommen erst nach 6 Monaten Ruhe mich erstmals zu freuen.. alles darunter ist irgendwie... weiß ich nicht..
Ja! Ängstlich ist der richtige Ausdruck; wenn ich dran denke, wie ich mir früher die Haare gekämmt habe... und jetzt... jedes winzige Knötchen wird so behutsam wie möglich herausgezupft, damit ja kein Haar zu viel flöten geht...

Ach man Ich kann dir so nachfühlen; Uni und Haare.. das ist echt unnötig; wobei ich da noch Glück hatte, in den schlimmsten Semestern hatte ich noch keinen Haarausfall...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Tue, 16 Jun 2015 19:08:06 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

so ich hab mal eben nachgeschaut und muss gestehen dass ich gar nicht so richtig einschätzen kann wie viel es tatsächlich ist!
Ist eine 50 ml Creme in der 22,5 g Progesteron enthalten sind, also ich denke es ist recht wenig! Meine Heilpraktikerin meinte aber es wird ganz schonend aufgenommen und würde bei mir genügen! hmm blöd dass ich dir da keine Angabe machen kann!

Ja das sehe ich wirklich genauso wie du! Es muss mindestens ein halbes Jahr weg sein bevor ich da an irgendwas glaube! Als es das letzte Mal die 2 1/2 Monate weg war, war ich umso geschockter als es doch wieder kam!

Leider hab ich dieses Semester mit Bachelorarbeit etc wieder echt viel um die Ohren! Im Sommer kann ich mich hoffentlich gut von allem erholen!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 16 Jun 2015 19:13:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Öhm... hast du dich auch sicher nicht verguckt??!!
Bei der Creme von Dr. Lee, die 3%ige sind 100ml Creme und 3g Progesteron!
Das wäre bei dir ja...
Für wie lange soll die Creme denn reichen?

Ja! Als es bei mir auch 2 Monate gut war, da dacht ich auch: endlich ist das vorbei... jaja.. und dann kams wieder; ätzend.

Ich wünsch dir viel Spaß bei deiner Bachelor-Arbeit; hab meine auch grade angefangen

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Tue, 16 Jun 2015 20:36:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hm ne eig nicht komisch komisch, ich weiß nicht, bisher verwende ich sie ja einen Zyklus und man merkt nichtmal dass ich was verbraucht habe, denke die ist sicherlich für ein halbes Jahr und länger ergiebig!

Oh dann dir mal auch viel erfolg!

Habe mir übrigens mal deine Bilder im Verlauf der Jahre angeschaut und man merkt tatsächlich einen deutlichen Unterschied in der Struktur finde ich!
Ich drück die Daumen dass die Naturlocken zurückkommen! Die sahen super aus!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 17 Jun 2015 08:10:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Merkwürdig bei dir, naja Hauptsache es tut dir gut
Wie lange genau nimmst du sie nun?

Dankeschön

Och ja Ich hoff auch, dass meine Naturwellen wieder kommen; super aber, dass ich es mir nicht einbilde
Danke für deine Einschätzung!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 17 Jun 2015 15:09:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Jubiläääääum^^
4 Monate ohne Pille!
Pünktlich zur Feierlaune kamen dann ja meine Tage. Durch den Hirtentäschelkraut-Tee recht mild, aber die Schmerzen sind wieder nicht ohne.
Heute waren es 80 Haare, okay also; nur der Durchschnitt vom letzen Zyklus ist natürlich bescheiden: 130... (gerade, weil es davor ja langsam aber stetig runter ging)

Das war ja nun mein erster Zyklus mit Progesteron und ich bin doch positiv überrascht; NWs hatte ich ja nur ca. eine Woche, dafür dann aber heftig... (z.B. ich zähle hier mal den Mehr-Haarausfall dazu, die Albträume jede Nacht, die Angstattacken, das rote Gesicht) das war zwar vorher auch schon, aber nicht soo massiv, ist nun aber mittlerweile wie weggeblasen.
Zumal ich nun auch so viel wacher bin; ich kann um 1 ins Bett und um 8 aufstehen und nun schon seit 3 Tagen am Stück (wär vor einer Woche noch nicht mal denkbar gewesen); hatte ich mit den Eiseninfusionen letztes Jahr zwar auch, aber da dauerte es über einen Monat, bis diese Wirkung kam, deswegen zähle ich das mal hoffnungsvoll zum Progesteron. (und klopfe dabei 3 mal auf Holz, ich kenn ja mein Glück...)
Ich bleib dran und bin extrem gespannt, was der nächste Zyklus bringt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 19 Jun 2015 10:09:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 122; ZT 3:
Die letzten 3 Tage jeweils 85.. nicht berauschend, nicht sonderlich schlimm.
Viel mehr merke ich nun das Absetzen des Progesterons: die trocknen Augen sind zurück...
Was jedoch schlimmer ist: Ich habe seit Anfang der Pille einen sehr hartnäckigen Hautpilz bekommen... ich wusste nie, wo der herkam, bis jetzt, da er seit den Hormonproblemen letzten November so richtig hartnäckig ist und auch grade jetzt so mega abgeht... diesmal sogar auf dem Kopf
Jetzt kann ich 6 Tage die Haare waschen (hab da ein Gel, welches man 6 Tage benutzt, den ganzen Tag drauf lässt und dann ist der Pilz erstmal tot).
Da werde ich sicher massig Haare lassen... fehlt mir grade noch

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 22 Jun 2015 12:46:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 125; ZT 6:
Haare fallen nicht so schrecklich, wie erwartet; pro Waschgang bisher 100... Pilzzeug nervt, hilft aber wieder.
Habe heute wieder mit Progesteron angefangen. Bin gespannt, was der neue Zyklus so bringt!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Pfannkuchen on Thu, 25 Jun 2015 11:49:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 128; ZT 9: Ich schreib mal munter weiter, auch wenns anscheind keiner liest...
Pilzzeug war nicht so schlimm wie erwartet; jeden Tag Haare waschen war auch nicht super schlimm, eher ganz nett, weil die Haare ja dann immer so duften^^ Durchschnittlich natürlich immer noch zu viele Haare; bin gespannt, wie es nun weitergeht, ohne, dass sie wieder jeden Tag gewaschen werden..

Hormonell gehts mir grade super!
Keine Brustschmerzen, keine Kopfschmerzen, keine Flush, keine etc. pp.
Wenn jetzt noch der Haarausfall weggeht, tanz ich im Kreis.
Progesteron schmiere ich nun wieder seit 4 Tagen, hatte anfangs wieder schlimme Albträume, heute Nacht dann aber endlich nicht mehr.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Thu, 25 Jun 2015 13:36:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

wieso soll niemand mitlesen? Machen sicher einige, nur was soll man immer antworten?

Ist doch toll, wenn es besser wird, Gratulation!

Vermute mal, es lag/liegt am Pilz, war wohl die Ursache..an Prog glaube ich nach wie vor nicht, sorry, ist halt meine
negative Erfahrung mit dem Prog.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 25 Jun 2015 13:40:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hllöchen Sissi!

Das war nur ein Spaß Sollte wohl noch mehr Smileys benutzen^^

Hm? Woran war der Pilz schuld?! Sorry, komm grad nicht mit.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 26 Jun 2015 09:56:09 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

was ist das denn für ein Pilz? Und wo kommt der her, also warum bekommt man das? Hängt das mit dem Immunsystem (auch dem "Immunsystem der Kopfhaut") zusammen? Mit der Pso?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Fri, 26 Jun 2015 10:28:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

meinte den Pilz als Mitursache für den HA..

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Fri, 26 Jun 2015 10:52:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich lese weiter fleissig mit. Bei mir wird nur leider nix besser und ich weiß nicht mehr, wie ich noch kaschieren soll...das wird gerade richtig fies und bekommt mir gar nicht. Nun bin ich auch noch erkältet.
Hab nochmal nen neuen Anlauf genommen mir einen neuen Arzt zu suchen. Da muss doch bei all den Mängeln irgendwo ein Anhaltspunkt sein, dass es dann auch mal besser wird bzw. etwas nachwächst. Ansonsten schiele ich immer öfter zum Regaine...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 26 Jun 2015 12:00:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Blueeyes:
Ich hab keine Ahnung; war vor ...6 jahren ca. beim Hautarzt, weil ich komische braune Flecken auf dem Rücken hatte, er ist ganz angewidert hochgeschrocken und meinte: Hautpilz, fass ich mal lieber nicht an.
tja, dann hatte ich Bifonirgendwas, das hat 4 Wochen gedauert, dann war der Pilz für 2-3 Wochen weg... wieder benutzt.. wieder nur n paar Wochen geholfen.. Irgendwann hat er mir dann n Gel empfohlen, was auch bisher echt super geholfen hatte; muss man halt 6 Tage nacheinander drauf lassen, dann war er immer für mind. 6 Monate weg..
Tja und seit November hab ich ihn eigentlich monatlich...
Er kommt immer vom Nacken (da schwitze ich Nachts wohl..) und dann wandert zum Hals vorne

und ab da merk ich ihn auch erst, weil dann so komische braune Flecken zu sehen sind.. joar und dann fängt der untere Hinterkopfbereich über dem Nacken an... und das juckt wie blöde immer noch; es brennt aber auch gleichzeitig, also denke ich, dass das Zeug einfach die Haut angegriffen hat (machts auch immer auf der Stirn, da bekomm ich dann Ausschlag von; es wandert dann nämlich auch ins Gesicht -.-)
Nur, was ich echt komisch finde: Der Rest vom Körper ist frei davon? Und mein Mann steckt sich auch nicht an.. es nervt..
Ich denke aber wirklich, dass das vom Hormonchaos kommt, weil der, wie gesagt, ja erst von der Pille kam... und im November, wo es hormonmäßig ja schön bergab ging, richtig blühte...
Hm, die Pso.. glaub ich nicht, dann wärs ja auch dem ganzen Kopf, und er ist nur am unteren Hinterkopf..

@Sissi: Schön wärs.. glaub ich aber eher leider nicht; weil 1.) hätte ich dann schon länger Haarausfall und 2.) da, wo der Pilz ja entsteht, habe ich gar keine Probleme, da habe ich die vollsten Haare...
Aber ich hab da auch schon dran gedacht, weil mein oberer Hinterkopf ja am schlimmsten betroffen ist... hmm.. aber ich schmier ja immer den ganzen Kopf ein.. vllt. sollt ich doch noch mal zum Hautarzt, mal einen Test machen lassenn..

@Haihappen:
wink Schön von dir zu lesen; schade, dass es dir nicht besser geht
Hast du mal neue SD Werte bekommen?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 26 Jun 2015 12:10:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das da?

http://www.medizinfo.de/hautundhaar/pilze/kleiepilzflechte.h tm

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 26 Jun 2015 12:15:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kann sein ja; welcher Pilz das ist, weiß ich leider nicht.
Das Foto sieht schon seehr ähnlich aus ja.. ich hab aber noch irgendwo eines, wo man das auch sieht; kann ich jetzt aber nicht zeigen, weil meiner blöder PC kaputt ist
Hehehe, ich hab ja braune Flecken^^ weil ich so weiß bin
KET Shampoo hilft allerdings echt nur als Nachsorge/Vorsorge... wenn man das Zeug erstmal hat, hilft das gar nichts mehr

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 26 Jun 2015 14:18:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hm, ja so Pilze können bei einem Hormonchaos (Schwangerschaft, Pille usw.) wirklich blühen, genau wie Neurodermitis.

Normalerweise bietet die Haut gerade durch ihren ph- Wert oder Säureschutzmantel einen Schutz vor diesen Bakterien oder Pilzen. Wenn das Immunsystem aber nicht stimmt oder auch der ph- Wert der Haut kann man diesen Mist bekommen.

Um das Säure - Basen Thema hier auch mal aufzugreifen:

Ich denke das sich durch sauren Schweiß die Pilze richtig wohl fühlen. Wenn man zuviel sauren Schweiß produziert, ist man auch innerlich zu sauer. Das mit den Basentabs könnte man vllt. wirklich auch mal aus diesem Grund probieren.

Du hast doch auch mit Apfelessig gute Erfahrungen, stimmts? Machst du den auch auf die Kopfhaut? Weil Apfelessig hat ja auch einen sehr positiven Effekt auf die Haut, sowohl äußerlich als auch innerlich.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 26 Jun 2015 14:35:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hatte vor der Pille niemals Pilz!

Ja klar, ich schütt mir nach jeder Haarwäsche Apfelessig über den Kopf und auch als Brennnessel-Haarwasser (da ist auch Essig drinne) auf die Kopfhaut.
Hatte das auch mal probiert, auf alle betroffenen Stellen (also Gesicht, Rücken etc.) hatte keinen Effekt, genauso wie Lavendelöl (soll ja auch helfen)... gut, ich hatte es aber nur gemacht, als der Pilz schon "weg" war.. vllt. mach ichs mal doch als Vor- und Nachsorge...
Da ich keinen Apfelessig trinken will (bekomm irgendwie Sodbrennen davon), habe ich mir mal Apfel-Essig Tabletten gekauft, in der Hoffnung, davon kein Sodbrennen zu bekommen (klappt auch) Obs hilft, werd ich ja erst noch sehen... (nehm die erst seit 3 Wochen)

Trinkst du denn Apfelessig zur Entsäuerung?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 26 Jun 2015 14:47:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Trinkst du denn Apfelessig zur Entsäuerung?

Ne, dafür nehme ich ja die Basica Tabs, da ich sie halt da habe.

Ich kam jetzt nur auf den Apfelessig bei Dir, weil Du den ja eh schon zu Hause hast.

Hm, eigentlich sollte der Apfelessig gegen Sodbrennen helfen, da er ja im Körper basisch verstoffwechselt wirkt. Hast Du es mit etwas Honig zusammen genommen? Honig ist gut für die Magenschleimhaut.

Ja also ich würde es mal probieren Wattepads mit Apfelessig zu tränken und immer auf die betroffenen Stellen zu drücken. Mal so als Vorsorgekur und auch wenn es ausbricht, vllt tut sich ja was.

Da Joghurt ja auch sehr gut für die Haut ist, könnte man auch mal probieren, den Joghurt mit Apfelessig als Paste zu mischen und als Kopfhautkur aufzutragen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 26 Jun 2015 14:54:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Achso ^^

Fand das Sodbrennen auch komisch, habs extra 3 Tage nacheinander gemacht, jedes Mal ca. 10-15 Minuten später Sodbrennen..
Bääh also Apfelessig ist schon so ne Sache.. aber dazu dann Honig??!! Bääähh. Ich hasse Honig
Dann probier ich doch die Essigtabletten weiterhin und bete, dass sie wirken! ^^

Auf die Haut, das werd ich dann mal täglich machen!
Kopfhautkur mach ich ja eh vor jedem Wasche, da kommt dann eben noch n Schluck Essig dazu
Hauptsache kein Lavendelöl

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 26 Jun 2015 14:58:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja, kannste ja mal probieren. Ich meine man kann sich auch Pippi drauftupfen. Hilft ja auch prima. Nur gibt`s da so eine gewisse Hemmschwelle.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 26 Jun 2015 15:21:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ehrlich gesagt, hätte ich damit kein Problem, muss ja soo oft Urinproben abgeben.. -.-
Aber mein Mann schon^^

Hast du das mal gemacht?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 26 Jun 2015 15:51:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Auch auf die Gefahr hin, dass jetzt einige die Nase vor Ekel kräuseln - ja, hab ich.

Ich hatte zwei Stellen, wo der Dermatologe meinte das wäre Neurodermitis. Ich dachte auch erst an Pilz, weil das auch so Schwitzi - Stellen sind. Behandlung war Kortisonsalbe, aber das half nur kurzfristig und danach war es auch immer schlimmer.
Dann habe ich Pippi auf Wattepads und diese Stellen betupft. Was soll man machen, wenn nichts hilft.
Bereits am nächsten Tag war der Juckreiz weg. Das habe ich dann ca. 10 Tage gemacht und dann war die Haut wieder perfekt.
Zweimal kams dann bei heißem Wetter und schwitzen wieder. Dann habe ich es wieder gemacht und seitdem ist es ganz weg.

Eine Freundin von mir hatte fruchtsäurebedingten Hautausschlag. Da hat es auch geholfen.

Eine Bekannte von meiner Familie, die ist schon über 90, hat erzählt, dass ihre Oma das damals gegen ihren Haarausfall gemacht hat. Also die Kopfhaut damit über lange Zweit betupft. Hat geholfen. Die Haare kamen zurück.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 26 Jun 2015 15:56:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich find das echt toll!

Kortison find ich eh.. ich nehms halt, weil ich ansonsten nicht mehr klar komme.. aber der Pilz ernährt sich ja auch davon; vllt. werd ich ihn deswegen auf dem Hinterkopf nicht los -.-

Und sag mal, riecht das denn doll?
Würde das ehrlich gesagt auch mal machen, vllt mit Essig gemischt?^^
Muss man das wieder abmachen? Oder "kann" man das wieder abmachen?
Essig kann und muss ja auch nicht drauf bleiben.

Ich würde es niemals trinken... da hab ich dann doch Hemmungen, aber auf der Haut.. pff ist doch nur gelbes Wasser, und schon warm!
Wozu gibts denn die ganzen Urea Cremes?!... Ist ja auch nix anderes...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 26 Jun 2015 17:27:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kortison hilft nur während der Zeit der Anwendung. Danach kommt der ganze Mist wieder. Das ist echt ein Problem.

Und sag mal, riecht das denn doll? Ne, habe ich auch erst gedacht. Ist aber nicht so. Erst wenn Urin einige Zeit mit Sauerstoff in Verbindung kommt, kommt es zu diesem typischen Geruch. Frisch riecht nix.

Würde das ehrlich gesagt auch mal machen, vllt mit Essig gemischt?^^ Ich würde auf den Essig verzichten und wenn dann nur das Eine nehmen.

Muss man das wieder abmachen? Oder "kann" man das wieder abmachen? Ja, wird wieder abgewaschen. ich hatte es so 20-30 min. draufgelassen damit es eine Chance hat mit der Haut zu reagieren.

Trinken wäre bei mir auch eine Grenze. Ich glaube die Inder machen das oder war das woanders? Irgendein Volk macht das jedenfalls und die werden sehr alt.

Wozu gibts denn die ganzen Urea Cremes?!... Ist ja auch nix anderes... Stimmt!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 27 Jun 2015 10:51:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mir hat Cortison damals, als ich dachte der Pilz sei Pso, gar nicht geholfen.. der Fleck ging nicht weg, der Juckreiz auch nicht..

Und ist denn da auch der Morgenurin am besten oder ist das hier egal?
Okay, super, danke für den Tipp

Andre Länder, andre Sitten
Ne mal im ernst: Wird schon seinen Sinn haben, warum die das trinken.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 27 Jun 2015 14:13:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hab grade im Hashi Forum noch nen Link wegen Hautpilz bekommen:
http://www.onmeda.de/krankheiten/pityriasis_versicolor.html
Da steht die Pille ja direkt als Ursache dabei!!
Das war ja nur immer ne Vermutung von mir! Ich finde das echt.. ach man und wieder war ich da bei 3 Hautärzten, die immer nur das Symptom behandeln wollten, anstatt mir mal zu sagen,

dass das auch davon kommen kann

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sat, 27 Jun 2015 15:27:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Und ist denn da auch der Morgenurin am besten oder ist das hier egal?

Morgenurin, hab ich gelesen.

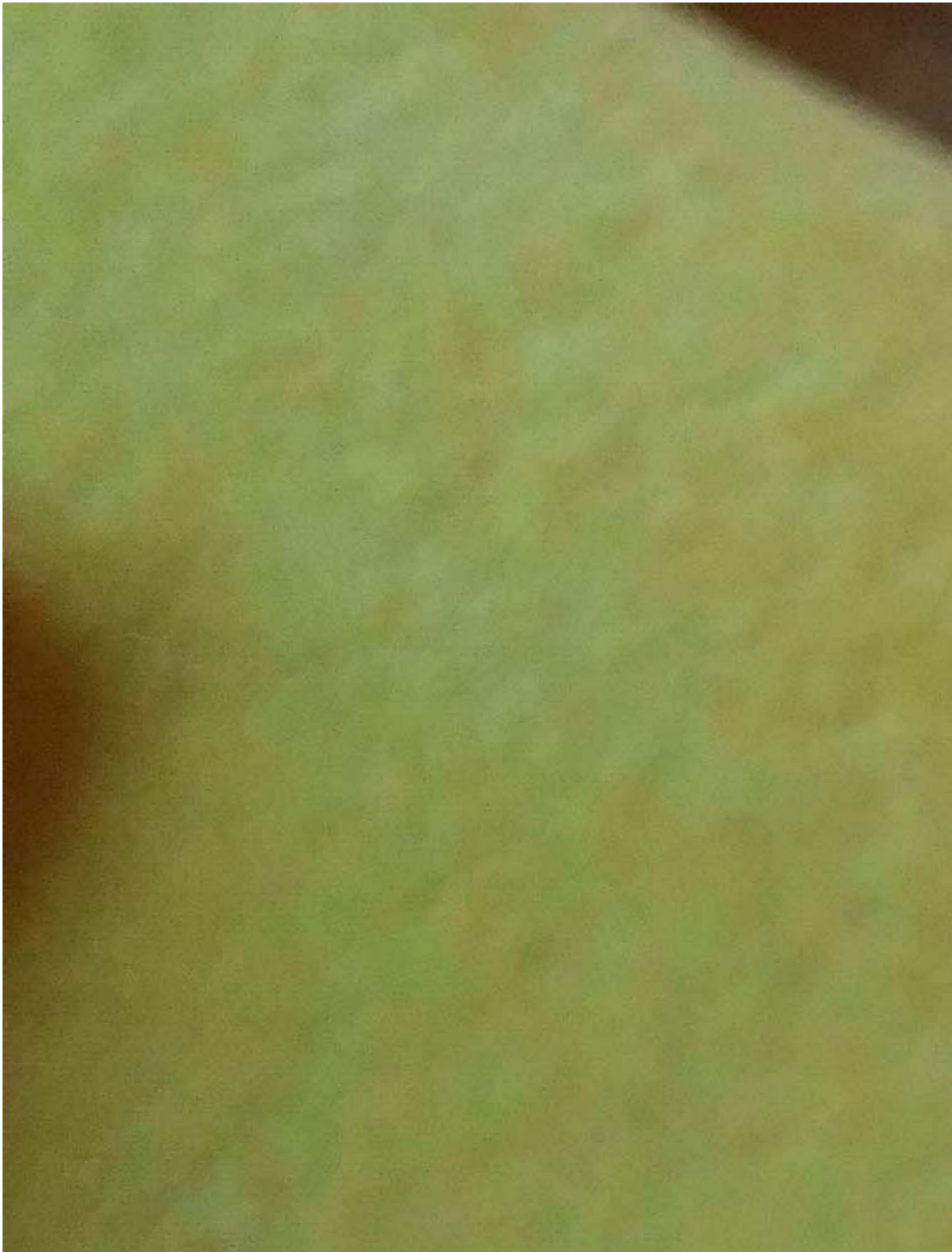
Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 28 Jun 2015 14:00:46 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 131; ZT 12:
Soo, eine Woche schon wieder rum; Wochendurchschnitt 105, obwohl ich ja 5 mal gewaschen habe
Haarausfall hält sich also so.. naja, im Mittelfeld, es war kein Tag dabei, an dem ich schreien wollte, dafür einer mit nur 50; das war schön.
Hormonell gehts mir solala, hab das Gefühl die 100mg Prog sind zu wenig, aber morgen geh ich ja eh auf 200mg hoch
Meine Temperatur ist endlich!! mal unter 37 seit Zyklusbeginn, das freut mich total, weil dann hoffentlich auch mal die Hochlage länger ist..
Dienstag geh ich zur BE wegen Ferritin, drückt mir mal die Daumen, dass das schön hoch ist, damit ich mir die nächste Infusion sparen kann (will nicht wieder so zerstochen werden:() Unten hab ich nochmal ein Foto von meinem Arm... tut immer noch weh; man sieht es nicht so gut, aber der Oberarm war auch ordentlich dick, sah aus und fühlte sich an wie Megamuskeln^^

Achja: Ich kann mittlerweile übrigens Melatonin als Grund, warum mir letztes Jahr so wenige Haare ausgefallen sind, ausschließen; werde es nun auch langsam absetzen; habe nämlich gemerkt, wenn ich es mal vergesse, schlafe ich gleich schlechter.. deswegen muss es langsam weg.

File Attachments

1) _armer Arm nach Eiseninfusion (9) Kopie.jpg, downloaded 536 times



Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 09:33:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So, hab 1. mal das Arm Foto hochgeladen.. sooo gut lest ihr also mit!! pffff; ist keinem aufgefallen, dass ich das vergessen hab.. guuuut zu wissen..

2. hab ich endlich mal neue Haarfotos und bin ich.. ach es nervt doch einfach nur.. die Längen sehen echt richtig blöd aus, okay, hab auch geföhnt, allerdings kalt.. das mögen meine Haare nicht, aber auch so sehen sie grade einfach nicht doll aus, weil ich die Spitzen wieder mit Silikonen behandelt (wegen dem Pilzshampoo, das die Haare so verknotet, ohne Spülung bekomm ich die Knoten nicht raus; ein Teufelskreis bei mir).
Ich frag mich aber, was ich im Januar gutes an den Haaren hatte, da sahen die ja echt noch gut aus; jetzt würd ich sie gerne komplett abschneiden.. aber das lass ich noch; will ja immer wissen, welche Länge mir so ausfällt.. da gehts mir ums Prinzip...
Mein Scheitel ist auch wieder breiter geworden.. das liegt sicher daran, dass mir im Moment vor allem wieder vorne so viele mittellange ausfallen...

Naja, ansonsten bin ich gespannt auf Eure Meinungen und bedank mich schon mal herzlich!
Achso von oben nach unten: Juni(also heute)- März- Januar

File Attachments

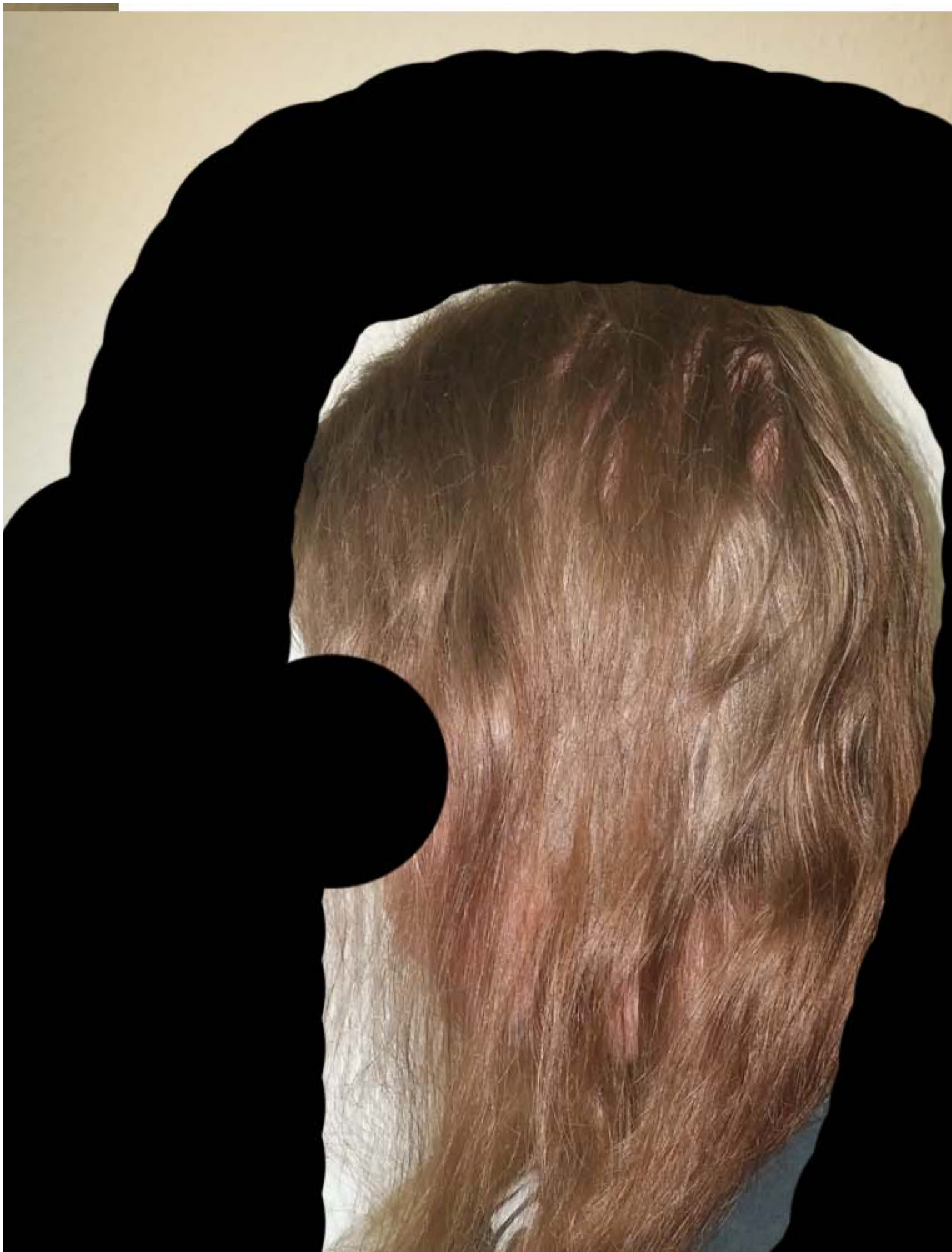
1) Haar_1.jpg, downloaded 589 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 09:37:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Vonner Seite

File Attachments

1) Haar_2.jpg, downloaded 554 times



Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 09:39:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Von hinten

File Attachments

1) Haar_3.jpg, downloaded 597 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 09:41:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Scheitel

File Attachments

1) Haar_4.jpg, downloaded 582 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 09:44:02 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Die Seiten...

File Attachments

1) Haar_5.jpg, downloaded 617 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 09:46:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Zopf von hinten

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 09:48:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Und das letzte: Zopf vonner Seite..

File Attachments

1) Haar_7.jpg, downloaded 579 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 30 Jun 2015 09:53:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen,

also der Arm sieht ja echt übel aus. Diese Knubbel und diese Farbe kommen durchs Eisen?

Wow, Du hast dir ja sehr viel Mühe mit deiner Fotodoku gemacht.

Also ich finde, das im Januar deine Längen schlecht aussahen, dafür oben besser. Im März scheint das was oben besser war runter gewachsen zu sein, weil da deine Haare in den Längen um einiges fülliger wirken.
Bei den obersten Fotos (sind ja dann die aktuellen) scheint der Oberkopf eigentlich am Besten zu sein. Dafür sieht man, dass einiges in der Länge ausgefallen sind. Das ist ja ganz dünn.
(Die Spitzen könntest Du mindestens 15 cm schneiden lassen).
Den Scheitel finde ich eigentlich recht unauffällig.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 10:15:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke liebe Blueeyes

Japp.. die Vene ist geplatzt und das Eisen ist dann daneben gelaufen... das dumme war: ich habe die ganze Zeit hingeschaut, während es rein lief: nix zu sehen; dann hats auf einmal gebrannt (was ja heißt, dass es daneben läuft) und ich hab sofort zugedreht.. und diese Knubbel sind erst danach dann gekommen! So kannte ich das echt nicht..

Echt im Januar fandest du die Längen schlecht? Warum? ich find sie da am besten?
Ja die Längen sind jetzt ganz schön arm dran.. die haben echt gelitten... schneiden werd ich sie, wenn der HA irgendwann mal aufhört, weil ich, wie ja schon geschrieben: 1. sehen will, welche Länge mir so ausfällt und 2. weil ich die dann nicht mehr richtig zusammen bekomme bzw. das Haargummi nachts wegrutscht und ich dann die ganzen Haare im Bett hab; das möcht ich nich..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 30 Jun 2015 10:31:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

also das eine Vene platzt kann ich mir jetzt ehrlich gesagt gar nicht vorstellen. Auf den Venen ist ja kein Druck drauf. Höchstens das sie durchstochen wird und das Zeugs dann ins Gewebe läuft.

Egal, auf jeden Fall ist da ganz schön was schief gelaufen am Arm. Pust!!!!

Also bei der ersten Bilderserie ist doch das mittlere von dem mittleren Teil der Haare bis in die Längen am Besten. So sehe ich das zumindest.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 10:49:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Aaaah, jetzt weiß ich welches du meinst Ja, da haste recht! Aber aufm Rücken siehts dann anders aus.. ist komisch irgendwie...

Doch, habs mir heut morgen beim Blutabnehmen erklären lassen: Ich hab ganz ganz feine Venen, die, wenn man sie durchsticht, gleich platzen.. (das sieht man auch nicht.. die Venen sind dann auch noch da.. ich habs auch nicht ganz kapiert, aber platzen können die wohl schon..)

Ja, ich hab auch echt ein wenig Angst, da wieder hin zu gehen...
Danke fürs pusten

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Tue, 30 Jun 2015 20:24:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Finde auch deinen Haaransatz im Vergleich zu den Spitzen sehr gut, wenn du sie abschneiden würdest, würden sie bestimmt gesünder aussehen..

Habe diese ringelgummis für meine Haare und drehe sie immer hoch zum dutt, dass ist am besten, wenn man schlafen geht finde ich

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 20:31:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey nina, danke für deine Einschätzung!

Naja, ich sehe das Abschneiden "bald??hoffentlich" auch so als Ritual: Wenn der HA dann irgendwann hoffentlich aufhört und diese blöde Zeit endlich vorbei ist, schneid ich sie ab. Wie, wenn man den Mann verlässt o.ä. und sich dann neue Haarfarbe gönnt

Ich kann mit Ringelgummis grad echt nix anfangen^^
Ich mach mir immer nen locker geflochtenen Zopf zum Schlafen; könnte auf nem Dutt nicht

einschlafen, wie machst du das denn?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Tue, 30 Jun 2015 20:40:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich glaube die nennt man auch booble haargummi, die sind so geringelt

Ich hab mit normalen Haargummis immer probleme, weil sie mir immer weg rutschen.. zu wenig haar eben..

deswegen mach ich mir die haare hoch zum dutt, etwas lockerer natürlich beim schlafen gehen und dann stören mich die haare nicht.. ich kriege sonst die krise, wenn ich morgens aufwache und die ganzen haare auf dem kopfkissen sehe

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 30 Jun 2015 20:43:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach diese; ziepen die nicht ganz schön? Ich würd mir da wahrscheinlich alles mit raus reißen

Ja, ich hab da auch so meine Probleme mittlerweile.. aber ich hab so ein großes von DM, da ist das Gummi noch recht intakt, der Stoff ist aber nicht so rutschig; das ist aber auch das einzige, das ich nehmen kann..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Tue, 30 Jun 2015 20:48:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hatte vorher immer ziemlich dicke gummis genommen, damit mein Zopfumfang bischen dicker wirkt..(oh man worüber man sich immer gedanken machen muss)

.. bei den bobbles habe ich nicht das problem, finde irgendwie das sie sich den haaren anpassen und es sitzt immer fest ohne zu ziepen.. probier es mal

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 30 Jun 2015 21:17:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Meint ihr die die aussehen wie ein altes Telefonkabel?
Die habe ich auch, sind super. Vor allem rupft man sich keine Haare damit aus bzw. bleibt nichts dran verknotet. Like.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Wed, 01 Jul 2015 05:45:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo, hab mir gerade deine Fotos angeschaut. Wollte auch schon welche einstellen. Kann ich mir aber schenken weil ich zu 80% deine nehmen könnte. Unglaublich. Die gleiche Haarfarbe die gleiche Struktur. In etwa die gleiche Länge nur das ich sie mir gerade abgeschnitten habe. Diese dünnen Längen vorne und seitlich sind exakt gleich. Bei mir sieht man (noch) keine Kopfhaut. Vielleicht sieht dein Scheitel aber auch vom mit Blitz fotografieren etwas heller aus. Meine Seiten sehen genauso aus Nur dein Zopf sieht gebunden klasse aus meiner ist da definitiv dünner.
Ich bin 45 und habe seit 2009 HA bin davon überzeugt das es nicht an der Pille liegt. An und Absetzen (wg Kindern) hat nie zu HA geführt bin aber auch sehr schnell schwanger geworden. Habe aber auch dabach nie HA gehabt und die letzte Schwangersch. war 96. Aktuell fallen mir im Sommer ca 50 Haare /Tag aus.Aber es wächst halt immer weniger nach und dann ist jedes einzelne zuviel. Bis Okt steigert sich das wird dann wieder weniger. Aber insgesammt hat über die Jahre das Haarvolumen deutlich abgenommen. mich stört im Moment vor allem das man mir hinten durch die Haare hindurch auf den Nacken schauen kann. Trage fast nur noch Kragenshirts dann fällt es nicht so auf. Bin schon am überlegen ob ich noch ein paar Jahre wieder eine Pille versuche... trau mich aber nicht. Mein Zyklus ist pünktlich wie ein Uhrwerk.
LG euch allen Milena

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Jul 2015 07:55:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Milena!

Oh, das würde mich aber sehr interessieren; kannst du nicht doch mal welche einstellen?
liebguck
Mein früheres an- und absetzen hat meine Haare auch nie gestört... weiß der Geier, was da 2013 in meinem Körper los war..
Und du bist sicher, dass mit deinen Hormonen alles gut ist? Auch wenn dein Zyklus so pünktlich ist?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 01 Jul 2015 09:43:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

wer verschreibt Dir eigentlich das Melatonin? Hab gelesen, dass es topisch helfen soll bei HA, Du nimmst Tabletten?

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Jul 2015 09:50:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 134; ZT 15:
So, toll bin erkältet... war gesten Blut abnehmen.. alle Werte natürlich erhöht (CRP, Leukozyten), hatte das nur bei der BE noch gar nicht wahrgenommen, dass ich Halsschmerzen ab; ärgert mich schon, zumal ich den CRP selbst bezahlen durfte...
Haare waren heute toll!! 30 Stück nur, wenn das so weiter gehen könnte..
Ansonsten fühl ich mich halt erkältet, hatte bisher noch keinen ES, nehme aber weiter fleißig das Progesteron und hoffe, dass der nächste Zyklus dann besser bzw. diese Hochlage schon besser wird..
Jetzt pump ich mich mit Zink und Vit C voll und hoffe, dass es jetzt noch ein wenig hilft (eigentlich nehm ich ja schon genug, weiß gar nicht, warum dann doch so ne blöde Erkältung kommt -.-)

@Sissi:
Hey Sissi

Gar keiner?
Ich kaufs bei Biovea mit Erdbeergeschmack; topisch hatte ich auch versucht, hatte keine Wirkung.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 01 Jul 2015 11:15:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Auf eigene Faust? Nö, wäre mir viel zu risikoreich, hab gelesen, hat ja eine umfassende Wirkung und ist schließlich ein Hormon, da muss man doch kompetente ärztliche Begleitung haben, schon allein wegen der Menge.

Du traust Dich was, mit Hormonen im Alleingang zu experimentieren - also, ich weiss nicht, man kann mehr Schaden anrichten als Positives bewirken.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Jul 2015 12:10:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Pfannkuchen,

wie hieß das topische Mittelchen? Wie lange hast Du es genommen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Jul 2015 12:38:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Sissi: Habs nicht ganz auf eigene Faust genommen, aber es verschreibt mir halt keiner...

@Blueeyes: Ich komm grad auf den Namen nicht; habs mir aber eh selbst hergestellt, Man findet hier im Forum (bei den Männern) ein Rezept... wenn dus nicht finden solltest, kann ichs auch hier mal einstellen (ist eigentlich nur Melatonin mit Alkohol und nem Bindemittel)
4 Monate

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Wed, 01 Jul 2015 12:50:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo, ich war bei 2 Endos im Abstand von 3 Jahren einem Haarspezialisten in Bremen. Alle Werte immer in der Norm. Nur Vitamin D war ich glaub im Juli 2012 ausser der Norm. 46,8 (Ref. 75-250) Ich habe irgendwann aufgegeben. Im Januar war ich im Hormonzentrum in Hamburg =alles okay.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Jul 2015 12:51:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hm, hast auch schon ne ganz schöne Rennerei hinter dir
Magst du die Werte hier mal einstellen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 01 Jul 2015 13:34:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

ach so, Du hast das Melatonin topisch angewandt, sorry, dachte oral - Tabletten..

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Wed, 01 Jul 2015 13:36:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo, hier meine Werte vom Januar:

23.01.2015 TSH 0.68 mIU/L (.3-3.6)
23.01.2015 fT4 10.4 pg/ml (8-19)
23.01.2015 fT3 3.14 pg/mL (1.5-4.1)
23.01.2015 TPO-Ak 3.39 U/mL (1-16)
23.01.2015 Prolakt 11.91 ng/ml
23.01.2015 Corti 61.61 µg/L (45-240)
23.01.2015 ACTH 12.22 pg/mL (10.3-48.3)
23.01.2015 DHEAS 1.3 µg/mL 23.01.2015 LH 3.84 mIU/m L
23.01.2015 FSH 16.1 mIU/m L 23.01.2015 Östradio 63.8 pg/mL
23.01.2015 Prog 1.34 ng/mL
23.01.2015 Testo 0.14 ng/mL (.1-.
23.01.2015 Vit D 26.5 ng/mL (20-100)
23.01.2015 Parathor 56.1 pg/mL
LG Milena(leider waren nicht immer Referenzwerte angegeben Werte am 4. Zyklustag abgenommen)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Jul 2015 13:41:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Sissi: Ne^^ Beides: Letztes Jahr Tabletten; habe ich dann nach dem Auffüllen von Eisen wieder abgesetzt, weil ich dann wieder schlafen konnte; dann habe ich es topisch probiert 4 Monate lang ohne Ergebnis, deswegen nehm ich sie jetzt wieder als Tabletten, weil ich wissen wollte, ob der Haarausfall letztes Jahr wegen dem Melatonin aufhörte.
Jetzt verstanden? Sorry, wenn ich durcheinander schreib.

@Milena:
Hast du vllt. noch ein Ergebnis in der 2. Zyklushälfte? Damit man das Östrogen- und Progesteronverhältnis besser beurteilen kann?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Milena on Wed, 01 Jul 2015 16:16:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi leider hab ich nur diese Werte:-(Sissi hat bei dir der HA unter Melatonin aufgehört?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Jul 2015 16:30:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Milena

Ich habe gelesen, dass bei Dir der HA nur im Nacken und seitlich an den Schläfen ist. Wäre es denn eine Möglichkeit, dass das von extremen Verspannungen kommen könnte bzw. hast Du das schon mal in Betracht gezogen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Jul 2015 16:48:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Pfannkuchen

Danke. Hab die Anleitung für Melatonin Topical gefunden.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Wed, 01 Jul 2015 18:19:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo der HA ist schon diffus am gesamten Kopf. Aber Nacken und Seiten sind besonders schlimm weil da auch nahezu alle Haare bei 10-15 cm Länge wieder ausfallen. Meinst du sowas kann von Verspannungen kommen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Jul 2015 18:48:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Milena

Naja, ich denke zu verachten ist es nicht.
Wenn man mal überlegt, welche Muskeln z.Bsp. nur alleine vom Zähneknirschen oder auch

-pressen beansprucht werden. Die Folgen sind auch weitreichend, nicht nur das die Kopf-, Hals-, Nacken-, Arm- und Brustmuskulatur verspannt wird, auch Augenprobleme und Tinnitus sind nicht selten Folgen dieser Minderdurchblutung. Alleine durchs Zähnepressen kann man einen Kaudruck von 300kg erzeugen, Männer sogar noch mehr. Das ist ne ganze Menge!

Bei dir kam mir eben der Gedanke, weil Deine Haare in Regionen "verkümmern" die eigentlich am Hals angrenzen.
Wenn diese Gebiete besondes minderdurchblutet sind, dann verkümmern auch die Haarwurzeln. Nur mal so eine Theorie.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Jul 2015 20:17:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Dazu kann ich auch was sagen: Ich hatte letztes Jahr unglaubliche Augenschmerzen und Sehprobleme.. das war schlimm, dazu ne ordentliche Nackenverspannung + Kopfschmerzen.. nach der Physio war dann alles weg. Auch der lästige Augendruck..
Und dass dadurch Haarausfall kommen kann, habe ich auch schon ein paar Mal gelesen; ich glaube allerdings, dass die Nähe zum Nacken da nicht soo die Rolle spielt, aber möglich isses natürlich.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Jul 2015 21:29:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Pfannkuchen

ich glaube allerdings, dass die Nähe zum Nacken da nicht soo die Rolle spielt
Wie meinst Du das genauer?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 01 Jul 2015 21:31:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich meine damit, dass eben nicht nur dann da Haare fallen müssen. Sondern auch die gesamte Kopfhaut-Muskulatur? verspannt sein kann.. ist das verständlich?!
Nur damit man sich da nicht zu sehr versteift...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 01 Jul 2015 21:38:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Gut das wir das geklärt haben.

Bei dir kam mir eben der Gedanke, weil Deine Haare in Regionen "verkümmern" die eigentlich am Hals angrenzen.

Denn ich meinte am Hals angrenzend und damit nicht nur den Nacken. Die Halsmuskulatur geht ja viel weiter.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Thu, 02 Jul 2015 04:09:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Pfannkuchen

danke, jetzt habe ichs kapiert, aber wo finde ich die Anleitung zum Melatonin topisch?

@ Milena,

ich habe doch kein Melatonin genommen, das war Pfannkuchen.

Ich hab keinen HA mehr, aber genau wie Du Neuchwuchsprobleme explizit an der rechten Seite und rechts hinten im Nacken. Oberkopf ist dicht an dicht.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Thu, 02 Jul 2015 07:05:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@sissy Sorry da hab ich dich wohl verwechselt. Hast du mit irgendetwas erreicht das du keinen HA mehr hast? War es bei dir im Sommer auch schlimmer als im Winter?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Thu, 02 Jul 2015 07:10:02 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das ist interessant. Ich habe seit Jahren Verspannungen . Bekomme ich durch viel Bewegung / Gymnastik gut in den Griff. Habe den Eindruck das ich bei sehr viel Joggen und Gymnastik etwas weniger HA habe. Kann aber auch eingebildet sein.
Hat einer von euch mit Melatonin Erfolg ? Das hab ich noch nicht probiert . LG Milena

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 02 Jul 2015 08:08:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Sissi:
Oki doki
Im Männer Forum. Wenn du sie nicht findest, kann ich sie aber auch mal einstellen?

@Milena:Joggen etc. bringt schon viel gegen Verspannungen; kann also schon sei, dass das damit zusammenhängt. Stress wird ja dadurch auch reduziert.
Ich hatte und habe keinen Erfolg mit Melatonin.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Thu, 02 Jul 2015 08:16:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ MIlena

mit zahllosen NEMs hochdosiert, Nachtkerzenölkapseln etc...wichtiger wäre mir der gute Neuwuchs..

Ist es bei Dir auch einer seite schlechter?

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Thu, 02 Jul 2015 10:03:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja die rechte Seite ist schlechter meiner Meinung nach. Wenn der HA jetzt aufhören würde und das was ich auf dem Kopf habe in die Länge wachsen wurde und nicht kurz ausfällt wäre ich schon zufrieden. Habe bis heute immer zahlreiche NEM eingeworfen. Letzten Sommer war der Status einigermaßen .... Magnesium, Biotin Zink (15mg) b Vitamine b12 Eisen (50mg) Vitamin d (1000) bin alles relativ regelmäßig aber ob das auf Dauer gesund ist? Meine FÄ hat mir in meiner Verzweiflung die neoeumin verschrieben obwohl sie meinte länger als 3jahre darf ich sie eh nicht nehmen und dann wäre voraus gesetzt sie hilft der HA
sowieso wieder da. Ich trau mich da ehrlich gesagt nicht so ran. Würde ich damit 3 Jahre retten wurde ich's tun

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 02 Jul 2015 10:35:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Milena

Hat die Ärztin gesagt, warum Du die Neo - Eunomin nicht länger als drei Jahre nehmen kannst?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Milena on Thu, 02 Jul 2015 11:07:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich bin 45 Jahre alt da wird in der Regel schon ab 40 keine Pille mehr verschrieben schon ga nicht so eine starke

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 02 Jul 2015 11:12:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Milena
Achso, ja dann is klar. Aber immerhin hat diese Ärztin das berücksichtigt. Meine bisherigen Gyns haben mir gesagt, ich solle die Diane ein Leben lang nehmen, da mir sonst alle Haare ausfallen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 03 Jul 2015 12:37:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Soodele, ich war heute bei meinem Gyn und ich möchte ihn knutschen oder unanständigeres mit ihm machen!
1.) Er hat mir LT in den Dosen verschrieben, die ich wollte, d.h. so, dass ich ganz lange was davon habe; er hat auch gefragt, ich habs ihm ganz ehrlich erklärt und er sieht das ein.
2.) Er wollte mir wieder nen Haufen Utrogest mit geben, da ich aber ein anderes Progesteron Produkt habe (Famenita), habe ich abgelehnt (wegen den anderen Hilfsstoffen; das hatte ich ja nun schon mit der Pille und ich habe keine Lust drauf, wegen sowas wieder so viele Haare zu lassen.
3.) Er macht mir nächsten Monat wieder einen Hormonstatus
Ich habe ihn eigentlich nur gefragt, ob er mir Blut abnehmen könne, damit ich die 5€ dafür im Labor spare und dann meinte er: Wozu ich denn Blut brauche? Ich meinte dann eben wegen dem Prog wäre ein Hormonstatus ja wieder wichtig etc.; er darauf:"Das ist doch Kassenleistung? Das brauchen Sie nicht bezahlen, soll die Krankenkasse sich an mich wenden, wenn sie damit ein Problem hat." Toll oder?!
Nächstes mal werde ich ihm wohl mal ne Flasche Wein mitbringen... bin ihm echt dankbar. Bei

allen anderen Ärzten bettel ich mich dumm und dämlich für nur einen Blutwert... obwohl mein Endo ja auch darauf spezialisiert ist... und mein Gyn mich mit den Blutwerten auch nur weiter schickt, weil er mit Hormonen keine Ahnung hat..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Fri, 03 Jul 2015 21:30:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

finde es echt schlimm das fast alle ärzte bei dir geld für die Blutuntersuchung haben wollten. finde auch das es alles kassenleistungen sind. manche ärzte stellen sich echt an. ich hab bei meiner letzten Blutuntersuchung nicht mal für vit d b12 und vit c was bezahlt, mein Arzt ist in der Hinsicht echt kulant.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 04 Jul 2015 15:22:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey nina

Ja, ich finde das auch schlimm; vor allem, weil ich weiß, dass es Kassenleistung ist (von euch, von meinem Gyn, aus anderen Foren) und mir das dann immer anhören zu dürfen.. echt erbärmlich.
Mein Frauenarzt kanns ja aber leider nicht immer machen, er meinte ja, er würde das gerne, er hat ja keinen nachteil davon, wenn ers macht, aber irgendwann bekommt er dann doch Ärger.. was ich dann aber auch nicht verstehe, denn wenn ich bei der Krankenkasse anrufe heißt es immer: Wenn der Arzt es für notwendig hält, bezahlen wir alles... wem soll man den da glauben..
Freut mich aber, dass du da so einen guten Arzt hast

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 05 Jul 2015 13:29:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 138; ZT 19:
Hatte nun endlich den ersehnten Eisprung und dafür wieder schön Regelschmerzen ohne Regel.. und das bei dem Wetter...
Haartechnisch war die Woche richtig gut! Wochendurchschnitt von 74 hatte ich das letzte Mal im Januar; bin nur mal gespannt, wie es so weitergeht...

Hormonell gehts grade eigentlich gut, die Hitze vertreibt wohl alles, was einen nerven könnte

Ich wünsch euch allen ne kühle Brise!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 08 Jul 2015 10:38:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

ich habe mir heute ein Rezept für Melatonin beim Arzt erbeten - werde es jedoch nicht einlösen, nachdem ich den Beipackzettel gelesen habe..das einzig in Deutschland zugelassene reine Melatonin, wie er sagte, abegesehen von Valdoxan, bei dem es sich allerdings nicht nur um Melatonin handelt.

Ich weiss nicht, wo Du Deine Melationintabletten bezogen hast und um welche es sich handelt - aber lt. Info kann man u.a. Bluthochdruck, Schuppenflechte, Entzündungungen der Haut etc..eine Riesenpalette an Nebenwirkungen bekommen - hast Du schon mal überlegt, ob Deine diversen Hautprobleme - primär am Kopf - daher kommen?

http://www.apotheken-umschau.de/do/extern/medfinder/medikament-arzneimittel-information-Circadin-2mg-Retardtabletten-RC5 740.html

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 08 Jul 2015 10:43:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey Sissi!

Ich habe das Melatonin von Biovea. Da stehen keine NWs dabei und ich habe auch keine NWs davon.
Die ganzen Probleme hatte ich schon vor Melatonin und habe keine weiteren dazu bekommen
Die Pso am Kopf habe ich übrigens schon seitdem ich ein kleines Kind bin, nur damals noch schlimmer.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 08 Jul 2015 10:53:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

musst natürlich Du wissen, was Du nimmst, wollte Dich nur kurz informieren, kein Beipackzettel bei Biovea? na ja..aber wenn sogar Bluthochdruck davon kommen kann und Du hast ja welchen...ich jedenfalls könnte nicht differenzieren bei diversen Medikamenten, die ich einnehme, von welchen ich nun NW habe oder ob das nichts mit der Einnahme zu tun hat.

Mir ist es auf jeden Fall zu riskant, werde das Rezept vernichten.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 08 Jul 2015 11:01:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kleiner Nachtrag noch zu oben:
Mich hat das Melatonin letztes Jahr in der schlimmen Zeit vom Eisenmangel gerettet: Ich konnte eeeendlich wieder schlafen und war auch mal über Tag ein wenig wacher.
Nach den Eiseninfusionen hatte ich das Melatonin wieder abgesetzt, weil ich mit Eisen dann auch gut schlafen konnte (und dass Eisen daran beteiligt ist, möcht ich hier gar nicht diskutieren)
Da der Haarausfall ja aber nur 2 Monate weg war und mein Eisen immer noch gut war, habe ich "gehofft" dass es vllt. am Melatonin lag und deswegen habe ich wieder damit angefangen. Es ist ein Versuch. Ich habe keine NWs davon, also: warum nicht versuchen. Ich sage ja niemandem: Los mach das, das hilft. Ich sag nur, wie es bei mir war/ist.

@Sissi: Bei Biovea war kein Beipackzettel dabei, nein.
Der Bluthochdruck war vorher auch schon da Es kam nichts neues hinzu, außer eben der gute Schlaf.
Klar, vernichte das Rezept, ich kann verstehen, dass du dich nicht ran traust. Es sind immerhin Hormone; nur solltest du mich auch verstehen: Ich war damals richtig verzweifelt und wollte nur noch schlafen.
Ich kanns noch ganz gut differenzieren, was wovon kommt (vor allem letztes Jahr, da habe ich außer Eisen und Zink (und LT, das ich damals aber nicht erhöhte/o.ä.) nicht mehr genommen; jetzt grade weiß ich nicht, warum es mir besser geht, wobei das LT und Prog sehr weit oben stehen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 08 Jul 2015 12:33:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Liebe Pfannkuchen,

mir ist durchaus bewusst, dass Du schon seit Deiner Kindheit an Bluthochdruck leidest.. :

Gerade deswegen fand ich den Hinweis so wichtig..wenn man schon an hohem Blutdruck leidet, warum dann möglicherweise noch forcieren bzw. Dir ist ja nicht mal was über NW von Melatonin bekannt...

Ich wollte Dir ganz einfach mal aufzeigen bzw. Dich informieren, dass Melatonin alles andere als harmlos ist, bin selbst sehr erschrocken über den Beipackzettel, auch wird die Leber angegriffen und bei Autoimmunerkrankungen ist Melatonin anscheinend kontraindiziert. Aber gut...

Schön, dass es Dir sonst gut geht...
bzw. LT und Prog Dir helfen.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 09 Jul 2015 16:09:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So, ich muss dann mal wieder was loswerden... ich war vorhin erneut in der Hormonsprechstunde.... DAS BESTE hier in Rostock, angeblich; das letzte Mal war ich ja schon enttäuscht, aber das war ja auch nicht die Chefin.. heute war die Chefin da.. und ich bin noch mehr enttäuscht!
(achja voweg: ich hab ihr weder gesagt, dass ich Prog nehme, noch dass es mir damit wesentlich besser geht; da ich eine richtige Zweitmeinung wollte und sie nicht beeinflussen wollte)
Ich fasse mal zusammen, was ihrer Meinung so ist bei mir:
1.) Hormone = top! Östrogen schön hoch, männlichen Hormone schön weit unten; solle bloß nix nehmen, alles super
2.) SD super eingestellt (was ja auch nicht so unwahr ist, sie war nur halt schon mal besser eingestellt)
3.) MS, Hashi, Pso alles Autoimmunkrankheiten (danke, wusst ich schon -.-) = Mein Körper geht gegen mich und will mir damit was sagen ??!!?? Genauso wie die Menstruationskrämpfe die Schmerzen sind, die mir mein Körper macht, weil er unbedingt ein Kind will oder was?
4.) Und sie wusste auch den Grund für meinen Haarausfall = Die MS..... mit 2 jähriger Verspätung, wie bei allen psychischen Krankheiten kommen die recht spät.
5.) Pille macht NIEMALS Haarausfall, Haarausfall nach dem Absetzen sei aber normal... frag mich warum das nur so rum geht?

So, das wars. Ich bekomme noch einen Insulinresistenztest und dann gehe ich da nicht mehr hin; sowas unnötiges, die gleiche Leier, die ich mein Leben lang schon zu hören bekomme, ich doch auch kein Wunder, dass man Depressionen bekommt, wenn man sie die ganze Zeit eingeredet bekommt, zumal ich keine Depressionen habe! Meine Güte... ich bin so wütend

über diesen Dreck den wir Frauen uns unser ganzes leben anhören dürfen, die arme arme hysterische Frau mit ihren Psychosen und was auch immer.
Ich hab die Schnauze voll und bin froh so einen guten Gyn zu haben, mir das verschreibt und der auch ehrlich zugibt mit sowas keine Ahnung zu haben... und mich DESWEGEN an ne Spezailklinik schickt, die noch weniger Ahnung haben.. naja gut gemeint.. aber nicht gut gemacht.

Achja, ich habe auch diesen Anti-Müller-Hormon-Test bekommen.. unter der Norm; sie meinte ich solle bitte innerhalb der nächsten 5 Jahre Kinder bekommen, ansonsten wird das nix mehr, SUPER! (ich hoffe ihr lest meine Ironie und den bitterbösen Sarkasmus raus)

Wünsch euch noch einen schönen Tag (das meine ich ernst!)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Fri, 10 Jul 2015 04:55:15 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

http://www.experto.de/gesundheit/kinderwunsch-stimmt-die-menge-des-anti-mueller-hormons.html

Na, immerhin macht sie einen Insulinresistenztest.
Ist Dein SHGB-Spiegel niedrig? Hängst da irgendwie mit zusammen.

HA von MS? Noch nie gehört, Begründung???

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 10 Jul 2015 06:39:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,
wurden jetzt die Werte von der letzten BE ausgewertet? Oder wieso wurde jetzt das AMH getestet und separat?

3.) MS, Hashi, Pso alles Autoimmunkrankheiten (danke, wusst ich schon -.-) = Mein Körper geht gegen mich und will mir damit was sagen ??!!?? Genauso wie die Menstruationskrämpfe die Schmerzen sind, die mir mein Körper macht, weil er unbedingt ein Kind will oder was?

Bei den Autoimmunkrankheiten weiß man nicht so recht was diese auslöst. Stress in jeglicher Form wird verdächtigt, ein Auslöser dafür zu sein, dass sich eigene Körperzellen gegen den eigenen Körper richten. Ich schätze die Ärztin wollte Dir das damit sagen.

4.) Und sie wusste auch den Grund für meinen Haarausfall = Die MS..... mit 2 jähriger

Verspätung, wie bei allen psychischen Krankheiten kommen die recht spät.

Interessanter Ansatz. Hast Du das schonmal abgeglichen? Auch HA mit Nebenwirkungen von Medikamenten gegen MS? Man weiß ja nie.

Warum macht sie einen Insulinresistenztest? Nur mal so? Oder hat diese Ärztin einen Verdacht?

Beim AMH herrscht nach neuesten Studien keine Einigkeit was seine Aussagekraft und Stabilität (Schwankungen) anbelangt. So lange gibt es diesen Wert noch nicht und viel weiß man eigentlich nicht darüber. Vieles was man vor ein paar Jahren noch annahm, vorzeitige Wechseljahre ungenügende Eizellenreserve (quasi die "limited Edition" der Eizellen usw. wurde widerlegt. Es gibt genügend Frauen, die mit niedrigem AMH Spiegel schwanger wurden.

Diese Ärztin scheint noch auf einem alten Stand zu sein und da bleibt sie auch hocken, was traurig ist, denn gerade FACHärzte sollten sich in ihrem Gebiet ständig fortbilden.
Ich finde es unverantwortlich Frauen mit solchen Äußerungen wegen eines Wertes (über den man viel zu wenig weiß) solche Angst zu machen und Unsicherheit zu schüren.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 10 Jul 2015 09:52:02 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Es wurden die Werte der letzen BE genommen ja; der Arzt vorher meinte eben er wollte das AMH sicherheitshalber mal mitmachen.

Klar, Stress, ich hatte bei dem ersten Schub auch unglaublichen Stress! Da hätten mir die Haare ausfallen müssen.
Aber: Die Pso kam als ich ein ganz kleines Kind war, meine Mutter meinte, dass ich es eigentlich schon nach der Geburt hatte und nicht wegbekam, früher sagte man ja noch Schorf dazu... hat mich da der Kaiserschnitt so dolle gestresst oder was?... Klar merke ich, wie mein Körper auf Stress reagiert, grade jetzt mit dem Hormonstress (kein aktiver mentaler Stress, das möchte ich betonen!) blüht die Pso auch richtig auf, die SD zickt rum, das merke ich alles; bin froh dass die MS sich zurückhält.
Das braucht die Ärztin mir nicht sagen, ich bin ja nun schon 26 in diesem Körper, wir kennen und schon ein wenig

Natürlich habe ich den MS-Haarausfall-Ansatz abgeglichen: Unmöglich.
Die MS Tabletten nehme ich seit 7 Jahren (früher unter nem anderen Namen und höher dosiert), da habe ich die üblichen NWs wie Magenkrämpfe, Durchfall, Flush. Aber keinen Haarausfall. Auch der Wechsel zu dem jetzigen Medi hatte keinen Einfluss, da ich da schon HA hatte. Und dass der erstr Schub nach fast 2 Jahren soo lange HA macht... sorry, glaub ich nicht.

Insulinresistenz um sicher zu gehen. Bin ich auch ganz froh drum.

Ach echt das wurde widerlegt? Schön, dass das die Ärztin nicht wusste..... da es ja die Chefin und die beste und tollste sein soll.. super.
Ich war auch gestern den Tränen nahe.. klar, ich will jetzt noch keine Kinder, aber gesagt zu bekomme: jetzt oder nie; das ist schon hart.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 10 Jul 2015 10:05:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Klar, Stress, ich hatte bei dem ersten Schub auch unglaublichen Stress! Da hätten mir die Haare ausfallen müssen.

Das was ich meinte bezog sich nicht auf die Haare, sondern auf einen möglichen Auslöser für Autoimmunkrankheiten. Das können z.B. genetische Faktoren sein, hormonelle Veränderungen oder eben auch erheblicher Stress (z.B. Todesfall in der Familie, Autounfall, Schlafmangel, Essstörungen usw). Also alles, wo der Körper unter erheblicher Anspannung steht.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 12 Jul 2015 11:59:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 145; ZT 26:
Haartechnisch gehts grade, diese Woche erneut ca. 75 im Wochendurschnitt.
Hormonell gehts mir in diesem Zyklus auch viel besser als in den vorherigen. Zwar habe ich wieder Brustschmerzen und extreme Stimmungsschwankungen, grade jetzt kurz vor der Periode, aber mein roter Kopf ist weg, meine trockenen Augen, das ätzende Unruhe Gefühl nach dem Essen (seit genau 4 Tagen weg). Die Pso blüht grade unschön auf, ich sehe da aber auch den Zusammenhang zur Periode (war das letzte Mal auch so) und ich möchte hier nochmal klar stellen, dass die Pso überhaupt keine Einfluss auf meinen Haarausfall hat (was mich auch wenig verwundert, da ich so eigentlich schon immer HA haben müsste..). Was mich allerdings diesen Zyklus richtig nervt, sind die Regelschmerzen seit dem ES.. jeden Tag seitdem.
Hat da jemand ne Idee? Wird das mit dem Prog wohl auch besser? Ich kenne das so gar nicht...
Meine Hochlage sieht auch noch nicht gut aus, seit dem ES nur 4 Tage Aber naja, dazu nehme ich das Prog wohl noch zu kurz, um Wunder erwarten zu können.

Wünsche euch allen einen schönen Sonntag

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 12 Jul 2015 16:36:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hi Pfannkuchen,

haartechnisch hat sich ja einiges gebessert bei Dir! 75 im Durchschnitt ist gut oder?

Hm, vllt. ist das mit den Unterleibsschmerzen wieder was hormonelles. Du weißt ja, wir Frauen sind ein hormonelles Wunderwerk!

Vielleicht kannst Du die Tage wo Du die Schmerzen hast, noch ein wenig mehr Magnesium nehmen?

Das Prog. von der Menge wie Du es nimmst, dürfte doch nicht zu wenig sein.

Liebe Grüße
Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 12 Jul 2015 17:39:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Blueeyes!

75 ist fast die Hälfte als vorher; aber ich freu mich noch nicht

Ah, du machst mir echt Angst! Ich hab tatsächlich seit Freitag kein Magnesium mehr genommen, weil es alle war und erst Montag Nachschub kommt!
Dann zieh ich mir morgen mal so richtig was rein!
Ne an der Menge des Progs kanns wahrscheinlich nicht liegen, nehme derzeit täglich 200-250mg (je nachdem wie stark die PMS ist); geht mir ja auch schon viel besser, wenn ich mir die so "Mängelliste" der letzten Zyklen so anschaue

Danke für deine Hilfe!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 12 Jul 2015 17:45:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ui , na dann knall Dir Magnesium rein bis es unten und oben rausschäumt!

Das fiel mir nur so ein, weil mir das auch bei Bauchkrämpfen gut hilft.

Wer weiß schon was in uns Frauen so abgeht, ich würds echt gerne mal wissen, dieser ganze Hormonkram. Männer haben es doch da gewiss einfacher.

Ich gratuliere Dir und drück dich doch mal dolle zu Deinem 75.!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 12 Jul 2015 17:55:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wohl eher bis es unten rausschäumt

Das würde ich ja auch gerne... Klar, Männer haben es aber auch deswegen einfacher, weil sie die blöde Pille nicht bekommen und somit gar kein Hormonchaos entstehen kann; wer weiß wie die am Jammern wären, wenn die nach 7 oder sogar 20 Jahren die Pille absetzen würden

Shhh, bist du ruhig!^^ Ein kleines bisschen Freude und die fallen wieder wie blöd Die riechen das.
(trotzdem danke)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 12 Jul 2015 18:32:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Klar, Männer haben es aber auch deswegen einfacher, weil sie die blöde Pille nicht bekommen und somit gar kein Hormonchaos entstehen kann; wer weiß wie die am Jammern wären, wenn die nach 7 oder sogar 20 Jahren die Pille absetzen würden

Sie würden keinen stinknormalen Männerschnupfen mehr haben, sie würden gleich ins Licht gehen!

Shhh, bist du ruhig!^^ Ein kleines bisschen Freude und die fallen wieder wie blöd Laughing Die riechen das.

Meine Lippen sind versiegelt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 12 Jul 2015 19:06:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ohne Kommentar*

(*sonst rächt sich mein Mann bei seiner nächsten Krankheit)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Thu, 16 Jul 2015 22:55:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen!

Hast du schon mal Mönchspfeffer probiert?
Nehme es nämlich grad das erste Mal, seit ca. 2 Wochen jetzt und erlebe wahre Wunder bzgl. PMS (und glaub mir, ich hatte es ärgstens), bin so froh
Werde es absetzen, wenn ich die Tage bekomme (Juhu...) und wieder mit Anfang der 2. Zyklushälfte einnehmen, so sollte es nämlich angeblich richtig genommen werden und nicht durchgehend.

LG.

Levy

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 17 Jul 2015 09:21:52 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 150; ZT 31:
Heute ist mein 5-monatiges ohne Pille. Wie die Zeit vergeht...
An sich gehts mit den Haaren grade ganz gut (ich lobe nichts, böse Haare!). Nur hab ich auch das Gefühl, dass nichts groß nachwächst.. gerade hinten, ansonsten habe ich Nachwuchsmäßig ja zum Glück! keine Probleme.
Da meine Periode ansteht (schon 3 Tage Schmierblutungen) gehts mir hormonell solala, die trockenen Augen sind wieder richtig nervig! Vllt. sollt ich mir mal Augentropfen kaufen....

@Levy:
Huhu
Klaro hab ich das mal probiert. Trotzdem natürlich danke für den Tipp
Allerdings hatte ich nun schon öfter gelesen, dass grade Mönchspfeffer im Hormonchaos (in welchen ich ja immer noch stecke) kontraindiziert ist, da es entweder alles weiter durcheinander wirft oder aber irgendwas verschleiern kann. Deswegen nehme ich ihn nicht mehr. Habe ihn allerdings durchgehend genommen.. naja.. ich fang jetzt aber auch nicht nochmal damit an

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Fri, 17 Jul 2015 09:36:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

meines Wissens wirkt Mönchspfeffer ebenfalls progesteronartig, habe ich früher auch mal genommen, soll gerade Hormonchaos ausgleichen durch seine progesteronähnliche Wirkung, müsste mich sehr täuschen, wenn ich da was verwechsle.

LG

Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 17 Jul 2015 09:51:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ne du verwechselst das nicht.
Es hatte mir allerdings auch wirklich gar nicht geholfen, die PMS waren so schlimm wie eh und je.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Fri, 17 Jul 2015 10:13:52 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen!

Gerne
Dass das bei Hormonproblemen/-chaos angeblich kontraindiziert ist, habe ich noch nie gehört/gelesen.
Du schreibst, dass deine PMS noch schlimmer geworden ist - wahrscheinlich, weil du's durchgehend genommen hast.
Aber kann verstehen, dass du nix hormonartiges zurzeit nehmen möchtest... weil die Pille der Auslöser deines Haarausfalls war, oder?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 17 Jul 2015 10:33:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Dass das bei Hormonproblemen/-chaos angeblich kontraindiziert ist, habe ich noch nie gehört/gelesen.

Ich könnte es mir so vorstellen, dass Mönchspfeffer unterstützend helfen kann bei jemanden, der geringe PMS und/oder Zyklusschwierigkeiten hat.

Wenn aber gravierende Hormonstörungen (z.B. u.a. Östrogendominanz/ Progesteronmangel) vorliegen, hilft es nicht oder kann gravierende Probleme verschleiern oder verschlimmern.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Fri, 17 Jul 2015 11:02:19 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo blueeyesdeluxe!

Also gerade bei Progesteronmangel wäre es wert, einen Versuch mit Mönchspfeffer zu machen.
Und ich habe echt ganz schlimme PMS gehabt, das Ganze hat schon 2 Wochen vor der Periode angefangen.
Meine Symptome: Brustschmerzen (Mastodynie), Unterleibsschmerzen, Wassereinlagerungen am ganzen Körper (habe richtig aufgedunsen ausgeschaut), Heißhungerattacken, Akne und extreme Stimmungsschwankungen (psychisch ist es mir ganz schlecht gegangen) und mir hilft Mönchspfeffer!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Fri, 17 Jul 2015 11:05:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Sorry für's OT Pfannkuchen, aber das musste ich loswerden

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 17 Jul 2015 11:07:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Es ist doch super, wenn es dir hilft!
Mir half es nicht (kA ob es daran lag, dass ich es durchgenommen habe; Progesteron nehme ich ja nun auch direkt nach meiner Periode bis zu meiner Periode).
Nach 3 Monaten Möchnspfeffer hatte ich aber dennoch (immer noch) eine Östrogendominanz.. aber ich hatte alle Symptome auch den ganzen Zyklus lang und vor allem vor Absetzen der Pille 3 Monate am Stück (davor aber eigentlich auch schon recht lange) + 3 Monate Schmierblutungen am Stück, in der Pillenpause dann mit richtigen Blutungen. Mein Körper war also richtig neben der Spur

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 17 Jul 2015 11:10:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kein Problem Levy, dafür ist Thread ja auch da; nicht nur für mich
(außer man bewegt sich richtig vom Thema weg, aber das passte ja sehr gut)

(ich musste OT erst mal googlen, das ärgert mich viel mehr)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 17 Jul 2015 12:18:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Levy

Also gerade bei Progesteronmangel wäre es wert, einen Versuch mit Mönchspfeffer zu machen.

Ja klar! Es wird dem Mönchspfeffer ja auch eine regulierende, ausgleichende Wirkung auf den Hormonhaushalt zugesprochen.

Ich meine nur, dass es sein kann, dass er nichts bringt, wenn jemand gravierende Hormonstörungen hat.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Fri, 17 Jul 2015 13:11:24 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke, finde ich auch
PMS ist natürlich nicht zur Gänze verschwunden, aber es fängt nun später an und ist mild im Vergleich zu vorher.

Ja, ich habe gelesen, dass Progesteron (oder progesteronartige Substanzen) eine Östrogendominanz (vorerst) verstärken kann, (es pendelt sich dann aber angeblich nach einiger Zeit wieder ein), da Progesteron Östrogen beeinflusst (genauso wie es das bei Testosteron kann).
Und bei echtem Progesteron, so wie du es jetzt nimmst (als Creme, oder? Sry, hab zwar deinen ganzen Thread mal gelesen, kann mich aber nicht mehr erinnen), sollte die Einnahme eigentlich genauso sein: ab dem Anfang der zweiten Zyklushälfte anfangen und kurz, vlt. 2 oder 3 Tage, vor der Periode, die Dosis verringern und wenn dann die Periode eingesetzt hat, absetzen usw.
Jedenfalls klingt es für mich sehr schlüssig, dass du eben wegen der durchgehenden Einnahme, all diese Symptome hattest.
Das gleiche Prinzip findet sich auch bei diesen sogenannten ,,Hoch- und Tieflagen-Tees".
In der ersten Zyklushälfte werden Kräuter als Tee getrunken, die östrogenfördernd sind und in der zweiten Zyklushälfte, Kräuter, die progesteronfördernd sind.
Man imitiert also eigentlich auf natürliche Weise die natürlichen Hormonvorgänge des menstruierenden weiblichen Körpers (ich weiß, das hört sich schräg an), man kann es quasi als leichte Unterstützung ansehen.
Es ist unnatürlich, dem Körper durchgehend Progesteron (und immer in der gleichen Menge) zuzuführen, was ich aber nicht wertend meine, so quasi, das ist schlecht... weiß ich gar nicht, aber natürlich ist es nicht.
Aber ich kann die Unsicherheit verstehen.
Sogar in den Packungsbeilagen von Mönchspfeffer-Präparaten steht, dass man diese durchgehend nehmen sollte.
Ärzte machen die gleiche Aussage... komisch ist das schon.
Nur eine Apothekerin hat mir mal gesagt, dass das passt, wie ich das mache.

Im Allgemeinen, da hilft leider meistens nur ausprobieren... wie, wann, wieviel usw... einfach auf den Körper hören, man fühlt es dann eh', ob es passt oder eben nicht.
Ist ja bei den Progesteron-Cremes auch oft so, was ich weiß.

Was mich jetzt noch interessieren würde ^^:
Geht es dir mit dem Progesteron, das du jetzt nimmst, besser, bzgl. PMS?
Oder warum nimmst du es eigentlich?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Fri, 17 Jul 2015 13:14:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Okay, dann bin ich beruhigt

Pfannkuchen schrieb am Fri, 17 July 2015 13:10
(ich musste OT erst mal googlen, das ärgert mich viel mehr)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 17 Jul 2015 13:19:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Meinst du jetzt mich? Oder wen anders?^^

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Fri, 17 Jul 2015 13:22:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@blueeyesdeluxe

Okay, ich glaube wir haben gerade ein Missverständnis
Denn ich habe das nochmal hervorgehoben, weil du das geschrieben hast:

blueeyesdeluxe schrieb am Fri, 17 July 2015 12:33
Ich könnte es mir so vorstellen, dass Mönchspfeffer unterstützend helfen kann bei jemanden, der geringe PMS und/oder Zyklusschwierigkeiten hat.
Wenn aber gravierende Hormonstörungen (z.B. u.a. Östrogendominanz/ Progesteronmangel) vorliegen, hilft es nicht oder kann gravierende Probleme verschleiern oder verschlimmern.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Levy on Fri, 17 Jul 2015 13:25:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh, sorry!
Meinte natürlich dich, Pfannkuchen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 17 Jul 2015 13:35:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Okay ^^ Ich hab nämlich schon mal auf ne recht allgemeine Frage geantwortet, die gar nicht an mich gerichtet war

Aaaalso.. ich nehme das Prog (als Creme, d.h. ich steche die Utrogest-Kapsel auf und schmiere es mit Creme zusammen auf die Haut), weil ich ne Östrogendominanz habe (habe zig Symptome dazu, die ja schon vor ein ppar Jahren anfingen, die ich so aber nicht einordnen konnte). Mit dem Absetzen wurden diese erstmal schlimmer.
Nach 3 Monaten ohne Pille war ich ja dann beim Gyn wegen Hormonstatus, wo ich es dann endlich schwarz auf weiß hatte. Find dann gleich mit Prog an. Bin nun im 2. Zyklus, bald ja im 3. Der 2. Zyklus ist schon viel besser als alle anderen vorher; nur jetzt, wo ich es abgesetzt habe (wegen der Periode) kommen die Sachen zurück, ein Tag war heftig, heute gehts schon wieder. Sogar Sachen, die ich niemals mit den Hormonen in Verbindung gebracht hätte und die mich richtig nervten (wie z.B. diese Unterzuckerungsgefühle, diese komische innere Unruhe und das Herzklopfen nach jedem Essen) sind seit diesem ES weg und kamen auch noch nicht wieder.
Ich nehme das Prog ja gerade noch direkt nach meinen Tagen und werde nächsten Monat einen neune Status machen lassen und dann ggf. anpassen. Ehrlich gesagt weiß ich nicht, ob ich es nun für immer nehmen werde.. wenn mein Körper das nicht wieder hinbekommet, muss ich ja. Ansonsten natürlich nicht.
Diese Erstverschlimmerung der Östrogendominanz hatte ich auch; habe ich auch an den Haaren gemerkt! Das waren 1,5 schlimme schlimme Wochen! Aber danach gings mir besser und es hielt an (ich klopfe 3mal auf Holz, dass es auch so bleibt)

Okay so? Oder hab ich was vergessen?

Subject: Meine Pillengeschichte
Posted by Pfannkuchen on Sat, 18 Jul 2015 19:58:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hatte endlich mal die Muße (da mir mein damaliger Gyn ja nicht weiterhelfen konnte) meine ganze Pillen-Laufbahn zu rekonstruieren.
Ich wusste die Namen zwar nicht mehr, bis auf ein zwei, aber ich kann mich gut an die Packungen und Blister erinnern.

Ich weiß nicht wann ich welche bekommen habe, bis auf die letzten 4. Bevor ich 16 wurde hatte ich diese hier (in keiner Reihenfolge)

- Valette
- Aristelle
- Evaluna
- Miranova
- Yasminelle

Ich bekam diese, weil ich sehr starke Schmerzen und Blutungen hatte. "Sonst" nichts.
Keine davon half mir, alle hatten NWs, die ich damals noch nicht einschätzen konnte; die Yasminelle war aber die schlimmste, da gings mir richtig dreckig; nach ihr hab ich dann keine mehr genommen, da reichte es mir; zumal meine Schmerzen und die Blutungen nicht besser wurden.

Mit 19 fing ich dann aus Verhütungsgründen wieder mit der Valette an (ich hatte vergessen, dass ich diese nicht vertrug). Ich vertrug sie wieder nicht und wechselte zur Bellissima.
Die vertrug ich endlich mal, wobei ich rückblickend auch NWs hatte, die aber nicht der Pille zuschrieb.
3 Monate bevor mein Haarausfall mit ca. 400 Haaren am Tag anfing, wechselte ich aus Kostengründen zur Chloee; hier sehe ich den Anfang und Grund des Haarausfalls.
Ich machte noch einen Versuch auf eine andere Pille (Aristelle) und dann nochmal zurück zur Bellissima; aber ihr kennt das ja: Wenn das Hormonchaos da ist, lässt es sich dadurch nicht mehr beseitigen.

Nochmal zur Auflistung; meine 2. Pillenlaufbahn war dann so (diesmal chronologisch):
- Valette
- Bellissima
- Chloee
- Aristelle
- Belissima

Tja das Ende der Geschichte kennt ihr: Ich hab sie abgesetzt und werde dieses Mistding nie nie nie nie nie nie* wieder anpacken!

*Wenn doch, hatte ich einen Schlaganfall o.ä.!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 26 Jul 2015 12:17:34 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 159, ZT 9: Hormonell und haartechnisch gehts grade recht gut; Wochendurchschnitt sind 60 Haare, habe auch nur einmal waschen müssen, da sie kaum noch fetten, bzw ich noch soo oft die Pso Creme auftrage und sie dadurch eben nicht fetten.
Lediglich vom Progesteron habe ich grade eine Zwischenblutung,wundert mich schon; ich weiß ja von Zwischenblutungen unter Progesteron, aber so im 3. Zyklus, naja, ich beachte sie mal nicht und sehe es vllt. als gutes Zeichen, weil sich ja grade so viel einpendeln muss etc... hoffe nur, dass die Haare da nicht drunter leiden und es weiter bergab (an Ausfallzahlen) geht.
Donnerstag bekomme ich dann mal meine erste mega Eiseninfusion, hoffe der Arzt kann besser stechen, als der Naturheilkundler.. mein Arm tut immer noch weh

Wünsch euch allen einen schönen Rest-Sonntag

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Mon, 27 Jul 2015 05:36:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wow- 60 - das hört sich gut an! Freu mich für Dich!
Ich habe nun mit Regaine angefangen - ich zähle nicht mehr, da die Shedding-Phase so ekelhaft ist...
Mein TSH ist nun total im Keller mit 0,05 von 2,6 ehemals und der Arzt will die Dosis Thyroxin weiterhin so hoch halten - ich bin also wieder mal auf der Suche nach nem neuen Arzt. Von der Pille hab ich mich noch fern gehalten.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 27 Jul 2015 10:26:38 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke Haihappen

Oh wow, warum ist denn dein TSH so abgesackt?! Was nimmst du denn ein? Nur LT? Wie viel denn davon?
Och man, das tut mir voll leid für dich
Freut mich aber, dass du die Pille weiterhin nicht nimmst

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 29 Jul 2015 15:53:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Sun, 26 July 2015 14:17Tag 159, ZT 9: Hormonell und haartechnisch gehts grade recht gut; Wochendurchschnitt sind 60 Haare, habe auch nur einmal waschen müssen, da sie kaum noch fetten, bzw ich noch soo oft die Pso Creme auftrage und sie dadurch eben nicht fetten.
Lediglich vom Progesteron habe ich grade eine Zwischenblutung,wundert mich schon; ich weiß ja von Zwischenblutungen unter Progesteron, aber so im 3. Zyklus, naja, ich beachte sie mal nicht und sehe es vllt. als gutes Zeichen, weil sich ja grade so viel einpendeln muss etc... hoffe nur, dass die Haare da nicht drunter leiden und es weiter bergab (an Ausfallzahlen) geht.
Donnerstag bekomme ich dann mal meine erste mega Eiseninfusion, hoffe der Arzt kann besser stechen, als der Naturheilkundler.. mein Arm tut immer noch weh

Wünsch euch allen einen schönen Rest-Sonntag

Hi,

ich habe gerade mal Deinen Verlauf der Haarausfallzahlen im Wochendurchschnitt angesehen.

Das geht ja wirklich kontinuierlich bergab! Wahnsinn! Toll! Dann hast Du ja bald einen Afro auf dem Kopf!
Das mit den Zwischenblutungen wird sich bestimmt einpegeln. Das kann auch manchmal Streß sein. Oder eben die ersten Zyklen mit Prog.
Ich drücke Dir die Daumen das der neue "Eisenarzt" gut ist!

LG Blueees

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 29 Jul 2015 16:19:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

so dunkelblonde wie ich, sind ja auch bekannt für n Afro
(immer noch bitte nicht so freuen, ich freu mich auch nicht, ich nehme es jeden morgen mit einem WEHE IHR MACHT NICHT WIE ICH WILL hin)

Die Zwischenblutung ist zum Glück vorbei, aber ich merke den Hormonkram wieder mehr (vor allem an der Wetterfühligkeit und an den Kopfschmerzen); schmiere aber ab heute wieder mehr Prog und hoffe, dass dann spätestens nach dem ES aufhört...

Danke fürs Daumen drücken

Ich habe übrigens, weil meine Längen ja echt gar nicht mehr schön aussehen, im Langhaarnetzwerk gefragt, was ich denn bitte noch falsch mache; es hat aber keiner rumgemeckert
Eine nette Userin hat mich aber daraufhin gewiesen, dass es einen Test gibt, mit dem man feststellen kann, was an Pflege dem Haar fehlt (Wet-Assessment-Test) und: meinen Haaren fehlt Protein.
Heut abend gibts die 2 Eikur; jedoch fühlten sie sich nach der ersten schon viel griffiger an!
Wenn das was bringt (wovon ich eigentlich ausgehe; wobei ich auch denke, dass die Hormone da auch mit reinspielen), poste ich mal Fotos; vielleicht ist ja noch jemand unglücklich mit seiner Haarstruktur

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 29 Jul 2015 16:27:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich habe übrigens, weil meine Längen ja echt gar nicht mehr schön aussehen, im Langhaarnetzwerk gefragt, was ich denn bitte noch falsch mache; es hat aber keiner rumgemeckert Wink
Eine nette Userin hat mich aber daraufhin gewiesen, dass es einen Test gibt, mit dem man feststellen kann, was an Pflege dem Haar fehlt (Wet-Assessment-Test) und: meinen Haaren fehlt Protein.

Kann man den Test online machen? Und gibt es den auf dieser Seite Langhaarnetzwerk? Ist das auch ein Forum?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 29 Jul 2015 16:36:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

sorry, dass ich lache, ich find die Frage so niedlich; das ist ein Test, den du mit deinen Haaren machst
Nach dieser Anleitung habe ich ihn gemacht:
http://justsaying77.blogspot.de/2012/07/wet-assessment-test- haarpflege.html
Viel Spaß dabei

Das Langhaarnetzwerk ist ein Forum für langes Haar ja
Da hatte ich vor dem Forum hier gefragt, wegen Haarausfall; dank einer Userin hab ich erst überhaupt an die Pille gedacht.
Da hab ich auch den ganzen Pflegekram her; ist schon ganz interessant!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 29 Jul 2015 16:55:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Was gibt`s denn da zu lachen? So was gibt es doch! Online. Hier schau:
http://www.maedchen.de/psychotest/psychotest-haare-frisuren- 1398681.html

Mach den Psychotest für Deine Haare! So!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 29 Jul 2015 17:11:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Was es alles gibt.... oh man

(ich bin nach dem Test übrigens ein Rapunzel)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 29 Jul 2015 17:25:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich bin Aschenputtel! Großartig!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 29 Jul 2015 17:47:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Also: pflegen pflegen pflegen

Struwwelpetra oh man....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 29 Jul 2015 19:19:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hab den test nicht gemacht. mein mann nennt mich nach dem haarewaschen immer ronia-räubertochter, weil ja alles so verstrubbelt ausschaut. hermine granger ginge wohl auch - ja, irgendwie gehen die haare nun auch noch kaputt wird wohl an der länge liegen. ist wohl nicht so gut, wenn schulterlange haare sich ständig auf der schulter aufschlagen ;(
Ja, ich nehm thyroid 60mg. und das utrogest und vitamin b12 und eisen und nun halt androcur auf den kopf. bin immer noch bei 200 ausfall pro morgen. allein beim einfachen bürsten hängen ca. 100. das nervt so! hab nun für OKTOBER nochmal nen termin bei einem gyn.-endokrinologen ausgemacht. wenn der nicht helfen kann, weiß ich auch nicht mehr. hoffe so, dass das androcur irgend eine besserung bringt, wenn das shedding dann erstmal rum ist...oder anfängt...keine ahnung. die ausfallzahlen find ich eh schon viel zu hoch. keine ahnung, warum meine 60-70 haare dann wieder einfach so verschwunden sind. ich hatte nix umgestellt....hmpf!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 29 Jul 2015 19:31:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

ach ja, mein östradiol ist nun wohl auch zu niedrig. das letzte mal hatte ich einen wert von über 300 - der ist nun gepurzelt (siehe anhang).

File Attachments
1) 20150719_154326.jpg, downloaded 617 times

Verfahren	Bezeichnung
HOLO	Holotranscob
TS1E01	TSH basal LI
GAGT02	Gamma-GT
GOTR03	GOT (ASAT)
GPTR03	GPT (ALAT)
FT3.03	Freies T3 LI
FT4.02	Freies T4 LI
CRPQ01	CRP quantita
OSTA01	Östradiol EC
PROG01	Progesteron
TESG02	Testosteron
TESG2	TESG2
DHES01	DHEA-Sulfat

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Wed, 29 Jul 2015 19:35:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

so was doofes, was schreib ich denn da: androcur nehm ich gar nicht. regaine auf den kopf. eiei, bin heute wohl ein bissi durch den wind...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 30 Jul 2015 07:52:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey Haihappen

Hatte vorhin den Wet-Assesment-Test gepostet, damit kannst du ja mal sehen, was deinen Haaren fehlt. Ich habe gestern meine 2. "Eipakckung" gemacht und die Haare fühlen sich viel fülliger an
Die Spitzen werd ich allerdings nicht retten können; die sind durch die bleiche wohl doch kaputt

Wie nimmst du das Utrogest?
Was ist das für ein SD Medi? Ist das ein Kombimedi? (kann mit dem Namen grad nix anfangen); deine SD Werte sehen ja ganz gut aus eigentlich.
An welchem Zyklustag wurden die Werte denn bestimmt? Kannst du mal so einen Werteverlauf posten? Vllt. mit Referenzwerten; die sind da ja auch nicht drauf.
Vllt. brauchst du einfach ein wenig Östradiol, ist ja nichts schlimmes bei
Hattest du damals mit dem höheren Östradiol-Wert weniger Haarausfall?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 30 Jul 2015 16:02:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Heute habe ich meine erste Eiseninfusion von dem neuen Arzt bekommen; hatte echt Angst, dass wieder alles daneben geht; aber der Mann konnte richtig gut stechen! Hat sofort ne Vene getroffen und los ging die wilde Fahrt, toll!
B12 wollte er auch noch gleich mit rein machen; da ich aber grade ne Lutschtabletten-Experiment mache, musste ich ihm das leider verbieten
Ich freu mich aber nicht so sehr darüber... weil..

... über meinen Gyn hatte ich mich ja auch mal gefreut... tja und heute hat er mir die Weiterbehandlung untersagt.
Er will mir keinen Hormonstatus mehr machen, Utrogest verschreibt er mir auch nicht mehr.
Weil: ers nicht vor der KK rechtfertigen kann... und vor sich selbst auch nicht; er hat das Gefühl ausgenutzt zu werden von mir (!!??!!?? ich habe ihn nie zu was gezwungen..wie auch???!!) und er will das nicht mehr.
Die Pille würde er mir aber sofort wieder verschreiben.
Nachdem ich mir Sch**** angehört hab, wurd ich auch mal laut und bin dann gegangen.
Ein wenig geheult, wieder gefasst, such mir dann nen neuen Gyn.

Jetzt geht die Sucherei von vorne los

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 30 Jul 2015 16:07:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

PS: Das war der einzige Arzt, zu dem ich ehrlich war....
Jetzt lüg ich eben alle Ärzte an, wenn sies nicht anders wollen... nervt mich das!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 30 Jul 2015 16:50:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ui, das ist natürlich ein Brett, was der so gesagt hat!
Und was hast Du zu ihm gesagt als Du laut wurdest?

Aber trotz Allem, sieh es mal so: Der war eh nicht auf der Höhe. Hat Dir zwar alles mögliche geschenkt und verschrieben und gemacht, hat aber null Plan und Fortbildung gehabt. Und auf Dauer bringt Dir so ein "Facharzt" herzlich wenig. Es geht ja auch um andere wichtige Untersuchungen.

Vielleicht kommst Du jetzt an einen Gescheiteren!

Und heute freust Du dich lieber mal, dass Deine Eiseninfusion so gut geklappt hat.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 30 Jul 2015 17:23:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hab ihm gesagt, dass er keine Ahnung hat und sich gerne mal weiter bilden dürfte...
Da war er dann gant erschrocken, ich liebes Ding ich, werd eigentlich nie laut; nur dann wenn ich richtig die Schnauze voll hab und die hatte ich.

Och du bist ja wie mein Mann Der meinte auch, ich solle doch froh sein, vielleicht mal einen besseren Arzt zu finden.. ich bin da ja sehr skeptisch... aber gut, es wird sich zeigen. Hab zum Glück noch für einen Monat Prog.

Ja, darüber freu ich mich wie blöd! Da tut auch jetzt nichts weh, sieht auch super aus.
UND! Er hat sich meine alten Rostflecke angesehen, weil ja da noch der Knubbel ist.. man war schockiert; aber er meinte, ich solle es mit ner Narbensalbe probieren und bis Weihnachten wär das dann weg Juhu

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 30 Jul 2015 18:28:06 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hab ihm gesagt, dass er keine Ahnung hat und sich gerne mal weiter bilden dürfte...
Da war er dann gant erschrocken, ich liebes Ding ich, werd eigentlich nie laut; nur dann wenn ich richtig die Schnauze voll hab und die hatte ich. Gut so!!!

Och du bist ja wie mein Mann Laughing Der meinte auch, ich solle doch froh sein, vielleicht mal einen besseren Arzt zu finden.. ich bin da ja sehr skeptisch... aber gut, es wird sich zeigen. Hab zum Glück noch für einen Monat Prog.
Siehste! Dein Mann denkt auch vernünftig! Einen Gyn in HRO zu finden ist bestimmt auch nicht so schlimm, wie einen Endo zu finden. Darfst Dich aber trotzdem strecken, ein Monat ist schnell rum.

Ja, darüber freu ich mich wie blöd! Da tut auch jetzt nichts weh, sieht auch super aus.
UND! Er hat sich meine alten Rostflecke angesehen, weil ja da noch der Knubbel ist.. man war schockiert; aber er meinte, ich solle es mit ner Narbensalbe probieren und bis Weihnachten wär das dann weg Very Happy Juhu Laughing
Ach ja, eine Narbensalbe. Auf die Idee bin ich noch gar nicht gekommen. Na vllt. bringt es ja was!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 30 Jul 2015 19:27:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Joar, Endos gibts hier nur 2 und die hab ich schon durch, sind beide.. nett gesagt.. bescheiden
Mal sehen, ob ich nen guten Gyn finde... meinst du ich solle gleich mal am Telefon wegen naturidentischen Hormonen fragen?

Ich will schwer hoffen, dass die Narbensalbe was bringt, 18 Euro n mini Tübchen ob die bloß bis Weihnachten hält

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 31 Jul 2015 12:17:54 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Heute wieder ein super Erlebnis gehabt:
Gegenüber von mir ist ne Frauenärztin, ich also hin wegen Termin.
Empfangsdame meinte aber gleich, dauert mind. 3 Monate, ein Rezept für die Zeit sei aber kein Ding.
Ich sah natürlich meine Chance und sagte: Jupp, gerne.
Sie: Welche Pille nehmen Sie?
Ich: Eh, gar keine, Famenita bitte.
Sie: Also ne.. die Pille kann ich Ihnen ohne Probleme geben, aber sowas.. nee.. das ist.. nee..
Jetzt hab ich ne Probe für 30 Tage bekommen und n Termin in 2 Wochen...

Ich kann echt nur den Kopf schütteln!

Ich habe mir die Frauen, die da auf ihr Pillenrezept warteten übrigens mal genauer angesehen: 3 von 3 hatten Haarprobleme. 2 davon sogar richtig schlimme.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 31 Jul 2015 15:48:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Die hätten Dir dann heute ein Pillenrezept gegeben, ohne dass die Ärztin dich überhaupt kennt und gesehen hat?
Und beim bioidentischen Famenita machen die sich ins Höschen, aber eine Probe gibt`s mit?
Aaah Ja! Ohne Worte!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 31 Jul 2015 15:59:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Japp genauso.. geil oder?..... da fällt einem nix mehr ein.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 02 Aug 2015 11:24:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 166, ZT 16: Eisprung diesen Zyklus: check Freitags oder nächsten Montag gehts denn zur BE; werd ich wohl selbst bezahlen dürfen, aber egal, bin ja sooooo gespannt.
Hormonell wars diesen Zyklus bisher ja wirklich turbulent, aber seit gestern gehts mir wieder richtig gut! Brave Hormone.
Haartechnisch so wie letzte Woche, also kein Grund zu meckern.
An sich fallen die Haare jetzt auch nur noch da, wo das Pony wäre... da kann ich sie direkt am Ansatz auch immer noch einfach so raus ziehen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 09 Aug 2015 11:13:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 173; ZT 23:
Ausfallzahlen immer noch im Rahmen; über Tag sind es ein paar mehr, aber die zähle ich erst gar nicht.
Hormonell ist dieser Zyklus wieder naja, zwar gings mir nach dem ES ein paar Tage besser, aber

seit vorgestern ist es wieder nicht so toll.
Morgen gehts zu BE, dann habe ich in einer Woche endlich mal Gewissheit...

Letzte Woche hatte ich den Insulinresistenztest und den Glucosetoleranztest; beide nicht gut ausgefallen, zwar noch keine Diabetes aber naja, Glocuse wäre am oberen Rand, Homa-Index von 4,0, also ist ne Insulinresistenz sehr wahrscheinlich. Ganz toll.
Die "super" Ärztin der Hormonsprechstunde meinte dann: Ich solle doch einfach abnehmen; da ich ihr schon beim letzten Termin erklärte, dass ich grade das aber nicht kann (zumal ich sowas ja schon vermutete), meinte sie, es wäre an der Zeit, mein Leben mal zu ändern So eine schlimme Frau.
Nun, ich versuche jetzt zum 3. Mal abzunehmen, ich will es ja auch schaffen... aber es ist soo frustrierend, wenn man weniger isst und auf einfach alles verzichtet, was man gerne essen würde, jeden Tag Sport macht und auf der Waage überhaupt gar nichts passiert Vielleicht war es immer nur der falsche Sport, ich habe auch nie aktiv Muskelaufbau betrieben, das wird jetzt nachgeholt.
Werde das nun aber mal machen, bis zu meinem Endo Termin Ende des Monats und dann soll er mal was machen und wenn er mir mit dem gleichen Sch*** kommt, von wegen "beruhigen" etc. pp., dann lernt er meine Östrogendominanz mal kennen. Die kann seehr biestig sein

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by nina199 on Tue, 11 Aug 2015 22:47:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das ist ja das blöde an der Insulinresistenz.. man kann wegen ihr nicht abnehmen und umso loszuwerden soll man abnehmen..

Habe Ende des Monats auch meinen Termin beim Diabetologen...mal sehen was bei mir rauskommt.. vermute aber auch das es eine insulinresistenz ist.. Esse wenig und gesund und bewege mich und auf der waage passiert einfach nichts! Um abzunehmen nehme ich zurzeit eiweißshakes.. ich esse überhaupt nichts und trinke dann das zeug und das ist das einzige was bei mir hilft.. nicht mehr normal gesund ist es nicht und ich mache es auch nur phasenweise..

habe gehört das man bei einer insulinresistenz metformin kriegen würde.. oder ist es nur wenn man kinderwunsch hat? Muss das überhaupt behandelt werden?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 08:19:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja ein blöder Teufelkreis.
Aber eine Sache freut mich: Ich habe immer immer immer immer seit dem ich den Haarausfall habe, gesagt, dass das eine Ursache hat, also eine große Oberursache und kein Schwein hat mir geglaubt. Und es war ja nun eben so: die Pille..

Mein Endo ist auch Diabetologe, ich hoffe auch, dass von ihm mal was kommt, außer: beruhigen.
Berichte dann mal, wie es bei dir war! Ich drück ganz feste die Daumen!
Finde das auch so blöde, dass jetzt erst so ein Test gemacht wurde und nicht schon früher... hab das Abnehmproblem ja nun schon seit über 2 Jahren

Da kennt sich Blueeyes besser aus.
Meine "Hormon"-ärztin meine nur: nö, kein Metformin, einfach abnehmen.
Und sie "weiß" ja, dass ich einen Kinderwunsch habe (den habe ich nicht, ich gebe es nur immer an, damit man auch mal ernst genommen wird; aber nicht mal das zieht).
Ne andre Ärztin meinte zu mir, dass man mit ner Östrogendominanz (und bei mir auch die SD) auch nicht wirklich abnehmen kann und diese (und die SD) erst mal behandelt werden soll(en) und dann erst die IR, weil sich da auch bedingt usw.
Bin mal gespannt.. mache diese Woche eine hardcore Diät (also viel viel Gemüse, gar keinen Zucker, wenig KH) und gleichzeitig ne Darmsanierung; wenn da nicht wenigstens n halbes Kilo geht, weiß ich auch nicht mehr.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Wed, 12 Aug 2015 10:55:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

wenn Du jetzt so radikal einseitig essen möchtest, dann vergesse nicht, genug NEMs einzunehmen, sonst geht der HA aufgrund von Nährstoffmängeln dann wieder erst recht los..ist wirklich ein Teufelskreis.
Soweit ich weiss, benötigt auch die SD Kohlenhydrate.

Nur Gemüse..igitt... wäre nix für mich...

Na ja, Du wirst es schon richtig machen, evtl. fällt es ja bei der Hitze momentan etwas leichter, weniger zu essen.

Drück Dir ganz feste die Daumen, dass es klappt...kann mir vorstellen, wie frustrierend es sein muss, wenn das Gewicht nur stagniert und nichts geht.

VLG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 11:17:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Sissi

Och das Gemüse hat bestimmt viel gutes Zeug, Obst ess ich ja auch viel
Die NEMs ändere ich ja nicht, das wird hoffentlich passen

Weißt du zufällig, wie viel KH die SD so braucht? Will der ja nix nehmen.
Esse im Durchschnitt so 200-300g KH am Tag.

Welche Hitze? Hier oben ist es eher fast schon zu kühl, ich sitz hier mit Socken!!

Danke, das ist wirklich soo lieb von dir

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 13:53:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen!!

Hab die Blutwerte vom Endo am Montag und es ist echt... ich schmiere und schmiere... es bringt anscheined nichts

Erstmal die SD:
TSH: 1,4
fT3: 2,9 (2,00 - 4,40 pg/ml)
fT4: 15,8 (9,30 - 17,00 ng/l)

Sieht für mich ja nach ner Umwandlungsstörung aus... ach man, der Endo fand das natürlich alles super.
Das LT werd ich wohl dann weiter erhöhen -.-

Der Hormonstatus ist n Witz... - 7 Tage nach ES also Lutealphase:
LH: 8 (1-15IU/l)
FSH: 2 (2-8 IU/l)
Estradiol: 434 (43,8 - 211 pg/ml)
Progesteron: 12 (1,70 - 27,0 ng/ml)

Ich sehe das doch richtig, dass Östradiol doppelt so hoch ist, wie es sein sollte???!!!
Übrigens meinte auch hier der Endo: alles super, sieht aber eher nach ES aus und nicht nach Luteal, ist aber 100% Lutealphase! Und: ich solle das lieber mit einem Frauenarzt klären???!!
Wer ist denn hier der Hormonfacharzt???!!! Ich werd noch bekloppt hier, ehrlich.
Das Verhältnis von Östradiol und Progesteron liegt somit bei: 1:28... viel zu niedrig

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 15:52:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Wed, 12 August 2015 15:53Hallöchen!!

Hab die Blutwerte vom Endo am Montag und es ist echt... ich schmiere und schmiere... es bringt anscheined nichts

Erstmal die SD:
TSH: 1,4
fT3: 2,9 (2,00 - 4,40 pg/ml)
fT4: 15,8 (9,30 - 17,00 ng/l)

Sieht für mich ja nach ner Umwandlungsstörung aus... ach man, der Endo fand das natürlich alles super.
Das LT werd ich wohl dann weiter erhöhen -.-

Der Hormonstatus ist n Witz... - 7 Tage nach ES also Lutealphase:
LH: 8 (1-15IU/l)
FSH: 2 (2-8 IU/l)
Estradiol: 434 (43,8 - 211 pg/ml)
Progesteron: 12 (1,70 - 27,0 ng/ml)

Ich sehe das doch richtig, dass Östradiol doppelt so hoch ist, wie es sein sollte???!!!
Übrigens meinte auch hier der Endo: alles super, sieht aber eher nach ES aus und nicht nach Luteal, ist aber 100% Lutealphase! Und: ich solle das lieber mit einem Frauenarzt klären???!!
Wer ist denn hier der Hormonfacharzt???!!! Ich werd noch bekloppt hier, ehrlich.
Das Verhältnis von Östradiol und Progesteron liegt somit bei: 1:28... viel zu niedrig

Was dat denn??

Hm, irgendwas läuft da aber schief. Also auf den ersten Blick sieht es ja wirklich nach ES aus. Aber wenn Du sagst, das der 7 Tage vorher war..... dann stimmt irgendwie alles nicht so richtig.
Wie waren den die letzten Werte gewesen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 15:58:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hey Blueeyes,

die Normwerte sind extra für die Lutealphase, die musste ich mir selber raussuchen, stimmen aber, weil ich weiß, welches Labor der Endo immer nimmt.
Du hast auch recht, denn die Östradiolwerte für den ES sind :85,8 - 498 pg/ml; da passt das Progesteron dann aber nicht mehr rein (die wären dann: 0,80 - 3,00 ng/ml)

Die Werte vorher waren so:
Östradiol (260-920 pmol/l) 804 (--> wenn ich den Wert oben in pmol/l umrechne käme hier 1590 raus!!)
Progesteron (25-80 nmol/l) 26,7 (--> wenn ich den Wert oben in nmol/l umrechne käme hier 47,8 raus)

Von daher..., das Prog ist diesmal besser, aber das blöde Östradiol

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 16:15:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Wed, 12 August 2015 17:58Hey Blueeyes,
die Normwerte sind extra für die Lutealphase, die musste ich mir selber raussuchen, stimmen aber, weil ich weiß, welches Labor der Endo immer nimmt.
Du hast auch recht, denn die Östradiolwerte für den ES sind :85,8 - 498 pg/ml; da passt das Progesteron dann aber nicht mehr rein (die wären dann: 0,80 - 3,00 ng/ml)

Die Werte vorher waren so:
Östradiol (260-920 pmol/l) 804 (--> wenn ich den Wert oben in pmol/l umrechne käme hier 1590 raus!!)
Progesteron (25-80 nmol/l) 26,7 (--> wenn ich den Wert oben in nmol/l umrechne käme hier 47,8 raus)

Von daher..., das Prog ist diesmal besser, aber das blöde Östradiol

Na auch das LH und FSH passt ja irgendwie besser zum ES als 7 Tage danach, zumindest das LH.

Also das die SD bei diesem Östradiol Wert nicht ok ist, erscheint mir klar.
Die Progesteroncreme ist entweder nicht genug oder scheint nicht anzuschlagen.
Das hohe Östradiol könnte auch mit der IR und der damit verbundenen Gewichtszunahme (Fettzellen wandeln Testosteron in Östradiol um) zusammenhängen? Andererseits hattest Du das hohe Östradiol schon immer oder, also auch vor Gewichtszunahme, oder?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 16:20:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich kann gerne meine Zykluskurve hier reinstellen, ich hatte definitiv 7 Tage vorher den ES Ich habe diesmal sogar den Schleim untersucht und der war an diesem Tag und auch vorher schon nicht mehr spinnbar.

Aber ich schmier doch schon 200mg? Das ist ne 5%ige Creme.. Diesen zyklus sogar teilweise über 300mg (das wär dann ne 10%ige), weil die Brustschmerzen so doll waren.
Naja, vorher hatte ich auch schon genug Fett, so ist das ja nicht
Aber ja, das Östradiol war seit letztem Jahr, wo der erste Hormonstatus unter Pille gemacht wurde, schon erhöht.

Kanns denn so theoretisch sein, dass erst das Prog hochgehen muss, also sich selbst ersetzen muss, bevor es sich in andere Hormone wandelt?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 16:25:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

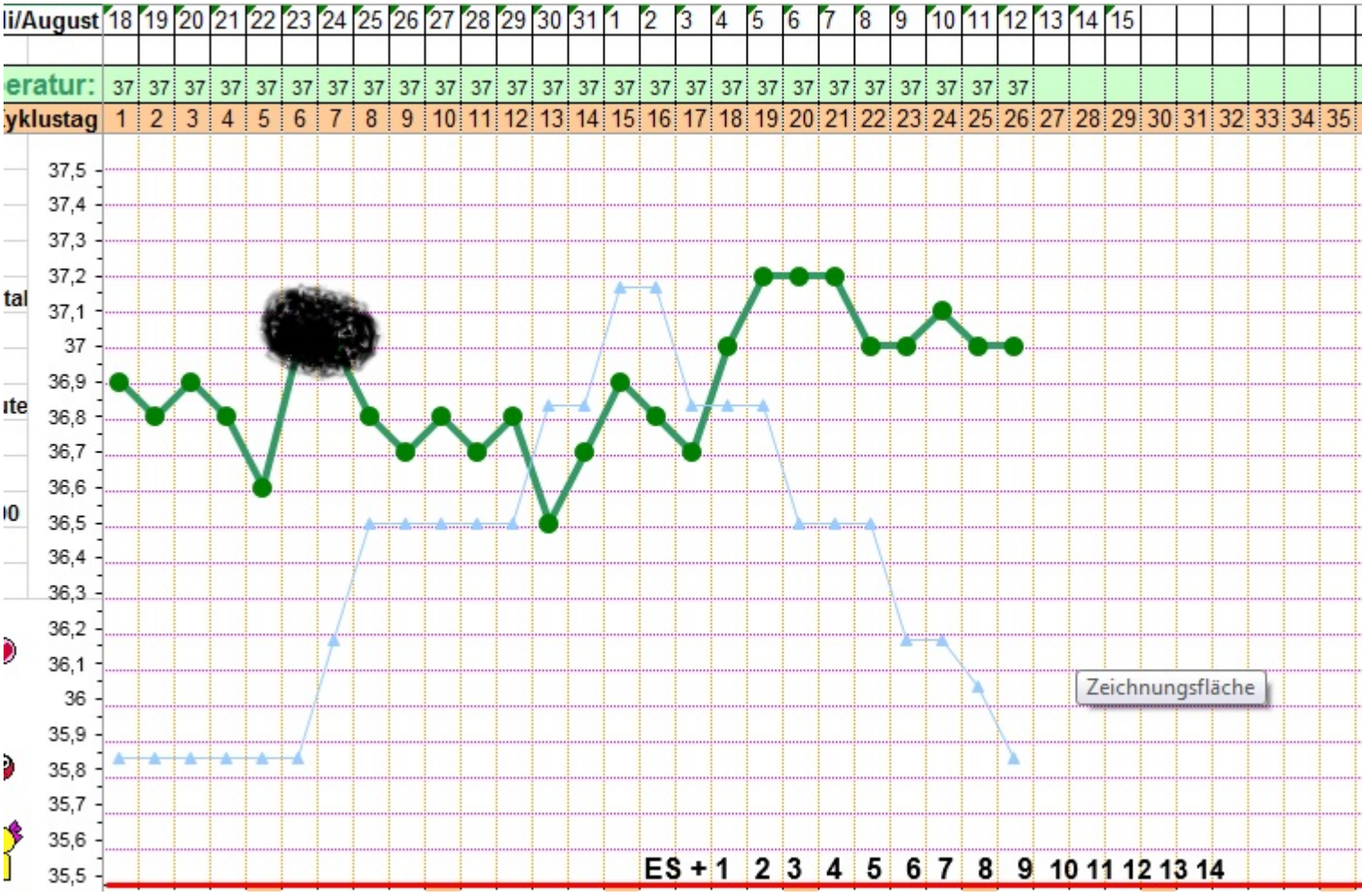
Hier mal meine Kurve; der schwarze Fleck wird geklammert, weil ich da richtig mies geschlafen hab.(ein wahres Kunstwerk von mir)

Am 17. ZT war der ES, weil danach die Temperatur oben bleibt und auch der Schleim schlechter wurde.

Das grüne ist die Temperatur; das blaue der Schleim

File Attachments

1) Zykluskurve.jpg, downloaded 1594 times

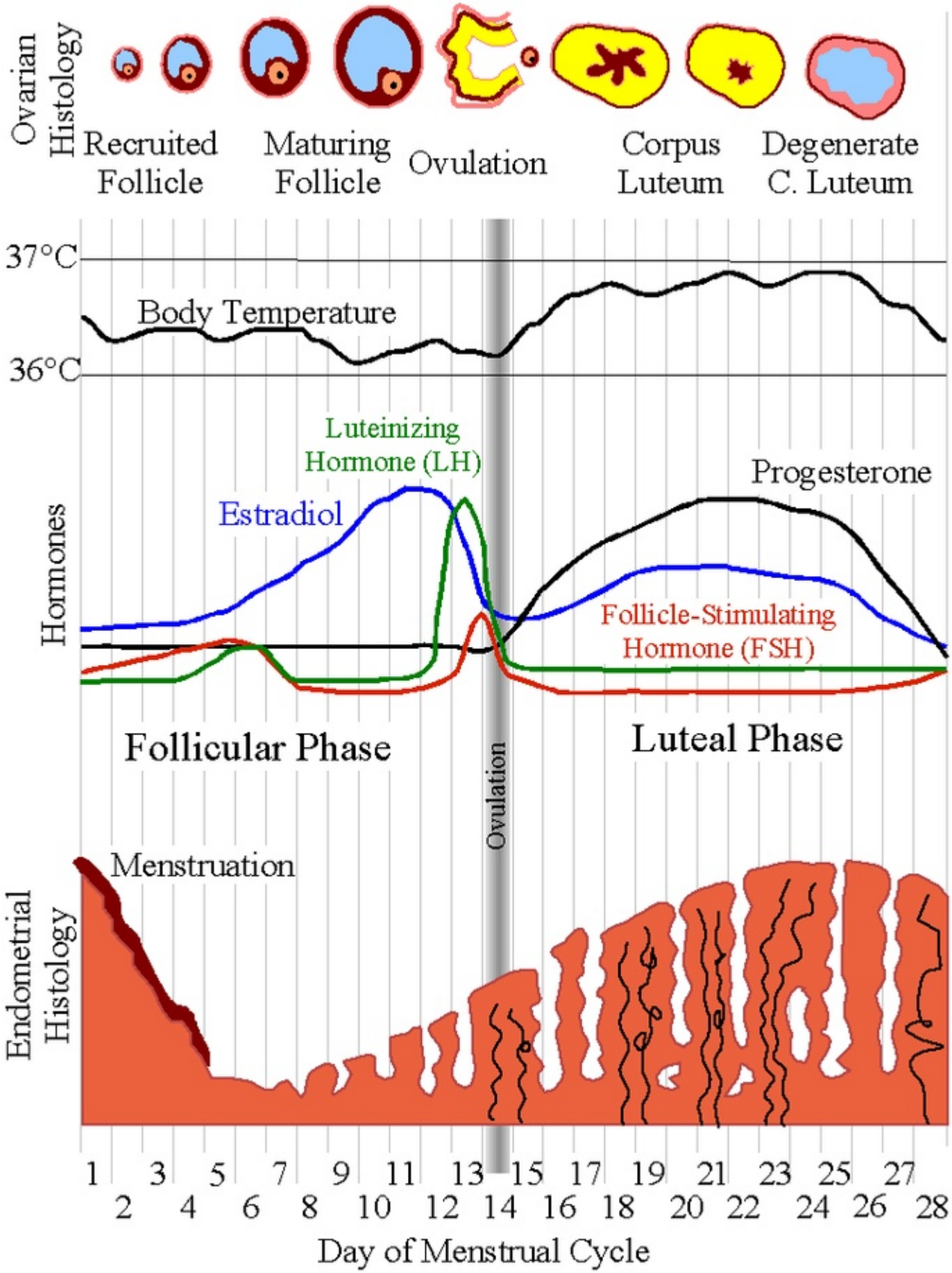


Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 16:31:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hab hier mal ne sehr schöne Grafik wie ich finde. Jetzt mal so passend zu Deiner wunderschönen Temperaturkurve.

File Attachments

1) 89feaf22eb112269a8a034c6557491a3.jpg, downloaded 1879 times



(Average values. Durations and values may differ between different females or different cycles.)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 16:46:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kanns denn so theoretisch sein, dass erst das Prog hochgehen muss, also sich selbst ersetzen muss, bevor es sich in andere Hormone wandelt?!

Eigentlich sollte es so sein. Die Hormone werden erstmal in die Peripherie geschickt und verteilt, was zu viel ist wird umgewandelt, nochmal losgeschickt und verteilt, und wenn nichts mehr gebraucht wird abgebaut und ausgeschieden.

Gilt aber nur für körpereigene, bioidentische Hormone. Synthetische Hormone gehen diesen Weg nicht.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 16:53:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Okay, jetzt für ein dummes Pfannküchlein heißt das nun?!

Ich lese da raus (bitte korrigier mich!): Ich schmier Prog, das lagert sich erst mal als Prog an. Wenn das dann genug ist, wird es erst in andere Hormone umgewandelt?

Steh grad aufm Schlauch, obwohl ichs sicher mal gelesen haben, und was passiert mit dem Östradiol

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 17:01:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

nina199 schrieb am Wed, 12 August 2015 00:47Das ist ja das blöde an der Insulinresistenz.. man kann wegen ihr nicht abnehmen und umso loszuwerden soll man abnehmen..

Habe Ende des Monats auch meinen Termin beim Diabetologen...mal sehen was bei mir rauskommt.. vermute aber auch das es eine insulinresistenz ist.. Esse wenig und gesund und bewege mich und auf der waage passiert einfach nichts! Um abzunehmen nehme ich zurzeit eiweißshakes.. ich esse überhaupt nichts und trinke dann das zeug und das ist das einzige was bei mir hilft.. nicht mehr normal gesund ist es nicht und ich mache es auch nur phasenweise..

habe gehört das man bei einer insulinresistenz metformin kriegen würde.. oder ist es nur wenn man kinderwunsch hat? Muss das überhaupt behandelt werden?

Hi Nina,

das Metformin bekommst Du bei einer IR auch ohne Kinderwunsch. Ist privat zu zahlen (ist aber

nicht so teuer), da die GKV es in der Regel nur bei Diabetes zahlt. Das wäre dann auch eine der möglichen Folgen, wenn man eine IR nicht in den Griff bekommt. Zudem hat es Auswirkungen auf das hormonelle System und auf die Herz-und Blutgefäße.

LG Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 17:09:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Wed, 12 August 2015 18:53 Okay, jetzt für ein dummes Pfannküchlein heißt das nun?!

Ich lese da raus (bitte korrigier mich!): Ich schmier Prog, das lagert sich erst mal als Prog an. Wenn das dann genug ist, wird es erst in andere Hormone umgewandelt?

Steh grad aufm Schlauch, obwohl ichs sicher mal gelesen haben, und was passiert mit dem Östradiol

So habe ich es aus der Literatur. Aber Dein Prog. ist ja zu wenig. Was soll sich da umwandeln? Und Östradiol ist ein Endprodukt. Wandelt sich nicht mehr.
Gut wäre mal den Zyklusanfang mit allen Hormone zu erfahren.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 17:13:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ok. Danke
Hmpf, ich steh immer noch aufm Schlauch... und wie wird dann das Östradiol gehemmt? Och man... Gibts da denn keinen Hemmer für?!

Ja, werd ich machen lassen, wenns die Gyn nicht macht, mach ichs selber. Beim Hormonstatus fehlen ja eh noch zig Werte
Ich werd auch Östradiol und Prog jetzt monatlich abnehmen... ich will da Gewissheit haben! (zumindest den nächsten Zyklus wieder)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 17:17:15 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Wed, 12 August 2015 19:13Ok. Danke
Hmpf, ich steh immer noch aufm Schlauch... und wie wird dann das Östradiol gehemmt? Och man... Gibts da denn keinen Hemmer für?!

Ja, werd ich machen lassen, wenns die Gyn nicht macht, mach ichs selber. Beim Hormonstatus fehlen ja eh noch zig Werte
Ich werd auch Östradiol und Prog jetzt monatlich abnehmen... ich will da Gewissheit haben! (zumindest den nächsten Zyklus wieder)

Ich weiß es nicht warum Du zuviel Östradiol produzierst. Wird ja in den Eierstöcken produziert. Bin ja auch keine Fachärztin.
Aber wir können es ja gemeinsam versuchen herauszufinden, was da schief läuft.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 17:21:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wenn ne Fachärztin mir das sagen könnte, wär das toll; du bist da doch die bessere Ansprechpartnerin
Also alles unten rausgeräumt und gut ist

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 17:28:42 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Wed, 12 August 2015 19:21 Wenn ne Fachärztin mir das sagen könnte, wär das toll; du bist da doch die bessere Ansprechpartnerin
Also alles unten rausgeräumt und gut ist

Lach mich schlapp!

Nochmal zur Sache, Testo hattest Du ja noch nicht prüfen lassen stimmts? Das wäre auch mal sehr wichtig. Auch wie da das Verhältnis zum Östr. ist.
Hast Du fettige Haare bekommen oder Pickel? Weil Testo sich in Östradiol umwandelt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 17:46:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Naja, "ich" habe gar nix geprüft; ich habe beim Endo angerufen und um einen Hormonstatus gebeten und die 4 Werte sind das Ergebnis
Meine Haare sind grade ein wenig schneller am Nachfetten
Ich lasse einen kompletten Hormonstatus* am 3.-5. ZT machen, ist das recht so?

*d.h.: FSH, LH, E2, Prog, Prolaktin, DHEA-S, Testo, SHBG ; habe ich was vergessen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 17:59:28 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja ist recht. Evtl Androstendion? Wegen PCO Diagnostik?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 18:01:06 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wollt wenigstens 15€ sparen
Ich kanns ja noch nachbestellen, wenn der Rest auffällig ist? So als Kompromiss?

PS: Ich habe mir mal einen Aromatasehemmer gekauft; wurde mir im anderen Hashi Forum empfohlen (von einer Userin, die selbst mit der Östrogendominanz zu kämpfen hat). Ein Versuch ist es ja Wert

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 18:11:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Wed, 12 August 2015 20:01Wollt wenigstens 15€ sparen
Ich kanns ja noch nachbestellen, wenn der Rest auffällig ist? So als Kompromiss?

PS: Ich habe mir mal einen Aromatasehemmer gekauft; wurde mir im anderen Hashi Forum empfohlen (von einer Userin, die selbst mit der Östrogendominanz zu kämpfen hat). Ein Versuch ist es ja Wert

Alles Tutti!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by blueeyesdeluxe on Wed, 12 Aug 2015 18:13:26 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich habe mir mal einen Aromatasehemmer gekauft; wurde mir im anderen Hashi Forum empfohlen (von einer Userin, die selbst mit der Östrogendominanz zu kämpfen hat). Ein Versuch ist es ja Wert Uh Oh

Einen natürlichen? Wie und wo wirkt das denn? Wie funktioniert das?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 12 Aug 2015 20:34:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich habe einen gekauft mit 100mg Diindolylmethane.
Über diesen Wirkstoff hatte u.a. das hier gefunden:
"DIM Kohlgemüse zur Krebsvorsorge
Der reichliche Verzehr von Gemüse gilt seit langem als natürliche Waffe zur Krebsprävention. Insbesondere Kohlgemüse wie Brokkoli, Rosenkohl und Blumenkohl sollten möglichst häufig aufgetischt werden. Doch was macht diese Kreuzblütler eigentlich so gesund?
Neben dem krebshemmenden Pflanzenfarbstoff Chlorophyll, mit dem die grünen Gemüsesorten punkten, kommt hier ein weiterer Gesundheitsbote auf den Teller: Diindolylmethan (DIM).
Dieses potente Antioxidans entsteht im Körper während der Verdauung des Senföls Indol-3-Carbinol, einem Wirkstoff aus der Gruppe der schwefelhaltigen Verbindungen namens Glucosinolate. Wird Kohlgemüse regelmässig gegessen, macht DIM sich stark gegen freie Radikale und bietet somit natürlichen Schutz gegen Zellschäden.
Die Umwandlung von Indol-3-Carbinol in DIM während der Verdauung von Kohlgemüse führt ausserdem zur Hemmung zweier Proteine, die mit der Entstehung von Krebserkrankungen in Verbindung stehen.

_____ _____
DIM reguliert den Hormonhaushalt
Wenn Östrogene im Körper abgebaut werden, entstehen sowohl nützliche als auch schädliche Stoffwechselzwischenprodukte (Metabolite). DIM begünstigt die Bildung von nützlichen Östrogen-Metaboliten, die vorteilhafte antioxidative Eigenschaften aufweisen. Zugleich reduziert DIM potentiell schädliche Östrogen-Metabolite, welche als Risikofaktoren für Übergewicht, Brustkrebs und Gebärmutterkrebs gelten.
Auch Symptome, die unter der Bezeichnung Prämenstruelles Syndrom (PMS) zusammengefasst werden und sich u. a. in Stimmungsschwankungen, Brustschmerzen und fehlender Sexlust äussern, stehen im Zusammenhang mit einem Überschuss an schädlichen Östrogen-Metaboliten bzw. einer Östrogendominanz." (Quelle: http://www.zentrum-der-gesundheit.de/diindolylmethan-dim-ia. html)

Wie genau das funktioniert weiß ich nicht.
Ich hatte auch irgendwo gelesen (weil ja oben was mit Schwefel steht), dass auch dieser gut ist gegen Östrogene.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 13 Aug 2015 11:53:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So, ich hab mal die Werte vom IR und oGTT Test, wär schön, wenn mal einer dazu noch genauer was sagen könnte

IR-Test:
Insulin nüchtern: 15,6 (1,9-23)
Insulin nach 1h: 73-3 (-101)
Insulin nach 2h: 59,4 (<85)

oGTT:
Glucose nüchtern: 5,69 (<5,6)
Glucose nach 1h: 9,83 (ohne Bereich)
Glucose nach 2h: 7,57 (<7,

oGTT im Urin:
Glucose nüchtern: 0,16 (<0,9)
Glucose nach 2h: 0,56 (<0,9)

Diabeteskram:
HbA1c: 5,2 % (<6,1)
HbA1c (IFCC): 33 (<43)
Mittlere Glucose: 5,68 (ohne Bereich)

Versteh auch nicht, warum der Zuckerwert im Blut nüchtern so hoch ist... das war früher nicht so (hab den schon das ein oder andere Mal inner Apotheke messen lassen, weil es mich ja auch interessierte; da war der immer super)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Thu, 13 Aug 2015 11:55:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

wie viele KH kann ich Dir leider nicht sagen..Gemüse hat eher Pestizide als Vitamine.. ich habe noch nie auf KH geachtet, da ich sehr viel Brot und Brötchen esse, nehme ich da reichlich zu mir und es tut mir gut..

Hier sind es NUR 35 Grad momentan, Sonntag 18, es wird immer dann wieder kühler, wenn ich mich an die Hitze gewöhnt habe..
Nur in der Wohnung sind 30 Grad schier unerträglich...

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 13 Aug 2015 12:09:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Sissi

Puh 30 Grad inner Bude, möcht ich nicht haben. Das ist ja tödlich
Wir haben hier 22 Grad inner Wohnung und ich renn mit Socken rum!
Achso, schade, das wäre ja mal interessant gewesen, wie viel KH die SD so braucht.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 13 Aug 2015 14:37:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Achso, schade, das wäre ja mal interessant gewesen, wie viel KH die SD so braucht.

Wie die SD braucht Kohlehydrate? Das verstehe ich nicht.

Ich weiß nur, dass die SD einen großen Einfluss auf den KH-Stoffwechsel hat und eine Unterfunktion einen negativen Einfluss auf diesen Stoffwechsel hat.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 13 Aug 2015 18:37:56 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich hab keine Ahnung, andersrum kenn ich das aber natürlich auch.

Boa, dieser blöde ******* ****** ****** Hautpilz ist wieder zurück Nach 2 Monaten wieder
Blöde Hormone... immer wenn ich mit dem Östradiol wieder Probleme hab, menno

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 15 Aug 2015 10:04:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kleines Update: Zum Hautpilz gesellt sich ein liebes Seborrhoisches Ekzem am Hinterkopf

(warum muss das immer alles am Kopf sein?????!!...)
Hat eine von Euch Erfahrungen damit?!

Ich habe mir schon einen Plan aufgestellt, wie ich es vernichten möchte; Anmerkungen bitte gerne dazu:

Morgens: mit Wasser abspülen, dann Urin drauf (gar nicht soo eklig, wie man denkt...), einwirken
Danach: Pilzzeug für mind. 3 Tage
8 Stunden einwirken
Abends: Tinktur aus Stiefmütterchen- und Kamillentee + Essig drauf tüpfeln, einwirken
Danach: Mischung als Lavendel- und Teebaumöl über Nacht

Und? Weitere Ideen?!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Sat, 15 Aug 2015 11:17:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

https://de.wikipedia.org/wiki/Seborrhoisches_Ekzem das hast Du sicherlich schon gelesen..

Apfelessig soll sehr gut helfen...

http://www.dr-delventhal.de/patienteninformationen/84-das-seborrhoische-ekzem-auch-seborrhoische-dermatitis.html

und Zinkmangel ausgeschlossen werden...

Gute Besserung.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 15 Aug 2015 13:50:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Sissi! Danke für die Tipps!

Apfelessig nehme ich ja schon so oft, find ich echt komisch, dass ich das dann trotzdem habe
Ja die Wikipediaseite hab ich schon durch. Trotzdem danke
Zink werde ich nächste Woche hoffentlich testen lassen (kommt drauf an, wann ich meine

Periode bekomm, will nicht 2mal zur BE)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 16 Aug 2015 09:50:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 180; ZT 30: Diese Woche war gut, Durchschnitt von 50 Haaren. Habe aber auch nur einmal gewaschen. Wollte sie mal so richtig durchfetten lassen, damit die trocknen Spitzen mal untrockener werden; tja nix ist.. die Spitzen fetten nicht.
Hormonell gehts grade, außer die Brüste, das ist echt kaum auszuhalten; kann nicht auf dem Bauch schlafen, auf der Seite tuts auch weh und wenn ich aufm Rücken liege wird ein Nippel immer ganz hart
Ich will endlich meine Periode, damit hoffentlich auch das Östradiol mal abfällt und aus meinen Brüsten verschwindet.

Achja: Morgen hab ich mein 6-monatiges *stolzbin*
(ehrlich gesagt hatte ich gehofft, dass es nach 6 Monaten endlich viel besser ist)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 20 Aug 2015 12:51:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Soo, ich war heut mal zur BE, durfte natürlich alles selbst bezahlen auch das B12 (obwohl es mir die Ärztin ja jeden Monat spritzt... ich meinte dann, ob man es nicht mal kontrollieren sollte?; sie meinte "nö")

Im Großen und Ganzen bin ich denn ca. 80€ los... naaaja, aber dann hab ich wenigstens Gewissheit.

Ich merke die Wirkung vom Progesteron endlich mal: Ich habe nun meine Periode und habe weder große Schmerzen, noch blute ich wie ein Schwein und auch keine Brocken! Toll!
Mir gehts auch echt richtig gut hormonell gesehen; habe bis auf die Brustschmerzen, die aber auch schon besser sind, im Moment keine Beschwerden! Kenne dieses Gefühl schon gar nicht mehr.

Der Haarausfall ist grade richtig fies, dank Periode... hoffentlich pendelt sich das auch noch mal ein, das nervt schon; es fallen nur kurze kleine Haare, also wahrscheinlich die, die jetzt alle nachgewachsen sind...

Abschneiden werd ich meine Haare jetzt auch.. so 7cm kommen ab
Die Spitzen unten sind einfach nicht zu retten... ist das blöde

So bitte drückt mir mal die Daumen, ich muss zu einer neuen Gyn, weil ich das Utrogest ja weiterhin brauche.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 20 Aug 2015 19:48:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Sodele. Ärztin hat mir einmal Utrogest verschrieben. Ich solle dann zur Untersuchung wieder kommen.
Sie hatte leider auch keinen Plan von Hormonen, wollte mir auch für das nächste Mal dann synthetisches Progesteron andrehen *nein danke*
Das beste war aber: Sie wollte wissen, wann ich zur BE war; ich meinte dann 7 Tage nach dem ES. Sie schaut mich total perplex an und meint: "Wie können Sie das denn wissen?" Ich hab ihr dann erklärt, dass die symptothermale Methode da recht gut ist. Das konnte sie nicht glauben NFP hatte sie noch nie gehört.... och man, manchmal denke ich: Wo ist die versteckte Kamera?!

Achja: da ich ja jeden Monat meinen Zopfumfang und meine Haarlänge messe, stellt ich nun fest: Meine Haare wachsen nicht. keinen einzigen cm... ??! Weiß dazu einer was?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Sat, 22 Aug 2015 08:40:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo,

ich glaube kaum, dass Haare 0 mm wachsen, wie soll man das genau nachmessen? ein Ding der Unmöglichkeit.
Natürlich wachsen sie, wenn vermutlich auch nur minimal, bedingt durch z.B. Zink-Mangel, hervorgerufen durch ständige Eisengabe oder tausend andere Mängel. Gelatine und Biotin sind hilfreich.

Allerdings ist ja bekannt, dass explizit in SD-UF die Haare sehr langsam wachsen. Das dürfte sicherlich eine Rolle spielen.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Mon, 24 Aug 2015 12:49:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hm, meine Haare sind auch total trocken. Hab mir für 20Euro jetzt ein Fluid besorgt, dass ich mir in die Spitzen sprühe - das hilft. Hab ja auch gerade erst 3 cm abschneiden lassen. Sonst gehts mir schlecht. Mit dem Regaine zähle ich derzeit ja nicht, aber ich habe weder den Eindruck, dass besonders mehr ausfällt, sondern es kontinuierlich einfach hoch bleibt. Sicher so bei 60 Stück nach einmal kämmen. Super, ich bin eine von denen, wo Regaine nicht mal hilft - was ein Mist! Bin nun aber erst Anfang Monat 2 - daher werde ich noch weitere zwei abwarten.

Ich guck mal, wie das Spühzeug heißt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 30 Aug 2015 18:26:08 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 194, ZT 14: Letzte Woche war soo toll; es ging mir gut, die Haare fielen nicht, sogar beim Waschen sind es unter 100 gewesen. Durchschnitt in dieser Woche 40 So toll.
Aber meine lichten Stellen sind wieder lichter geworden, weil ich während meiner Periode wieder viel mehr verliere (hoffentlich wird das irgendwann mal besser...)
Und heute: Wieder total bescheiden.. nachm Duschen schon wieder 130... warum kann es nicht einfach wieder gut sein für immer.. immer diese Rückschläge und man weiß ja nicht, ob das nun so bleibt oder nicht. Ätzend!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Mon, 31 Aug 2015 10:09:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen,

ich weiss, Du hörst das nicht gern, aber bei meinen 2maligen Versuchen mit Progesteroncreme ging es mit HA auch wieder los und seit dieser Zeit wächst es auch viel schlechter und teilweise gar nicht nach, besonders auf einer Kopfseite.

Da muss sich im Körper etwas massiv geändert haben, ich bereue nichts mehr als diese Sch....Creme probiert zu haben.

Gute Besserung..

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 31 Aug 2015 10:31:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Sooodele, ich hab neue Hormonwerte von der 1. ZH und weitere...

Zink: 1,03 (0,7-1,5mg/l) --> Der ist sogar runter gegangen??! Ich nehm 100mg Zink am Tag???!!
Vorher 1,06
Magnesium 0,79 (0,7-1,1 mmol/l) --> Der will auch nicht hoch gehen??!... Ich nehm 600mg am Tag. Magnesiumcitrat.
Kupfer: 1,48 (0,77-1,55mg/l)

Holo-TC: 128 (ist das gut??!)

Vit D: 111 (vorher 95), das ärgert mich auch, ich nehme echt viel Vit D... dass der dann nur so wenig steigt?

DHEAS: 4,67 (2-7,7 µmol/l)
Testosteron 2,06 (bis 2,6 nmol/l)
Östradiol: 276 (110-440 pmol/l)
SHBG: 30,3 (18-114 nmol/l)

Weiß da jemand was zu?

@Sissi: Ja, lese ich in der tat ungern. Ich schmiere trotzdem weiter und warte; mag sein, dass es nur mal ein schlechter Tag ist.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Mon, 31 Aug 2015 13:02:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Du hast hervorragende Werte..normalerweise würden bei dieser Horrordosis von 100 mg Zink die Kupferwerte total im Keller sein, stattdessen sind beide sehr gut - evtl. ist dann wieder das Ferritin abgeschmiert, beeinflussen sich ja alle 3 extrem..irgendwann ist dann das Kupfer im Keller, wenn Du weiter solche Megadosen Zink nimmst..mehr als 30 mg auf Dauer soll es nicht sein...

Mg ist auch gut, wird von Vit. D ja in hohem Maße verbraucht....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 31 Aug 2015 13:05:07 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Sissi!

Ich nehme Kupfer ja auch, nur sehr gering dosiert; ist in einer Kombi Kapsel mit allem möglichen Haarkram drinne.
Könnte Zink nicht ein wenig höher sein?

Ich will ja auch gar nicht so viel Zink nehmen; ist mir auch ehrlich zu teuer

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 31 Aug 2015 16:21:09 GMT

Pfannkuchen schrieb am Mon, 31 August 2015 12:31Sooodele, ich hab neue Hormonwerte von der 1. ZH und weitere...

Zink: 1,03 (0,7-1,5mg/l) --> Der ist sogar runter gegangen??! Ich nehm 100mg Zink am Tag???!!
Vorher 1,06
Magnesium 0,79 (0,7-1,1 mmol/l) --> Der will auch nicht hoch gehen??!... Ich nehm 600mg am Tag. Magnesiumcitrat.
Kupfer: 1,48 (0,77-1,55mg/l)
Holo-TC: 128 (ist das gut??!)

Vit D: 111 (vorher 95), das ärgert mich auch, ich nehme echt viel Vit D... dass der dann nur so wenig steigt?

DHEAS: 4,67 (2-7,7 µmol/l)
Testosteron 2,06 (bis 2,6 nmol/l)
Östradiol: 276 (110-440 pmol/l)
SHBG: 30,3 (18-114 nmol/l)

Weiß da jemand was zu?

@Sissi: Ja, lese ich in der tat ungern. Ich schmiere trotzdem weiter und warte; mag sein, dass es nur mal ein schlechter Tag ist.

Zink ist prima. Kann evtl. durch die Eiseninfusion etwas runter gegangen sein. Würde es an Deiner Stelle auch nicht so hochdosiert über einen längeren Zeitraum einnehmen.

Magnesium ist ok, könnte aber echt noch ein bisschen besser sein. Gerade in Bezug auf die IR. z.B. Vitamin D und hohes Östradiol können den Mg - Spiegel nach unten beeinflussen.

Kupfer ist super.

Holo - TC steht keine Einheit dabei. Wenn es aber pmol/l ist, dann ist wohl dieser Bereich 78176 pmol/l optimal.

Vitamin D auch ohne Einheit. Wie hoch willst Du denn da gehen?

Die Sexualhormone sind von der ersten ZH? Also ca. 5 ZT.?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Pfannkuchen on Mon, 31 Aug 2015 17:30:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ferritin müsste ich ja auch dringend mal überprüfen! Danke für den indirekten Hinweis

Was heißt "längerer Zeitraum" genau?
Im Moment nehme ich 20mg, das ist doch ok oder?

Hm, ich nehm das Magnesium echt schon zur Grenze; vllt. kann ich noch ein paar mg drauf packen (mit den jetzigen Tabletten nehme ich aber schon 12 Tabletten)

Ja pmol sorry!! Sieht gut aus oder? Dafür, dass ich seit 3 Monaten keine Spritze bekommen hab?

Sorry: Vit D hat die Einheit nmol/l, also 44 ng/ml, also danach noch im Mangel. Versteh nur nicht, warum ich in der anderen Einheit nicht mehr im Mangel bin

Japp, 1. ZH = 4. Zyklustag

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Tue, 01 Sep 2015 12:08:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

44 ng Vit. D ist absolut kein Mangel, sondern ein sehr guter Wert..Mangel wäre z.B: 25..

Längerer Zeitraum über 3 Monate...ich dachte Du nimmst 100????????????? Ich nehme ca. 30 pro tag, mal auch 35 oder 40, aber nicht mehr und mache auch mal eine Pause.

https://www.ugb.de/mineralstoffe/mineralstoff-praeparate-nah rungsergaenzungsmittel/
den link finde ich auch nicht uninteressant...

Magnesiumtabletten? oxid? das bringt nicht viel...nehme Mg-Citrat, wird viel besser aufgenommen....und wirkt zudem noch basisch...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 01 Sep 2015 12:48:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ab 50ng soll aber besser sein Ich will so auf 60

Ja 100 nahm lange, länger als 3 Monate... jetzt bin ich runter
Pausen mache ich auch ab und an mal, merke da dann vor allem das Magnesium, das mir dann fehlt. Da fülle ich auch wieder auf. Nehme es abends, aber habe dann jeden Morgen Durchfall Das nervt echt.

Ich nehm Citrat, gestern mal 800... das war kein schöner Morgen!

Oxid nehme ich dazu (ca 1600mg), davon merke ich aber nix, wills aber auch nicht wegschmeißen

Den Link schau ich mir nachher mal an!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Tue, 01 Sep 2015 13:46:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mit Mg pausiere ich nicht, wäre froh, ich hätte mal Durchfall...

Ach so, dachte Du nimmst nur Tabletten, sind ja meist dann oxid.

Von mehreren Endos hab ich gehört, dass Studien in USA ergaben, dass der beste Vit. D-wert zwischen 20 und 30 liegt, wäre mir auch recht, meiner ist knapp über 60, aber nur, weil ich sek. Hyperpara Osteopenie habe, die dadurch wesentlich gebessert wurde..ansonsten kümmert mich Vit. D wenig, merke keine positiven Veränderungen.....gesund sterben ist auch nicht alles.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 01 Sep 2015 17:44:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Pfannkuchen schrieb am Mon, 31 August 2015 19:30Ferritin müsste ich ja auch dringend mal überprüfen! Danke für den indirekten Hinweis

Was heißt "längerer Zeitraum" genau?
Im Moment nehme ich 20mg, das ist doch ok oder?

Hm, ich nehm das Magnesium echt schon zur Grenze; vllt. kann ich noch ein paar mg drauf packen (mit den jetzigen Tabletten nehme ich aber schon 12 Tabletten)

Ja pmol sorry!! Sieht gut aus oder? Dafür, dass ich seit 3 Monaten keine Spritze bekommen hab?

Sorry: Vit D hat die Einheit nmol/l, also 44 ng/ml, also danach noch im Mangel. Versteh nur nicht, warum ich in der anderen Einheit nicht mehr im Mangel bin

Japp, 1. ZH = 4. Zyklustag

Achso. Ich habe es auch so wie Sissi verstanden, dass Du Zink 100mg nimmst. Selbst wenn Du das jetzt nicht mehr nimmst, dass war schon recht viel. Selbst bei Sportlern wird empfohlen, nicht dauerhaft über 50mg zu nehmen.
10-25mg täglich sind ok. Jetzt musst du halt schauen, wie deine Ernährung aussieht, weil man ja dadurch auch Zink zu sich nimmt. Bei einer normalen Mischkost (auch Getreide) nimmt man mit

Ernährung wohl bis 10 mg zu sich.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 01 Sep 2015 18:13:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Sissi: Ja, ich pausier jetzt auch nimmer, immer diese Wadenprobleme nerven ganz schön.
Och ich kann dir gerne meinen Durchfall abgeben, mich nervt der nämlich
Joar wirklich was vom Vit D merken, tu ich auch nicht... ich war aber auch noch nie über 50...
ich probiers einfach mal
Mit der MS soll man aber eh mehr Vit D nehmen, als "gesunde" Menschen.

@Blueeyes: Ich war gestern n bissl daneben, sorry
Ok, gut, ich habs ja reduziert

Hab grad mal geschaut: Also ich esse recht viel mit Zink und auch Kupfer... da dürfte ich eigentlich nie in einen Mangel rutschen.
Gut Eisen auch nicht Aber da habe ich wohl mehr geblutet als gegessen ^^

Ach kleines Update zur Periode: Die letzte war seeehr wenig, so wenig habe ich noch nie geblutet, dafür aber 9 Tage, davon 5 Tage Schmierblutung... aber nicht vor der Periode sondern danach. Ich hatte mal gelesen, dass die Schmiere vorher einen Progmangel andeutet und danach einen Ö-Mangel?! Davon habe ich doch aber reichlich? Weiß da jemand was zu?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 01 Sep 2015 18:50:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Was nimmst du denn jetzt für ein Zinkprodukt? Ich glaube Zinkhistidin war ja das Beste hatten wir mal rausbekommen mit Ashura. Wo ist die Ölfachfrau Ashura eigentlich?

Hm, naja ich glaube man kann durch gewisse Erkrankungen, Medikamente, künstliche Hormone schon in einen Zinkmangel kommen, der Bedarf ist dann eben höher. Ich ernähre mich wirklich sehr gut und hatte trotzdem einen Mangel, nicht nur an Zink.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 01 Sep 2015 19:11:11 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

Ich nehm auch die Histidin Verbindung; habe aber die Vermutung, dass bei mir da gar nix den Wert hoch treibt
Joar kA wo die liebe Ashura geblieben ist..

Ja klar, so meinte ich das ja auch nicht direkt. Eigentlich wollte ich nur mal angeben, dass ich soo gesund esse Und trotzdem nicht abnehme
Gut, ich weiß gar nicht, wie mein Zink ohne Tabletten aussah; mit dem Haarausfall hab ich ja sehr schnell Zink genommen, um sicher zu gehen..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 02 Sep 2015 18:05:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 197, ZT 17:
Soo einen ES hatte ich wieder; braver Uterus!
Progesteron tut mir immer noch gut, aber ich muss sagen, dass ich zum ES hin das Östradiol echt ganz schön merke. Das wird aber hoffentlich auch besser mit der Zeit
Gestern habe ich mit Thybon angefangen, 2,5µg merke bisher nichts schlimmes, meine Gedanken sind klarer, aber ich habe einen roten warmen Kopf... Damit kann ich aber abends leben
Haarausfall war zum ES wieder schlimm (200), aber das war bisher immer so; krass finde ich das aber schon.

Freitag habe ich meinen letzten Arzttermin dieses Jahr, meine aller aller aller letzte Hoffnung: Eine Gyn in Ribnitz-Damgarten, die am Telefon schonmal recht nett war und auch wissen wollte, das denn "bioidentische Hormone" seien. Hoffe ja, dass ich von ihr die Prog-Creme bekomme.. drückt mir bitte die Daumen! Das ist wirklich meine letzte Anlaufstelle...

Ich berichte dann mal...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Thu, 03 Sep 2015 11:51:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Du nimmst Thybon? Dachte, das verschreibt kaum ein Arzt, höchstens Prothyrid oder Novo...200 sind relativ viel...kann aber sowieso nicht nachvollziehen, wie Du das so genau zählen können willst. man verliert ja etliches tagsüber, ohne das man es merkt, erst beim Saugen oder nass wischen und dann natürlich noch unterwegs...

Die Ärztin fragt, was "bioidentische Hormone" seien? Die kannst Du doch vergessen, wenn die sich nicht auskennt, wird sie Dir garantiert auch nix aufschreiben...oder habe ich mich verlesen???

Übrigens, Zink mit Histidin hab ich lange genommen, hat nix gebracht, bei mir jedenfalls,

Zinkpicolinat ist da schon wesentlich besser, krieg da auch keine Magenschmerzen, aber das muss wohl jeder selbst ausprobieren.

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 03 Sep 2015 11:59:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich zähle nur die Haare, die ich morgens beim Kämmen lasse, tagsüber habe ich einen Dutt, da verliere ich nichts und nachts einen geflochtenen Zopf; was ich nachts verliere ist mir egal

Joar, ich bin mir auch unsicher mit der Ärztin, werd den Termin auf Januar verschieben, bis dahin habe ich auch noch Prog. Ist mir auch grade zu stressig mit der BA und dem Ärztesch***.

Okay, das Zink werd ich mal vllt. dann auch mal probieren Danke für den Tipp!
Ich bin ja schon ganz froh, wenn der Wert wenigstens nicht weiter runter geht

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Fri, 04 Sep 2015 09:07:02 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ein Witz, aber ein schlechter, hab heute Blut-Ergebnis vom Endo ...mein Vit. D-wert ist auch urplötzlich gesunken trotz unveränderter Substitution. .,und das im Sommer, liegt wohl an den heruntergelassenen Rolläden wegen der Hitze.. jetzt auch nur bei 45...
schon sehr komisch....obwohl, ich traue den Laboren auch nicht so recht, egal, ob Endokrinologikum oder Internisten....die Blutabnahme/Untersuchung von Vit. D ist ja nicht unproblematisch, muss gleich lichtgeschützt aufbewahrt werden etc..hatte innerhalb kurzer Zeit schon mal gewaltige Unterschiede in den Werten, könnte bei Dir ähnlich sein..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 04 Sep 2015 09:11:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Öhm echt jetzt mit dem Lagern des Blutes?! Na das ist ja super...
Hm, ich fand meinen Wert ja auch komisch, von 120 (nmol) innerhalb von 4 Monaten runter auf 90 und mit mind 10.000 IE am Tag, manchmal hab ich ja auch ne kleine "Kur" gemacht mit 20.000IE am Tage eine Woche lang, da hab ich mich auch echt gewundert.

Oh man, nicht dass ich da grad zu viel nehme
... Wem kann man heutzutage noch trauen, frag ich mich..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Fri, 04 Sep 2015 10:41:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Auf die Schnelle habe ich das jetzt gefunden
http://www.gesundheits-lexikon.com/Labormedizin-Labordiagnos tik/Vitamine/Vitamin-D.html

schau auch mal bei ht-mb, wurde dort auch schon oft besprochen.

Die Probe MUSS sofort lichtgeschützt gelagert werden, am besten ,wie ich weiss, sogar mit Alufolie umwickelt..in den Laboren liegen die Röhrchen aber meist längere Zeit im Licht herum, viele dort wissen gar nicht, dass es notwendig ist, hab da schon bei Ärzten blöde Antworten bekommen, als ich darauf hinwies, ..ähnlich ist es bei Parathormon, da hab ich schon die komischten Ergebnisse bekommen durch unsachgemäße Lagerung...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 04 Sep 2015 11:11:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh man, das ist ist schlimm

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Fri, 04 Sep 2015 14:14:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

schlimm? nö, ärgerlich, aber nicht lebensbedrohlich...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 04 Sep 2015 14:23:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich finde das sehr wohl schlimm! So ein Vit D Wert koster zw 18 und 33€ und dann ist der falsch, weil das Labor Fehler macht

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Fri, 04 Sep 2015 15:22:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

...dann lass den Wert vom Endo untersuchen, dann kostet es nix....und trotzdem finde ich, es gibt SEHR viel Schlimmeres als die paar Euro zu verlieren...solange man nicht Monate drauf sparen muss...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Fri, 04 Sep 2015 19:53:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Och Leute - ich bin sooo gefrustet. Wenn ich morgens kämme hängen da immer noch über 70 Haare in der Bürste - wenn ich Haare wasche ist es noch schlimmer...
Nehm nun im zweiten Monat das Regaine- aber es scheint wohl gar keinen Unterschied zu machen.
Dachte wirklich, das könnte endlich nen Unterschied machen.
Trage nur noch Haarband - ohne trau ich mich nicht mehr raus...bald weiß ich nicht mehr, wie ich noch kämmen soll - ohne Zopf geht auch nix mehr.
Im Oktober hab ich erst den Termin bei der Gyn-Endokrinologin und das Haus wird sooo teuer und die Medikamente kosten irre viel. Ich nehm doch von Erfa das Thyroxin und nun ratet mal was irre ist: 500 Stück kosten quasi identisch mit 100 Stück - irre. Ich dachte schon, dass ich mehrere Monate auf die 500 sparen muss.Wenigstens etwas- nur Geduld hab ich keine mehr.
Dabei gibts so viel schönere Sachen als den Haarausfall. War gerade im Urlaub- was ist das ein Mist, wenn man nicht einfach aus dem Zimmer rennen kann, sondern immer noch ne riesige Spielsession einlegen muss - anstrengend!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sat, 05 Sep 2015 10:38:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Haihappen

Uff, das mit der Spiegelsession kenne ich. Es nervt und macht so unfrei. Ich würde auch so gerne mal die Haare waschen, kämmen und fertig sein. Aber nee. Muss kaschieren und hochstecken und festsprühen.

Ich dachte Regaine ist für Neuwuchs "zuständig". Das es die Haare hindern soll auszufallen, wußte ich gar nicht. Merkst Du denn, dass mehr Haare wachsen? Also so kleine Stoppelchen abstehen?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Sun, 06 Sep 2015 09:42:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja, Regaine ist für Neuwuchs zuständig. Dazu soll man aber drei Monate für ne Aussage abwarten. Ich bin im zweiten Monat und merke nicht, dass da was wächst. Aber wegen der sog. Shedding-Phase am Anfang sollten ja auch mehr Haare ausgehen, dass dann auch mehr rauswachsen können; aber davon merke ich auch nix...einfach alles unverändert schlecht. Daher hab ich den Eindruck, dass das Zeug bei mir nicht hilft.

Heute morgen war ich zum Beispiel walken-ich musste vorher Haare waschen, weil ich sonst ohne Löcher auf dem Kopf nicht raus konnte - so etwas nervt so - normalerweise macht es Sinn, nach dem Sport zu duschen. Irgendwas mal schnell machen geht nicht, im Schwimmbad

verrutscht alles, im Regen erst recht...vorteilhaft schaut eh nix mehr aus. Was ein Mist!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 06 Sep 2015 10:01:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Haihappen schrieb am Sun, 06 September 2015 11:42Ja, Regaine ist für Neuwuchs zuständig. Dazu soll man aber drei Monate für ne Aussage abwarten. Ich bin im zweiten Monat und merke nicht, dass da was wächst. Aber wegen der sog. Shedding-Phase am Anfang sollten ja auch mehr Haare ausgehen, dass dann auch mehr rauswachsen können; aber davon merke ich auch nix...einfach alles unverändert schlecht. Daher hab ich den Eindruck, dass das Zeug bei mir nicht hilft.

Heute morgen war ich zum Beispiel walken-ich musste vorher Haare waschen, weil ich sonst ohne Löcher auf dem Kopf nicht raus konnte - so etwas nervt so - normalerweise macht es Sinn, nach dem Sport zu duschen. Irgendwas mal schnell machen geht nicht, im Schwimmbad verrutscht alles, im Regen erst recht...vorteilhaft schaut eh nix mehr aus. Was ein Mist!

Hm, das ist ja blöde, das bei Dir nichts kommt durch Regaine. Obwohl, vielleicht passiert ja doch noch was, wenn es bis jetzt nur 2 Monate sind.
Ich habe verhältnismäßig viele kleine Stoppeln aber recht dünn vom Haar an sich.
Shedding habe ich nie gehabt. Manche kurze sehr dünne, fast schon durchsichtige fallen auch aus. Aber ich hoffe, dass es die sind, die Platz machen für ein dickeres Haar. Ich überlege mir ehrlich gesagt auch, ob ich nicht die 5% ige Lösung probieren soll um das Ganze noch mehr anzutreiben. Den Schaum mit 5% hatte ich schon mal, aber der ließ sich ganz blöd verteilen.

Diese Alltagsprobleme kenne ich auch zur Genüge. Beispiel: Durch dass ich ja mit Hair for2 kaschiere und das auch ca. 3 tage draufbleibt, kann ich Regaine nur nehmen, wenn ich das Zeugs zum Abdecken nicht drauf habe. Sprich an Haarwaschtagen. dazu bleibt mir eigentlich nur das Wochenende. Also muss ich mir bereits Freitag übelegen, ob ich am Wochenende nochmal rausgehe oder ob ich mir die Haare waschen kann. Weil wenn ich das Hairfor2 ausgewaschen habe, dann nehme ich auch das ganze WE Regaine. Komme aber nicht vor die Tür.
Wenn jemand an meiner Tür klingelt (Paketbote oder was weiß ich) kann ich nicht mal spontan öffnen, wenn ich ohne mein Kaschiermittelchen bin.
Oder auch eben das mit dem Sport wie bei Dir, kenne ich auch.
Es ist einfach so wahnsinnig lebenseinschränkend.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Sun, 06 Sep 2015 21:21:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Mädels.
Ich habe mich eine Weile nicht gemeldet, weil ich die Haare mal ignorieren wollte. Leider ist bei

Erklärung dafür, denn ich kann den erneuten HA komischerweise nur auf ZU WENIGE androgene zurückführen...
Ich hatte ja im Oktober die Pille abgesetzt, im November war der HA weg und ich hatte schlechte haut sowie fettige Haare, was ja normal ist durch einen Androgenüberschuss. Im Juni ging langsam der Haarausfall wieder los und meine Haut war wieder normal. Das heißt für mich, der Androgenwert ist wieder gesunken, was sich an der Haut zeigt. Aber kann das möglich sein, dass meine Haare Androgene brauchen?
Es ist so deprimierend, ich habe mittlerweile so viel weniger Haare und es ist so schlimm, das jetzt alles wieder erleben zu müssen, nachdem ich dachte, es endlich überwunden zu haben.

Blueeyes, hast du mal an Haarersatz gedacht? Wenn du nicht mal dem Postboten aufmachen willst ohne styling, könnte dir das doch mehr Lebensqualität geben?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by apfelbonbon on Mon, 07 Sep 2015 09:01:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Brain,

auch ich war nun eine ganze Weile nicht mehr im Forum weil ich meine Haare als Nr 1 Thema in meinem Leben ein wenig verdrängen wollte! Ich hab aufgehört zu zählen und bin irgendwann ganz gut klar gekommen - einen übermäßigen Ausfall konnte ich nach einer gewissen Zeit auch nicht mehr bemerken! Umso frustrierender ist es, dass ich seit ein paar Wochen nun doch wieder deutlich mehr haare verliere!
Da in meinem Bekanntenkreis momentan viele über vermehrten Haarausfall klagen, kam mir auch schon der Gedanke dass es eventuell ein jahreszeitlich bedingtes Problem ist?
Fällt anderen momentan auch ein stärkerer Haarverlust auf?

Liebe Grüße

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 07 Sep 2015 10:23:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen ihr beiden Schön mal wieder von euch zu lesen
Obwohl.. naja.. soo schön nun auch wieder nicht, da ihr ja nun keine guten nachrichten habt

@Brain: Hmpf, du solltest doch mal dringend zur BE, um zu sehen, was da grade los ist! Testosteron ist ja auch sehr wichtig für den Haarwachstum und DHEA sollte auch nicht unbeachtet bleiben. Allerdings waren diese beiden Hormone bei mir auch mal recht tief und ich hatte damit keinerlei Probleme
Tut mir voll leid für dich Es ist echt ätzend, wenn man denkt: "Ah toll endlich kein HA mehr" und dann geht das wieder los... hatte ich ja auch letzten Dezember, echt blöde sowas!!

@Apfelbonbon: Auch für dich tuts mir leid
Hm, jahreszeitlich... kann schon sein theoretisch, ist ja grade Herbst geworden.
Ich verliere aber nicht grade mehr als anders. (ich kanns aber auch echt schlecht sagen, da ich immer im Zyklus anders verliere... wenn mir aber was auffallen sollte, schreib ich hier mal!)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Mon, 07 Sep 2015 18:16:03 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Brain schrieb am Sun, 06 September 2015 23:21Hallo Mädels.
Ich habe mich eine Weile nicht gemeldet, weil ich die Haare mal ignorieren wollte. Leider ist bei

Erklärung dafür, denn ich kann den erneuten HA komischerweise nur auf ZU WENIGE androgene zurückführen...
Ich hatte ja im Oktober die Pille abgesetzt, im November war der HA weg und ich hatte schlechte haut sowie fettige Haare, was ja normal ist durch einen Androgenüberschuss. Im Juni ging langsam der Haarausfall wieder los und meine Haut war wieder normal. Das heißt für mich, der Androgenwert ist wieder gesunken, was sich an der Haut zeigt. Aber kann das möglich sein, dass meine Haare Androgene brauchen?
Es ist so deprimierend, ich habe mittlerweile so viel weniger Haare und es ist so schlimm, das jetzt alles wieder erleben zu müssen, nachdem ich dachte, es endlich überwunden zu haben.

Blueeyes, hast du mal an Haarersatz gedacht? Wenn du nicht mal dem Postboten aufmachen willst ohne styling, könnte dir das doch mehr Lebensqualität geben?

Hallo Brain, ich habe eigentlich so ein Teil für den Oberkopf zu Hause. Hatte ich mir letztes Jahr im Herbst aus lauter Verzweiflung anfertigen lassen. Als ich es dann zu Hause probiert habe, war ich totunglücklich und hab nen Nervenzusammenbruch bekommen. Mich hatte das zu sehr psychisch belastet, nun schon so weit zu sein um Haarersatz tragen zu müssen. Ich habe es seitdem im Schrank versenkt. Aber du hast Recht, so für den Notfall wäre das vielleicht was.
Ich müsste es mal wieder rausholden und üben. Das Teil ist zu clipsen und so schnell bekomme ich das gar nicht drauf getackert. Also der Postbote würde jedenfalls nicht solange warten.
Und tagsüber zu Hause tragen möchte ich es auch nicht, weil es durch den Zug an den Haaren nach einer Zeit echt weh tut.

LG Bueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 07 Sep 2015 19:54:41 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Zu dem Postboten-Thema wollte ich auch was schreiben:

Ich hab im Moment tagsüber keinen Dutt mehr, sondern klammere sie auf dem Oberkopf fest, damit meine blöde Ekzem-Pilz-Stelle schön auslüften kann. Sieht mich ja eigentlich keiner mit, außer meinem Mann, dem ist das aber zum Glück egal.
Letztes hab ich aber so auch dem Postboten aufgemacht Hat der dumm geguckt!
Aber cool wie ich bin, hab ich mir nix anmerken lassen, obwohls mir echt sooooo peinlich war, als ich seinen Blick auf meine Haare gesehen hab

@Blueeyes: Hmpf, das ist irgendwie blöd bei dir... und wenn du dir ne schicke Mütze kaufst, die du dann schnell aufsetzen kannst? Das tut den Haaren dann nicht so weh?!
Oder sone Aforperücke, das wärs doch! Damit biste dann auch gleich die aller Coolste

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Mon, 07 Sep 2015 21:07:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tja, nen guten Haarersatz zu finden ist sicher nicht einfach. So ein Klipteil mag ich auch nicht haben. Ich habe mir nun Haarbänder zugelegt - bei DaWanda. Die sehen ok aus- is halt nur doof, jeden Tag mit sowas rumzulaufen. Aber der Vorteil ist: solang ich das aufhab, sieht keiner was und das ist auch ganz schön erleichternd.Ich muss halt hinten immer nen Zopf tragen (sonst fällt der Scheitel am Oberkopf auf) und dann das Haarband nach vorne - so sieht man dann auch den Scheitel vorne nicht. Am Anfang war es ein gutes Gefühl, weil ich mir einfach sicher sein konnte, dass keiner was sieht. Dummerweise trau ich mich nun ohne gar nicht mehr raus. Zudem hab ich ein schlechtes Gewissen, weil ich mir ganz doof überlege, ob evtl.Mini-Haare durch das Haarband gleich wieder abgerieben werden. Weiß, das ist sicher doof.

Hm - Regaine nur am We...ich verstehe deine Gründe, aber wirklich Wirkung...hm? Die Freundin meines Psychologen hat mir mehrfach ausrichten lassen, dass ich unbedingt sklavisch an der Pack.beilage hängen soll, sonst bringt es nix.Ich hatte auch extrem wenig Lust, mir das morgends auf den Kopf zu träufeln. Aber ja, spätestens jeden zweiten Tag muss ich Haare waschen....

Guckt mal: Ich find die recht süß, hab mittlerweile ne ganze Kollektion-hmpf:
http://de.dawanda.com/shop/Frau-Luther/1561806-Haarband-Haar gummi

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 08 Sep 2015 17:00:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hm so ein Haarband wäre echt eine Idee!!! Darauf bin ich noch gar nicht gekommen. Ich kann das ja mal mit einem Tuch testen, wie das so aussieht. Das wäre echt nicht schlecht und damit kann ich auch ohne Schmerzen zu Hause rumlaufen.
Danke Haihappen für diesen Tipp!!!!

Zu Regaine, ja stimmt schon, ich müsste es jeden Tag nehmen. Aber da müsste ich jeden Tag waschen, föhnen, Volumenwickler, Hairfor2 drauf, toupieren, hochstecken und Haarspray drauf. Da war ich froh von wegzukommen, weil ich zum Glück jetzt nicht mehr jeden Tag waschen muss, weil ich inzwischen doch ein paar mehr Haare auf dem Kopf habe.

Aber wenn ich jetzt genau wüsste, ob Regaine auf den ganzen Kopf wirkt, egal an welcher Stelle man das benutzt, dann könnte ich das die Nicht-Wasch- Tage am Hinterkopf auftragen. Hier im Forum war das sicher schon das ein oder andere Mal ein Thema, aber so ganz klar geworden ist es mir doch nicht.

Da mache ich (sorry Pfannkuchen wenn ich jetzt Deinen Thread benutze, aber ich denke den lesen viele) gleich mal einen AUFRUF an alle die Regaine nehmen und es genau wissen:

Wirkt Regaine nur an den Stellen wo man es aufträgt, oder geht die Wirkung überall hin?

LG Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 08 Sep 2015 17:07:09 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@ Blueeyes:
Also entschuldigen musste dich da nicht, aber nicht mal was zu MEINER tollen Afro-Idee was zu sagen, DAS find ich ja nicht nett
Hm, also ich hatte mal mit Regaine telefoniert (sehr nette Frauen da!) und die meinten, das wirkt nur lokal da, wo ich es auftrage... mir gings da aber nur ums Shedding... aber das wissen andere besser. Also bin ich still

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Tue, 08 Sep 2015 17:13:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Also entschuldigen musste dich da nicht, aber nicht mal was zu MEINER tollen Afro-Idee was zu sagen, DAS find ich ja nicht nett Very Happy

Oh, tut mir leid. Das habe ich glatt überlesen. Meine dicken langen Haarlocken hingen mir in den Augen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by Pfannkuchen on Tue, 08 Sep 2015 17:51:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Haihappen on Tue, 08 Sep 2015 19:50:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Denke auch, dass Regaine nur an den Stellen wirkt, wo man aufträgt. Bin aber nicht sonderlich schlau - danke für den Hinweis zum Thread - ich muss mal lesen....
Ja, die Haarbänder sind schonmal nicht schlecht zum kaschiren- tja, nun werde ich sie aber nicht mehr los. Aber ein Versuch ist es wert - Tuch würd ich nicht probieren - bestell dir für die 13 Euro einfach mal eines zum probieren. Ich war echt positiv überrascht und viele sagen, dass es gut ausschaut (obwohl die von meinem Haarproblem nix wissen). Mein Mann war ganz angetan.Allerdings weiß ich nich, ob der nur nett sein will.
Ich hab das Sprühzeug Hairfor(?) ja auch - aber da hab ich den Eindruck, dass lackt mir die Kopfhaut - das würde ich mich in Kombi mit Regaine gar nicht trauen, weil ich das Gefühl habe, dass da gar kein Neuwuchs durchkommen würde - ist das bei Dir nicht so?

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Wed, 09 Sep 2015 14:01:06 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@blueeyes: ich kann das mit dem Haarersatz verstehen, wundere mich allerdings doch immer wieder darüber, wie viele Frauen mit extrem lichtem Oberkopf rumlaufen, statt sich was aufzusetzen. Ich selbst habe ja schon länger eine full lace wig zuhause liegen und denke, dass ich sie tragen werde, bevor man mein Haarproblem wirklich sieht. Natürlich ist da die Grenze schwer zu ziehen. Ab wann ist es so weit? Ich kann es mir noch nicht vorstellen, das Ding zu tragen und ich hätte höllische Angst, dass es auffällt.
Aber andererseits habe ich dazu die Einstellung, dass ich dann wenigstens wieder richtig schöne Haare habe und sehe es fast als schönes Accessoire. Nachdem ich mir die ganzen Videos darüber bei youtube angeguckt habe, wo sooo viele junge Frauen die Dinger ganz selbstverständlich tragen, hatte ich auch ein ganz anderes Gefühl beim Thema Haarersatz. Wenn man sich mal überlegt, dass nahezu jede schwarze Frau mit glatten Haaren eine wig trägt, fühlt sich das schon ganz anders an, oder? Und wenn ihr morgens wirklich solchen Toupierstress habt, wäre das Aufsetzen solch eines Haarersatzes vielleicht sogar eine deutlich einfachere Aktion.

@Pfannkuchen: Ich muss da nochmal nachfragen, kenne mich nämlich nicht mit all den Abkürzungen aus: Was meinst su mit BE? Einen Endokrinologen? Und hast du Tipps, was ich bei der Blutuntersuchung noch wünschen sollte? Ich denke, meine Gyn hat nicht wirklich Ahnung von Haarausfall, denn sie schwor ja auf die antiandrogene Pille. Die Endo bei uns im Klinikum war sehr bemüht und hat sich wirklich Zeit gelassen damals und hat sich den Hormonspiegel unter der Pille angeguckt, aber auch sie hat nur gesagt, dass die Hormone super wären und mir so einen Spezialmix aus Minox und Alphatradiol aufgeschrieben, auf den der Prof

schwört. Von daher habe ich nicht wirklich die Hoffnung, dass jemand aus meinem Hormonspiegel was lesen kann.... (zumal meiner Meinung nach eh kein Mensch der Welt wirklich durchblickt bei HA)

Thema Regaine: Bei mir hat es nichts gebracht. Ich habe es über ein halbes Jahr genommen und außer einem anfänglichen shedding hat sich überhaupt gar nichts verändert.
Ell-Cranell ebenso.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 09 Sep 2015 14:59:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen

Ich möchte mal eines los werden: Meine Oma hat früher (sie hatte und hat immer schon traumhafte Haare gehabt) auch gerne Perücken getragen. Warum ist das heute so ein gesellschaftliches Tabu? Ich find das echt schade...

BE = Blutentnahme
Zu einem Hormonstatus gehören: LH und FSH (wenn du das privat zahlst, kannst du das auch weglassen, weil diese eh nur über Östradiol und Progesteron Auskunft geben), Prolaktin, Androstendion, Östradiol, Progesteron, Testosteron, DHEA-S und SHBG. War das deine Frage?

Naja.. einen Endokrinologen, ja klar, probieren kannst du das.
Ich würde es, wenn du das nötige Kleingeld hast, einfach selbst machen; dann hast du keinen Ärger mit den Ärzten und es kommt dir auch keiner dumm. Bei deiner Gyn wirste kein Glück haben, das liest sich ja daraus und der andere.. naja.. den könnteste doch noch probieren. Wenn der sich erst mal Mühe gegeben hat.
Würdest du zu einem Privat-Arzt gehen? Dann könnte man da noch mal schauen, da gibts ja extra welche für bioidentische Hormone
Wir können aber daraus lesen, das ist ja schon mal gut; du müsstest dann halt irgendwie sehen, dass du an die Sachen ran kommst. Ich glaube Östradiol ist auch gar nicht schwer, das gibts bei Biovea z.B. Progesteron auch, nur halt viiiel zu niedrig dosiert. Das ist das Problem. Sonst würd ich ja auch nicht wie dumm suchen, der mir Progesteron verschreibt (in der Biovea Creme sind z.B. 2% Progesteron, in der Creme, die ich brauche sind 10%... und da müsste ich ja Mengen kaufen!)

Wenn du zur BE gehst, gibts da aber auch einiges zu beachten, damit du auch ja den richtigen Tag erwischst und nicht umsonst da Blut lässt

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 10 Sep 2015 12:32:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 204, ZT 6: Endlich heute mal gute Nachrichten: Ich habe nach eewiger Suche eeendlich

einen Arzt gefunden, der mir die Progesteroncreme verschreibt. Ein endokrinologischer Gyn (Prof. Dr. med. habil.), der kompetenter als der ganze Rest rüber kommt. Er hat meine Hormone gesehen und meinte auch gleich: Da brauch ich gar nicht weiter schauen, das ist eindeutig.
Hat sich denn noch gleich meine Brust angesehen, endlich mal!
Bevor ich ihn nun in den Himmel lobe... ich warte jetzt Mal ab, Rezept hab ich hier. Dr. Lee kannte er auch (also den Namen). Meine Apotheke unten mischt das an; endlich hab ich auch mal ein wenig Glück..
Haarausfall dem Zyklus entsprechend.. frag mich wann sich das mal einpendelt

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Fri, 11 Sep 2015 17:19:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke für die Aufklärung, Pfannkuchen! Da muss ich wohl echt mal dem Arzt erzählen, was er zu tun hat. Da ich privat versichert bin, hab ich wohl einigermaßen gute Karten, dass ich auch was erreiche. Könntest du mir denn noch genauere Tipps geben, wann Blut abgenommen werden muss usw? Und macht ein Hausarzt das Hormongedöns auch? Vielleicht sollte ich es trotzdem besser direkt bei der Gyn machen lassen und dann direkt nochmal Eisen und auch so sachen wie Zink, Vitamin D und Vitamin B bestimmen lassen.
Ich wüsste sooo gerne, warum der Mist jetzt wieder da ist. Ob es die Pille war oder doch was anderes? Aber ich kann es mir eigentlich nicht vorstellen, dass es nichts mit dem Absetzen der Pille zu tun hatte, dass der HA aufgehört hat.
Mann, ich bin im Moment haartschnisch echt unglücklich. Zum ersten Mal fällt mir total auf, dass der Zopf vel dünner ist und mein Scheitel wird jetzt auch breiter. Das ist echt kacke, muss ich ja mal sagen!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 11 Sep 2015 17:32:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Brain!

Gerne doch
Ach hast das gut, was wär ich auch gerne privat versichert. Mein Mann hat da bessere Aussichten.. aber das nützt mir ja dann auch nichts

Einen Hormonstatus kann am ehesten die Gyn, meine Hausärztin hätte dafür z.B. gar keine Zettel da.
Wenn du schon alles mögliche bestimmen lassen kannst, dann mach gleich den Rundumschlag, das wär echt am besten. Auch Kupfer, Selen, Vitamin A, E kannste auch mal mit machen. Und die SD. Dann lohnt sich das auch so richtig!

Also: Der beste Zeitpunkt ist wirklich 7 Tage nach dem ES. Den bekommst du raus, wenn du mal Temperatur misst. Das ist dann nur ein ca. Wert, aber besser als nichts. Wenn du keinen ES hast,

kannst du eh fast davon ausgehen, dass da was nicht stimmt. Beobachtest du denn irgendwie deinen Zyklus?!

Hmpf, .. also mein Haarausfall wurde nach dem Absetzen auch nach 4 Wochen schon besser und jetzt sind es an guten Tagen 30-max 50 und an schlechten das doppelte, an guten Waschtagen bis 90 und an schlechten Waschtagen 180-190.. aber das ist bei mir zyklusabhängig, meine Hormone sind ja auch immer noch nicht gut, aber ich denke und hoffe, dass das noch wird.

Bei dir muss man halt mal sehen.
Wie lange hast du die Pille nun schon weg? (sorry, hab das nicht im Kopf) Und wann wurde es besser und wann wieder schlechter?!

Ja, ich glaubs dir.. meine Haare sind auch soo dünn geworden... mein Zopf hat nur noch die Dicke von meinem kleinen Finger Das ist echt total kacke!
Aber es wird ja auch hoffentlich irgendwann mal wieder besser

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Fri, 11 Sep 2015 17:57:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke, deine Tipps helfen mir schonmal. Schilddrüse war wohl immer top, ich denke das kann ich ausschließen.
Du hast jetzt ähnliche Werte wie ich sie hatte, als es gut war. Im Schnitt 30 Haare, mit Waschen kam ich in zwei Tagen meistens nicht auf mehr als 60-70 Haare. Manchmal sogar weniger.
Mein Zyklus war von Anfang an gut, ich habe ja auch direkt Möpf genommen. Eisprung merke ich auch immer, das ist kein Problem. Die Pille abgesetzt habe ich letztes Jahr im Oktober und einen Monat später war der HA so gut wie weg. Richtig HA hab ich jetzt wieder seit Juni, es war also ungefähr ein halbes Jahr lang gut. Neuwuchs hatte ich allerdings nicht merklich, was ich jetzt halt merke.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 11 Sep 2015 18:00:18 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ah danke noch mal für die kurze Zusammenfassung
Jetzt, wo ich es so lese, erinnere ich mich auch!

Hmpf, komisch das alles... naja bringt nix, 7 Tage nach dem ES ab zur BE und dann muss man halt mal sehen

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Brain on Fri, 11 Sep 2015 18:09:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mist, das wäre Mittwoch. Da hat ja am Nachmittag kein Arzt Zeit für mich

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 11 Sep 2015 18:14:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Du solltest eh vormittags zur BE (hab vergessen warum, aber es ist besser)
Donnerstag kannste aber auch noch gehen, sooo 100% ist das ja alles nicht.

Bei mir war es das letzte Mal Sonntag.. da konnt ich ja auch nicht ins Labor, also musst ich Montag

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 13 Sep 2015 11:24:48 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 208, ZT 9:
So, nachdem das Thybon meine Periode auslöste, hab ichs aus Angst erst mal abgesetzt... ich kanns mir grade einfach nicht erlauben, schreibe ja meine Abschlussarbeit; aaaber: es ging mir wesentlich besser damit (bis auf die Schmiere), deswegen werde ich im Dezember, wenn ich fertig bin, damit wieder sofort anfangen!
Deswegen hatte ich auch wieder mehr Haarausfall, immer zur Periode. Hoffentlich pendelt sich das bald ein, das nervt.

Jetzt, wo die Periode vorbei ist, ist der Haarausfall wieder wenig (20-40 Haare am Tag).
Hormonell gehts mir auch wieder ganz gut, kleine Wehwehchen (Verspannung im ganzen Rücken), aber naja.
Periode ist mittlerweile mit dem Progesteron sehr lang (10 Tage) aber nuur Schmiere und kaum Blut. Also im Körper geht da schon was ab.

Ich frag mich nur mittlerweile, ich bin nun im 8. Zyklus ohne Pille, wie lange dieser "Spaß" wohl noch so dauert. Und vor allem: Wann wachsen die Haare endlich richtig nach?

Ich hasse meine Haare soo sehr mittlerweile, das sieht nur noch scheiße aus. Dann diese Zunehmerei (schon wieder 2kg....). SO hässlich war ich das letzte mal in der 6. Klasse, als meine Mutter mir unbedingt ne Kurzhaarfrisur schneiden wollte

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 18 Sep 2015 09:13:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen

Gestern war mein 7-monatiges!

Pünktlich dazu, dachte ich gestern, ich hätte einen ES (super Schleim und eine gaaaaanz leichte Blutung, die ja dann für mega super geilen Schleim steht), tja und heute morgen: Mehr Blut; ich hatte ja erst ne Blutung und nur 4 Tage meine Ruhe

Ich frag mich echt, wie lange dieser Mist noch dauert... was bin ich froh erst so ne mega Ladung Eisen bekommen zu haben, sonst würde ich mir da die ganze Zeit Sorgen machen.. maaaan, ich will endlich aufhören zu bluten und wieder so einen schönen Zyklus haben wie noch vor einem Monat

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sat, 19 Sep 2015 15:29:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So, japp, hab meine Periode..... meine Hormone spinnen echt grade rum... liegt bestimmt am Wetter! Da denken sich doch die Hormone auch: Jo, nicht mit mir

Da ich mir gesagt habe, dass ich bei der nächsten Periode und hoffentlich zum WE Thybon nochmal ne Chance zu geben, hab ich gestern die Gelegenheit genutzt und gestern Abend wieder damit angefangen (ich wollte eigentlich erst Weihnachten, aber mir gings doch auch besser damit, vor allem die Augen, deswegen wollte ich nicht mehr so lange warten).
Hatte gestern kurz ein wenig Herzrasen. Mal sehen, wie das heute weiter geht

Drückt mir bitte mal die Daumen, dass der Haarausfall dadurch nicht wieder stärker wird

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 20 Sep 2015 09:30:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Daumen drück!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 20 Sep 2015 16:00:16 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Blueeyes: Daaankeschön

So:
Tag 215: ZT unbekannt...:

Ich hab irgendwas.. meine Tage.. ne Zwischenblutung, ich mag nimmer! Blöder Uterus.
Weiß auch echt nicht, wie ich das Prog schmieren soll... ich schmiere einfach mal weiter ne Erbse (also so 200mg) und hoffe, dass die Bluterei mal aufhört; wenn da aber jemand ne Idee hat, immer her damit

Aaaaber: ich verliere nicht mehr Haare, obwohl ich blute, das war sonst anders. Ich will den Tag nicht vorm Abend loben, aber vllt. läuft doch mal irgendwas richtig mit den Hormonen.
Durchschnitt diese Woche: 54, 2mal gewaschen, also bin ich recht zufrieden.
Könnte nur langsam endlich mal wieder nachwachsen. Die Stellen hinten werden weder schlimmer noch besser, aber es nervt; würde auch gerne mal aus dem Haus (an nicht-Wasch-Tagen), ohne mich mit Zweitspiegel zu verbiegen, um die blöde Stelle zu sehen

Sagt mal, ne andere Sache: Verliert ihr auch mehr Haare, wenn ihr erkältet seid?!

Wünsch Euch nen schönen Rest-Sonntag

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Sun, 20 Sep 2015 16:11:17 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Das ist ja kaum noch Haarausfall bei diesen "Ausfallzahlen"!!!!

Zu den Blutungen habe ich hier mal einen Link:
http://www.drhuber.at/gendermed/endoskopie/blutungsproblem.h tml

Aber ich glaube richtig helfen wird er auch nicht, ist halt interessant u lesen. Hier steht, dass ein Östrogenmangel dafür verantwortlich ist, das die Blutung nicht aufhört und ein Progmangel Ursache, dass ne Blutung zu früh einsetzt.

Das ich Haare bei ner Erkältung verliere ist mir noch nicht aufgefallen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 20 Sep 2015 16:19:25 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kommt auf die Definition von Haarausfall an; es fallen ja welche
Ne, kleiner Spaß, ich bin so echt zufrieden; es könnten klar weniger sein, weil das ja nur die sind, die morgens beim Kämmen fallen, aber im Großen und Ganzen ist es natürlich sooooo viel besser!

Oh der Link sieht erstmal interessant an, den les ich die Woche mal
Hmpf, also nen Östrogenmangel hab ich sicherlich nicht
Dass es eher am Progmangel liegt, ist ja auch recht logisch, auch die langen Schmierblutungen nach der Blutung. Aber es war ja soo lange gut und jetzt auf einmal.. naaaja. Vllt. rückt das Thybon den Zyklus wieder zurecht

Ok, danke für die Antwort!
Ich glaube ehrlich gesagt, mich zu erinnern, dass ich den Erkältungs-Haarausfall ganz früher aber auch schon hatte.
Aber es würde mich doch interessieren, ob das noch wer kennt

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 22 Sep 2015 19:07:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 217; ZT wahrscheinlich 18:
Ich blute nun seit 5 Tagen... aber habe grade eine Hochphase...oder auch nicht; morgen entscheidet es sich.
Es bleibt spannend Für mich zumindest

Aber es gibt auch richtig neue Neuigkeiten:
1.) Meine Haare wachsen nun wieder, ich habe 1,5 cm dazu gewonnen, und viel wichtiger:
2.) Mein Zopfumfang ist eeendlich mehr als 5cm; das stagnierte nun 1,5 Jahre bei 5cm (wobei die Spitzen ja immer dünner wurden) und ich bin so froh darüber und hoffe, endlich auch mal wieder mehr Längen zu haben!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 24 Sep 2015 11:21:57 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich blute immer noch..... seit 8 Tagen nun.
Die Temperatur sieht grade nach Hochlage aus, ich versteh das grade nicht. Zum Glück kommt nachher ein Buch, in dem u.a. Schleim und auch Blutungen erklärt werden, vielleicht öffnet mir das die Augen ein wenig.

Sonst hatte ich ja auch mehr Haare, wenn die eine Blutung losging, das ist diesmal nicht...

So ärgerlich, wenn ich dran denke, wie perfekt der vorletzte Zyklus war; da hatte ich schon Hoffnungen, dass der ganze Spuk langsam vorbei ist; tja zu früh gefreut.....

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 27 Sep 2015 11:16:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 222, ZT 23:

Haare nerven mich... sind zwar grade morgens im guten Bereich, aber ich verliere doch über Tag (vor allem kurze) mehr als ich gerne hätte.. die zähle ich ja aber nicht mit.
Gut mein Körper spinnt eh total grade.. ich habe nun seit 11 Tagen Schmier/Zwischenblutungen + Hochlage... schmiere nun seit 2 Tagen hochosiertes Prog, seitdem ist die Blutung deutlich weniger geworden. Bin nur froh, dass die Haare nicht büschelweise fallen, würde ja zum Hormonchaos passen .
Derzeit habe ich auch ein Pickelproblem.... es nervt!
Ich frag mich auch, was das soll... 6 Zyklen war es ok, der 6. war traumhaft und dann gings bergab

Thybon vertrage ich bisher ganz gut, vllt. liegt der bisschen Mehr-Haarausfall auch daran oder vllt. auch am Herbstanfang (sprich saisonal)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 01 Oct 2015 05:46:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Huhu
Sach mal, könnten die Pickelchen nicht auch von den B12 Spritzen kommen? Bei hochdosierten B12 gibt's die oftmals.
LG blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 01 Oct 2015 10:49:00 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen!

Hm, ne, glaube leider nicht; die bekomm ich ja schon eeeewig und hatte nie Pickel davon.
Danke aber für die Idee!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Sissi on Thu, 01 Oct 2015 11:19:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich bekam Pickel bei meinem Versuch mit Progesteroncreme, habe sonst NIE Pickel..

LG
Sissi

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 07 Oct 2015 16:30:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 232, ZT 5:
Ich habe nun endlich meine Periode und der Haarausfall war kurz, wie gewohnt, schlimmer, heute denn endlich mal wieder nur 30 Haare. Bin jetzt im 9. Zyklus pp und habe bald mein 8-monatiges.

Da sich grade sehr wenig tut, bin ja immer noch in der Einstellphase der SD und auch den anderen Hormonen und ich darüberhinaus echt mit der Uni ausgelastet bin, werd ich mich hier im Forum erstmal "abmelden" und wohl länger nicht schreiben.

Wenn es etwas neues gibt o.ä. melde ich mich aber und wenn jemand etwas von mir wollen sollte, dann werde ich das hier im Thread auch sehen

Wünsch euch was bis dahin, machts erstmal alle gut

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Julieez on Thu, 05 Nov 2015 10:35:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Lieber Pfannkuchen,

Darf ich dich mal nach dem aktuellen Stand Fragen? Ich verfolge deine Geschichte sehr gespannt und sie macht mir wirklich Hoffnung!!!
Da ich selbst die Pille für meinen Haarverlust im Verdacht habe und mit mir Kämpfe sie abzusetzen, finde ich deine Entwicklung sehr ermutigend!
Noch habe ich mich nicht überwinden können, wollte erst noch meinen Termin beim endokrinologen Anfang Dezember abwarten, da ich gerade im letzten Jahr des Studiums bin, will ich keinen psychischen Weltuntergang auslösen (auch wenn mein Zustand gerade nicht toll ist).

Ich selbst (25) habe wie du vor 4 Jahren von meiner Pille auf ein generikum gewechselt und muss rückblickend feststellen, dass meine Struktur sich seitdem verändert hat und ich auch schleichend mehr Haare verloren habe also zuvor. Seit 3 Monaten fällt es mir nun wirklich auf, nach dem duschen habe ich schrecklich viele Haare in der Bürste und kann ständige welche raus ziehen.
Habe am Hinterkopf jeweils rechts und links einen Wirbel, anfangs könnte man nur rechts verstärkt sehen wie sich dort die Haare lichten, seit ein paar Tagen nun auch links. Ich könnte nur noch weinen, insgesamt verliere ich die Haare überall, am Scheitel kann ich toi toi toi noch nichts erkennen.

Puh sorryfür den langen Text, aber ich bin einfach interessiert wie es dir gerade geht

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 05 Nov 2015 15:38:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Julieez

Hast du ein Glück, ich schau hier echt nur vielleicht alle 3-4 Wochen mehr rein
Ich freu mich wirklich sehr, wenn ich jemandem Hoffnung machen kann!

Ja klar, darfst du fragen, sehr gerne sogar!
Mein Haarausfall ist immer noch weg (seit 19 Wochen nun). Meine Ausfallzahlen liegen im Moment bei 20-50, an Waschtagen um die 70, also absolut in Ordnung für mich.
Weiterhin fallen viele kurze, das stört mich schon, aber ich denke und hoffe, dass auch das mal

wieder besser wird.
Ich schmiere ja nun schon seit 5-6 Monaten Progesteron, das bekommt mir sehr gut!
Während meiner Periode hatte ich am Anfang auch immer mal wieder mehr HA, das ist seit 2 Zyklen nun auch vorbei und ich hoffe natürlich, dass das so bleibt.
Weiterhin habe ich mit Thybon angefangen, was bisher keinen Ausfall macht *dreimalaufholzklopf*

Darf ich fragen, warum du den Termin beim Endo abwarten willst?
Ich kann dich absolut verstehen, dass du das jetzt nicht willst; ich bin auch gerade beim Schreiben meiner Abschlussarbeit und es ist nervig, wenn es einem da nicht gut geht! Mir gehts tageweise auch echt bescheiden und ich musste sogar ein Semester dranhängen! Aber das habe ich freiwillig, meinem Körper zu liebe gemacht, weil ich einfach unnötigen Stress vermeiden wollte und musste.
Ich kann ja nur aus meiner Erfahrung berichten und ganz ehrlich: Setz das sch*** Ding ab! Ich bin mittlerweile eine der größten Pillen-Gegnerinnen, weil mir auch bewusst wurde, was dieses Gift in unseren Körper anstellt.
Nicht jede hat solche Probleme wie ich nach dem Absetzen; ich hatte die Probleme ja schon vorher, war mir diese nur nicht bewusst.
Und eines ist wirklich oft: Der Psyche geht es sehr schnell sehr viel besser! War bei mir auch so und das habe ich mittlerweile schon sehr oft gelesen.

Liebe Grüße und alles Gute dir!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Julieez on Thu, 05 Nov 2015 16:30:20 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke für deine schnelle Antwort! Ich freue mich so sehr für dich und hoffe dass es weiterhin so bleibt!
Ich kann dir ehrlich keine "befriedigende" Antwort geben weshalb ich den Termin abwarten will...vielleicht weil ich einfach zu sehr Angst habe.
Ich hatte von Oktober 2014 - März 2015 unglaublich Stress und als dieser nach lies bin danach in ein totales Loch gefallen. Hatte Herzprobleme und plötzlich eine richtige angststörung vor Krankheiten. Musste zwischendurch sehr niedrig dosierte betablocker einnehmen welche ich nach 4 Wochen wieder abgesetzt habe, dazu habe ich mich sehr schlecht ernährt bzw. habe eigentlich kaum gegessen. Konnte mich zum Sommer hin wieder ganz gut fangen, im Juli wurde meine Schilddrüse überprüft - Verdacht auf hashi bei negativem Antikörper, nicht behandlungsbedürftig. Hatte dann beruflich ab August wieder sehr viel Stress, welcher allerdings nur 4 Wochen anhielt. (Ich studiere Dual - immer 3 Monate Uni/ 3 Monate arbeiten).
Genau zum 3. August ist mir erstmals aufgefallen dass ich beim duschen so Haare in den Händen habe und habe dann angefangen mich mit dem Thema Haarausfall zu beschäftigen. Zurück blickend habe ich schon viel zu lange Zuviele Haare in der Bürste, habe mir aber nie Gedanken darum gemacht. Habe dann gezählt und bin wirklich erschrocken, seitdem merke ich wirklich wie ich weniger Haare bekomme, vor allem am Hinterkopf (man sieht es wirklich schon). Habe immer wieder juckende Kopfhaut, eigentlich eher trocken allerdings fängt mein Ansatz nach 11/2 Tagen zum fetten an.
Habe Anfang August nach dem 1. Hautarzt Besuch mit biotin angefangen. Seit 3 Wochen nehme

ich eisentabletten, mein Ferritin war bei 43.
Vitamine wollte noch keiner abnehmen, deshalb hatte ich nun ein Gespräch bei einem Heilpraktiker, will aber auch hier noch warten in der Hoffnung der endo nimmt die Werte ab (Studenten haben einfach nicht soviel Geld)
Leider bin ich sehr sensibel und anfällig, esse seit 2-3 Wochen schon wieder kaum, habe einfach keinen Appetit und beschäftige mich den ganzen Tag nur mit recherchieren usw.... Ich geh noch kaputt daran.
Die Heilpraktikerin arbeitet auch mit bioidentischen Hormonen, daher meine Hoffnung von ihr Unterstützung zu bekommen mit dem absetzen der Pille. Habe einfach Panik, dass es nicht besser wird. Aber seitdem ich mich mit dem Thema beschäftige fallen mir auch immer mehr andere Symptome auf die rein theoretisch auf die Pille zurück zu führen wären.

Eine weitere Angst ist, dass ich eventuell AGA habe da mir zwar für meine Verhältnisse viele Haare ausgehen allerdings lange nicht soviel wie anderen hier. An nicht Waschtagen wie bei dir im Moment, an Waschtagen allerdings 120-200. dazu gehen auch viele kurze aus, manche sind wie Draht und etwas wellig/kringelig und sehen einfach total krank aus. Dazu sehe ich im Bett manchmal Haare die aussehen wie eine ganz feine Fussel, habe das auch schon länger bemerkt aber nie gedacht dass das Haare sein könnten. Komischerweise sehe ich diese aber nur im Bett nie an Klamotten oder so. Allerdings ist mein Muster ja nicht wirklich AGA entsprechend!?! Dazu sehe ich am Haaransatz neuwuchs, der mir aber wohl am Rest des Kopfes ausgeht.

Mist, jetzt habe ich echt schon wieder viel geschrieben, aber es tut einfach so gut mit jemandem zu sprechen!!!! Meine Mama und mein Freund können es einfach nicht mehr hören, dabei geht es mir so schlecht damit.

Lieber Gruß Julia

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 05 Nov 2015 17:42:33 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Gerne und dankeschön

Hach herje, wenn deine Mutter und dein Freund da schon genervt sind.. tut mir leid!! Ich habe zum Glück einen Mann, der nicht genervt ist, gut, tageweise schon, aber da muss er durch! Wenn er man krank ist (und das ist im Moment auch der Fall), muss ich mir sein Gejammere ja auch anhören
Deswegen: laber mich gerne so viel zu du willst, ich les es gerne und bin dir auch gerne behilflich, so wie ich eben kann

So, nun zu dir:
Die SD-Geschichte gefällt mir nicht! Negative Antikörper sagen null aus; hab ich auch! Nennt sich dann "seronegative Hashi"; google das mal Meine SD ist seit Jahren zwar nicht mehr kleiner geworden, dafür renn ich seitdem ich 15 bin mit einer rum, die nur noch knapp 4,5ml hat... Und, dass ich Hashi habe, hat mir noch kein Arzt gesagt, nur immer "vielleicht", "wahrscheinlich", "warten wir auf Antikörper".....

Poste gerne mal deine Werte, hier kennen sich einige gut damit aus

Deine Stress-, Angst- und Herzsymptomatik; ich wette drum, dass das von der Pille kommt! Und dass da evtl. die Sd auch noch mit reinspielt!
Ich hatte das nämlich auch: War null mehr belastbar, obwohl ich früher das Wort "Stress" nicht kannte; hatte andauern Herzrasen und Klopfen, hohen Blutdruck und Angstattacken (die habe ich zweitweise immer noch, nämlich immer zum ES hin, was für mich bedeutet, dass diese vom vielen Östradiol kommen und eben NICHT von der Psyche, wie alle das gerne hinstellen).
Seitdem ich die Pille nun abgesetzt habe, wird das mit der Zeit immer besser. Es dauert leider... (bei mir! Bei dir kann das ganz anders sein!!)

Eines hab ich noch nicht verstanden: Gehst du nun zum Endo oder zur Heilpraktikerin? Die Heilpraktikerin hört sich gut an! Bleib da mal dran! Den Endo würde ich mir sparen, in Bezug auf die Pille bzw. weiblichen Hormone. Wenn du die SD nochmal abklären lassen willst, wär das ne Idee; wurde die mal geschallt?!
Biotin ist ok, aber nimm auch alle anderen B-Vitamine! Mir half Biotin nie, aber schaden tut es auch nicht

An AGA glaub ich persönlich nicht bei dir, wenn die diffus ausfallen ist das keine AGA (wobei ich AGA an sich eh bezweifle, vor allem, wenn nicht alle Hormone, Vitamine, Mineralstoffe, abgeklärt wurden!).
Ich hab auch: hinten lichte Stellen, vorne wächst es buschig, drahtig nah. Aber was soll man machen? Es wächst, wie es wächst und ich mache ja auch alles dafür, dass es bald wieder hoffentlich wird. Da mein HA nun *nochmaldreimalaufholzkopfe* endlich vorbei ist, muss es einfach auch damit klappen.

Ich kann deine Angst absolut verstehen, wirklich!
Aber ich beiß mir immer noch in den Hintern, weil ich die Pille nicht früher abgesetzt habe!
Das ärgert mich sooo sehr, weil ich einfach soooo viele Haare hätte retten können!
Ich hab ja auch nimmer viel, meine Längen sind widerlich dünn, einen kleinen Rattenschwanz hab ich nur noch.
Ich will dich aber zu nichts drängen und zwingen kann ich dich schon gar nicht

Weiterhin: Schmeiß dir viel Eisen ein!! Das macht auch viel! Besser wär ne Infusion, wenn die Heilpraktikerin sowas macht, nimm das bitte an! Die NWs sind nicht soo schlimm, wie man ab und an mal so liest; ich hab mittlerweile schon... 15? 16, 17? irgendwie sowas, Infusionen und lediglich bei dem einen Naturheilfuzzi, der nicht stechen konnte, hatte ich Probleme. Die leichten NWs wie Kopfschmerzen etc. die sind zu verkraften, dafür eben keine Magen-Darmbeschwerden und einen Wert, der extrem schnell ansteigt

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Julieez on Thu, 05 Nov 2015 18:17:52 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Erstmal vielen Dank, du bist gerade echt ein Engel für mich! Es tut so gut mal ernst genommen zu werden.

Mittlerweile denke ich über die Herzgeschichte auch anders nach. Habe die Probleme seit September 2007, herzrasen Beklemmungsgefühle und Panik. Danach ging das getrennte los. Lange wurde nichts festgestellt, vor 2 Jahren die Diagnose LGL (fehlreizleitung, allerdings nichts schlimmes). Glaube aber ehrlich nicht so ganz dran, denke es war eher eine "verlegenheitsdiagnose". Mittlerweile verbinde ich es mit der Pille die ich im Februar 2007 erstmal nahm. Aber man denkt da ja nicht dran.
Auch die Ängste im allgemeinen finde ich echt komisch, habe auch das Gefühl dass es immer schlimmer wird ich erkenne mich selbst nich wieder. Abgesehen davon könnte ich noch 100 andere Symptome aufzählen die von der Pille kommen könnten. Häufige Kopfschmerzen, Trockenheit untenrum, mittlerweile sehr schwache. Periode trotz Schmerzen am ersten Tag, dafür starken Ausfluss den Monat über mit leichter Verfärbung manchmal, Weinerlichkeit depressive Verstimmungen usw.

Zum endo will ich hauptsächlich nochmal wegen meiner Schilddrüse, dachte aber vielleicht kann er mir mit den Hormonen auch helfen. Weiß aber auch, dass es unter der Pille keinen Sinn macht!
Wo wir beim Thema Heilpraktikerin wären. Sie hat echt einen tollen Eindruck gemacht, ABER sie meinte z.b. Man könne einen Hormonspeicheltest auch mit Pille machen da dieser wohl nicht die gebunden synthetischen Hormone misst sondern die freien und somit zu sehen würde wie sehr meine körpereigenen Hormone überhaupt noch arbeiten. Meinte aber auch sie mache erst eine Anamnese mit bioresonanz, wo z.b auch die Pille ausgetestet wird und dann können wir besprechen wie wir weiter vorgehen. Denke aber ich mache den Test erst wenn ich abgesetzt habe!! Werde nun noch den einen Streifen den ich daheim habe nehmen und denke mich dann trauen abzusetzen.

Im Prinzip ist das einzig negative das eintreten kann noch mehr Haarausfall. Aber ich denke auch das die Pille soviel mehr kaputt macht als gut! Habe so genug vor allem nach den ganzen negativen berichten die letzten Tage in den Medien. Habe ja eh immer so eine Angst vor Thrombosen

Anbei noch meine Werte vom der sd.

Ich danke dir wirklich, das tut gerade so gut einfach mal drüber zu sprechen mit jemandem der weiß wie man sich fühlt. Das ständige mit mir selber grübeln macht mich echt verrückt.
Dabei sollte ich lernen, daheim was machen alles bleibt liegen.

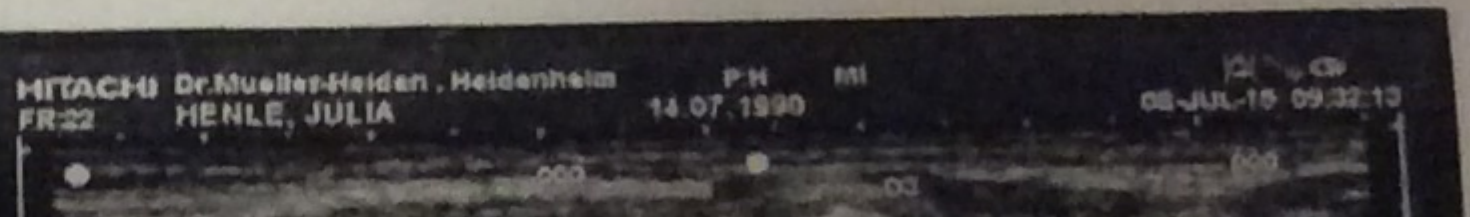
File Attachments

1) image.jpg, downloaded 619 times

or.

gt werden Müdigkeit, Kälteintoleranz. Absichtlich
äßig.

nem Gesamtvolumen von ca. 7 ml. Regressiv
unthyreoiditis. In der Farbcodierung normale



Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Julieez on Thu, 05 Nov 2015 18:22:47 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

File Attachments

1) image.jpg, downloaded 604 times

ch

ddrüse mit Verdacht auf Autoimmunthyreoiditis trotz

üsenbedingt.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Thu, 05 Nov 2015 22:42:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Julieez,

ich bin nicht Pfannkuchen, aber ich melde mich trotzdem mal. Ich hoffe es ist recht.
Ich habe Deine Beiträge gerade nur kurz überflogen, muss nämlich gleich in Bett. Was ich aber ganz dringend loswerden muss: Deine Schilddrüse!
Ich habe mir Deine Werte angesehen und die sehen nicht gut aus. Also der Befund sagt aus: Verdacht auf Hashimoto, ohne Antikörper, also seronegativ. Er empfiehlt, aufgrund der Herzsymptomatik eine Situation einer Schilddrüsenunterfunktion zu vermeiden!!! Du bist meiner Meinung nach, jedoch schön längst in dieser Unterfunktion drin.
Dein Schilddrüsenhormonspeicher fT4 ist bei 0,54%!!! Und das stoffwechselaktive Hormon Ft3 ist bei 30,67%.
M. E. japst Du auf dem letzten Loch was die Schilddrüse angeht. Der TSH ist auch grenzwertig zu hoch.
Ich weiß jetzt nicht was Du sonst noch für Symptome hast, aber ehrlich gesagt, sollte man hier bei diesem Befund L-Thyroxin geben. Jod, gerade bei Hashimoto, wäre hier völlig verkehrt.

Liebe Grüße Blueeyes

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Julieez on Fri, 06 Nov 2015 07:58:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Blueeyes,

Danke für deine Antwort . Hmm war irgendwie auch meine Vermutung, dass da was nich stimmt. Hab aber den glaube ich die Ärzte schon ziemlich verloren, da immer nur kommt ja die SD sieht doch ganz gut aus. Hab ja im Dezember nen Termin bei ne, neuen Endo und werde mich jetzt vorher gründlich einlesen, damit ich auch argumentieren kann.
Sonst hat man ja keine Ahnung und muss sich drauf verlassen was einem gesagt wird.
Was meint ihr, Pille absetzen und evtl. Dann thyroxin nehmen oder erst abwarten mit der Pille? Pfannkuchen, du hast glaube ich erst abgesetzt und dann mit dem einstellen angefangen stimmte? Hab auch schon gelesen, dass bei vielen die Werte nach absetzen deutlich besser waren.

Also von den Symptomen hab ich ja einige, bisher wurde ich aber eher als "Hypochonder" abgestempelt und wurde mit verdrehten Augen abgetan nach dem Motto mit was kommst du denn jetzt schon wieder an.

Was sagen denn diese % - Zahlen aus? Wie kann man die bewerten?

Einen schönen sonnigen Tag wünsche ich euch

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 06 Nov 2015 11:33:44 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen Julieez,

bin genau der gleichen Meinung wie Blueeyes!
Ne UF haste schon, du brauchst LT, dringend!
Ich hoffe der Endo hat ein wenig Ahnung und verschreibt dir welches! Wenn nicht... geh auch zur Heilpraktikerin damit... vllt kann die dir auch was verschreiben? Und wenn du es dann hast, ist es kein Problem mehr neues zu bekommen, musst nur ein kleines wenig lügen können (lügen ist das ja nicht, nur flunkern...)

Nein, ich habe die Einstellung nach Absetzen der Pille nur wieder neu beginnen müssen; normalerweise sagt man ja, dass man weniger LT braucht.. ich brauche mehr + Thybon... ätzend, aber was soll ich machen.
Mir hat es die Einstellung halt komplett zerschossen... das kann passieren, muss aber auch nicht. Ich war ja aber eh schon so im Hormonchaos, dass ich das gar nicht so wahrgenommen hab.
Ich würde das LT sofort nehmen, du nimmst ja nicht viel am Anfang, vllt. 50µg, da macht es keinen großen Unterschied, ob du die Pille absetzt oder nicht.

Ein lieber Tipp von mir: Erwähne NIEMALS die psychischen Symptome bei einem Arzt, grade als Frau wird man sooofort als hysterisch abgestempelt, selbst bei Ärztinnen.. ich werde den Fehler nie wieder machen. Die körperlichen Sachen reichen ja auch meist... gut.. die Herzgeschichte kann man immer noch so interpretieren, aber ganz ehrlich: Dann such dir n anderen Arzt... das musst du dir nicht bieten lassen.

Die Prozente dienen lediglich als Orientierung, in welchem bereich du dich so wohlfühlst; bei Hashis sagt man, dass sie sich im oberen Drittel wohlfühlen. Ich fühlte mich damals, als meine Einstellung noch gut war, am besten bei ca. 50-60% bei ft3 und ft4. Zumindest ist es meist wichtig, dass beide auf einer ungefähren gleichen Position liegen. So wie deine Wert aussehen... oh man, du arme. Weißt du, was die einzelnen freien Werte bedeuten? Wenn nein, belies dich doch mal ein wenig bei ht-mb die haben da ein Forumswissen Wenn du was nicht verstehst, meld dich aber gerne wieder, wir helfen dir dann, aber alles zu erklären ist auch sehr anstrengend und viel Getippe

Ich seh grad, dass du die gleiche Mist-Pille nimmst, wie ich sie genommen hatte.....
schrecklich. Ich hatte damals nur schlechtes über die Bellissima gelesen...
Siehste, du hast doch echt viele Symptome! Schlimm..
Ganz ehrlich: ich hab mich am Ende auch nicht mehr wieder erkannt, meine langjährige Beziehung stand sehr wackelig da... ich hab nur noch geheult und geschrien, hatte Schmerzen, fühlte mich soo beschissen, dann noch die Haare... keiner nimmt einen ernst, der eigene Mann versteht einen nicht mehr (wie auch?)... ach es wollte einfach nicht aufhören. Die Zeit nach dem Pille absetzen war dann auch.. naja... ging halt erstmal weiter, wurde auch kurz schlimmer (hier muss man sich aber auch mal klar machen, was da grade alles in einem so passiert); aber nach 3,5 Monaten wurde es von Tag zu Tag besser, sodass ich auch die Unterschiede merkte... es ist noch lange nicht, wie früher, aber man muss sich ja auch mal klar machen, was man da jahrelang für Gift geschluckt hat, das verzeiht einem der Körper nicht von heute auf morgen

Zu der Hormonbestimmung: Ich würde kein Geld dafür ausgeben, um zu sehen, dass die Pille den Hormonhaushalt im Griff hat... ich hatte das ja, zum Glück auf KK-Kosten, aber was bringt es mir? Ich hab gesehen, dass ich trotz Pille einen hohen Östradiolspiegel hatte und mein Progesteron komplett im Keller war.
Das wird bei dir ähnlich sein, wobei ich wetten würde, dass dein Östradiol auch im Keller ist (wie bei den meisten auch)

Wenn du dich dann traust abzusetzen, mach doch hier einfach auch deinen eigenen Thread auf, das tat mir damals sehr gut, einfach mal alles zu schreiben etc. Wir stehen hier absolut hinter dir! Die Pille abzusetzen ist ein (naja irgendwie) großer Schritt und du wirst das nicht bereuen!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 06 Nov 2015 11:42:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ach: Was ist LGL? Find über google grade nix..

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 06 Nov 2015 14:30:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hab mal doch gegoogelt: Das Lown-Ganong-Levine-Syndrom (LGL-Syndrom) ist eine seltene Herzrhythmusstörung mit anfallsartigem Herzrasen.
Meinst du das??

Wenn ja, dann "hatte" ich das auch..... ging mit dem Pilleabsetzen weg.
Hab das nie nem Arzt gesagt, das hätten die ja eh wieder auf die Psycho-Schiene geschoben...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Julieez on Fri, 06 Nov 2015 15:04:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Oh sorry, dass du jetzt extra googeln musstest, eigentlich wollte ich dir das gleich schreiben . Genau das ist es! Erstmals bemerkt ca. 4 Monate nach pillenbeginn seitdem regelmäßig, nachdem ich wusste was es ist, habe ich mir aber nicht weiter Gedanken drum gemacht.

Puh, mit meiner Schilddrüse bin ich jetzt echt etwas sauer und "verängstigt"! Wieso hat der Arzt denn im Sommer nicht schon was gemacht . Der muss doch auch sehen, dass die Werte nicht gut sind.

Hab mal weiter gelesen und habe noch ganz viele andere Symptome, das Gefühl komisch zu sehen obwohl an den Augen nichts ist und damit einhergehend das Gefühl alles ist "unrealistisch" um einen rum. Als wäre der Kopf in Watte gehüllt. Dachte immer ich bilde mir das ein und es liegt dran das ich zu lange geschlafen habe oder so. Dann immer mal wieder kurz

das Gefühl mir zieht es den Boden unter den Füßen weg und dann auch wieder dieses wattegefühl, hatte ich grade die letzten Monate immer wieder. Dazu ständige Kopfschmerzen durch Verspannungen im Nacken mit Druck in der Augenhöhle mit teilweise Übelkeit (dabei mache ich echt viel Sport um die Muskulatur zu stärken), muskelschmerzen in den Oberschenkeln vom sitzen und nichts tun, hach ich könnte Stunden weiter schreiben. Ich hab selbst schon an mir gezweifelt und dachte ich bilde mir vielleicht alles nur ein.

Also der Plan für die nächsten Wochen, Schilddrüse abchecken + Vitamine (mal schauen wer bereit ist es zu machen, sonst Zahl ich es selbst. Bin nämlich überzeugt auch hier latente Mängel zu haben, wie gesagt ich ernähre mich leider wirklich hundsmiserabel. Zwar schon viel Gemüse aber esse oft nur 1x am Tag und dann nicht gerade viel).
Mit der Heilpraktikerin besprechen wie ich das absetzen der Pille evtl. Von Anfang an unterstützten könnte und dann die Pille absetzen. Aber das wird noch einen Monat dauern, möchte nicht einfach zwischendrin aufhören.
Puh, einerseits ein gutes Gefühl wenigstens etwas die "Kontrolle" zu übernehmen aber anderseits habe ich echt tierisch schiss!! Ihr wisst bestimmt was ich meine.
Habe das scheißding und die Belara-belissima ist glaube wirklich Mist so lange genommen und weiß schon gar nicht mehr wie sich mein Körper wirklich anfühlt.

Hach, ich muss dringend versuchen besser mit allm umzugehen. Es dreht sich wirklich nur noch alles um das leidige Thema, kann mich nichtmal wirklich freuen wenn es 1-2 Tage besser ist, denke immer na dann wirds morgen bestimmt umso schlimmer
Und Momente zu genießen fällt mir auch schwer, immer die Angst später muss ich kämmen und da gehen bestimmt Mengen aus.
Morgens aufwachen und mit klopfendem Herzen und Panik heimlich das Kissen absuchen wieviele Haare darauf liegen. Das ist doch alles mehr als krank

---

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 06 Nov 2015 15:37:06 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ja nicht schlimm^^ Hatte grade Zeit und mir war langweilig

Oh ja, deine Wut kann ich gut verstehen. Ich war 10!!! Jahre nicht richtig eingestellt! Mit 15 Jahren bekam ich 50µg, weil UF... wurde Nie wieder groß kontrolliert..... da musste ich die Ärzte überreden... schrecklich.
Mein jetziger Endo ist auch beschi****... ich hatte n TSH von 1,8 nach dem Pille absetzen (vorher 0,8!) das ist n ganz schöner Unterschied. Von den freien Werten mal gar nicht zusprechen.....
Und was meint der: Joar, um die 1 wär schöner, aber geht ja auch so..... obwohl ich immer wieder sage, dass ich immer noch Beschwerden habe.. Der wird dumm schauen, wenn ich ihm nächses Jahr berichte, dass ich Thybon nehme und keine 112µg, wie er meint, sondern 137µg Ich hab jemand, der mir da hilft, aber das Zeug leider nicht auf Kasse verschreiben kann. Sonst würd ich zu diesem Arzt auch nie wieder gehen! Wobei er mich wahrscheinlich eh rauschmeißt Ich lass es mal auf mich zukommen, irgendwie freu ich mich ja schon, ihm mal so richtig die Meinung zu geigen
Jeder Arzt sollte das deinen Werten ansehen... unverantwortlich sowas!!!

Huiui, das sind viele Symptome! Da ist die SD aber auch nicht so unschuldig!
Gegen die Verspannungen hat mir gutes Magnesiumcitrat geholfen! Das gibts billig in einer Apotheke im Saarland, das ist echt das beste, was ich je bekommen hab, recht günstig und keine Nebenwirkungen! Wenn du Interesse hast, schreib ich dir gerne welche ich meine
Ohje die Augenhöhlen.... das kenn ich leider auch!! Mir hilft da Thybon... (das ist für den ft3)... aber ob du das schon brauchst... der sollte eigentlich mitziehen, wenn du LT bekommst... da muss man mal abwarten... ich hoffe, dass das bei dir weggeht, diese Schmerzen sind echt sch****.

Ok, Pläne sind gut Mach ich mir auch immer^^
Ein paar Vitamine brauchst du aber z.B. gar nicht: Vit C und die B Vitmaine (außer B12!!), kannst du komplett weglassen, die kannst du einfach so nehmen, da passiert nix. B12 würde ich an deiner Stelle testen lassen, das ist schon wichtig.
Die anderen: A, D, E, ja, das würde ich an deiner Stelle mal machen
Und: Zink, Selen, beides im Vollblut, intrazellulär.
Kupfer würde ich mir erstmal sparen, das wird hoch sein, die Pille verfälscht das.
Magnesium kannste dir auch sparen, das kannste einfach nehmen! Grade wenn du Vit D auffüllst, musst du es nehmen.

Ich denke, viele sehen das anders, ich schreib es trotzdem
Dass du gleich Progesteron brauchst.. durch die Pilleneinnahme kommt das oft nicht mehr in die Gänge.
Ansonsten kannste da nix viel unterstützen; lass die Finger von Mönchspfeffer! Das wird dir net helfen; das kann bei leichten Hormonstörungen helfen, aber bei nem ausgewachsenen Chaos... würd ich lassen!

Ich denke auch, dass deine Unsicherheit etc von dem Hormonchaos kommt. Ich kenne das auch... wurde mit Pille immer unsicherer etc.
Mit den Haaren, dass es mal besser ist und du dann Angst hast: Ja.. das ist ätzend, hab ich auch immer noch nach den vielen Wochen, ich denke: Ob der Scheiß irgendwann wieder von vorne losgeht?... Aber du musst dir bewusst machen: Es fällt so oder so.. da kann man echt gar nix machen
Ich würd dir gerne versprechen, dass es besser wird, aber ich will hier auch nicht denn die Sündenböckin sein. Du musst halt suchen und suchen und auch viel lesen (es gibt sehr gute Hormonbücher!) und wenn du da alles dir mögliche machst, sollte es doch auf jeden Fall besser werden Ich hatte die Hoffnung auch schon aufgegeben, vllt. half das mit

Lass dich mal drücken, das wird schon! Bleib halt dran und verzweifle nicht daran!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 10 Nov 2015 11:06:52 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 266, ZT 15:

So, für alle die hier als mitlesen: Mein Haarausfall ist seit gestern endlich wieder zurück, ich hab ihn ja schon dermaßen vermisst!!!

Nach 5 Monaten ohne und echt guten 3 Monaten, in denen es im Wochendurchschnitt unter 50 waren, ist er zum Glück wieder da, um meine neuen Haare auch mal gleich wieder fallen zu lassen...
Ich wollte diesen Monat eigentlich neue Fotos machen, aber das werd ich mir ja auch sparen können...

Ich hab null Plan, woran das jetzt liegen könnte; vor 3 Monaten war nichts spannendes, ansonsten könnte es noch das Thybon sein (was aber zeitlich auch irgendwie nicht passt...).

Ich gebs auf zu Suchen... es muss was hormonelles sein, ansonsten mache ich nichts anders, habe keine Mängel etc.
Leider dachte ich immer, dass ich nur wegen der Pille Haarausfall habe und dass die synthetischen Hormone das seien, aber irgendwie passt das jetzt nicht mehr...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 16 Nov 2015 12:48:37 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

kurzes Update:
Haarausfall war danach wieder normal; Waschtage bleiben problematisch (hat aber andere Gründe...)
Meine Theorie bezüglich der synthetischen Hormone besteht also weiterhin

Am WE stelle ich mal neue Fotos ein.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 17 Nov 2015 18:43:46 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Mal wieder ein Update von mir; ich war gestern zur BE, hatte 7 Tage vorher meinen ES und meine Werte werden immer schlechter:
vor 6 Monaten | vor 3 Monaten | gestern
DHEA-S: 2,96 (2-7.7) | 4,67 (2-7,7) | 4,53 (2-7,7)
Testosteron: 0,89 (<2,6) | 2,06 (<2,6) | 2,55 (<2,6)
Östradiol: 804 (260-920) | 434 (43,8 - 298) | 659 (260-920)
Progesteron: 26,4 (25-80) | 12,6 (1,70 - 27,0 ng/ml) | 23,8 (25-80)
SHGB: ----- | 30,3 (18-114) | 22,5 (18-114)

Mein Verhältnis von Östradiol un Progesteron bleibt schlecht: 1:30 | 1:29 | 1:35 ..... nicht so prall.
Hab auch wieder schöne Symptome: Kann keine Nacht durchschlafen, friere wie blöd bei 23° und habe Regelschmerzen ohne Regel. Hatte gehofft, dass nur das Östradiol hoch ist, aber stattdessen ist mein Testosteron gestiegen und mein SHGB gesunken... mein FAI liegt somit bei 11 und ist doppelt so hoch, wie er soll...
Bin grad auch ehrlich überfragt...

Haarausfall ist beim Waschen unverändert hoch, ansonsten 20-45 geht also. Habe allerdings Angst, dass ich mit diesem FAI noch mehr Probleme bekomme....
Ich werd nachher mal schauen, ob ein Aromatasehemmer auch die Umwandlung in Testosteron reduziert (ich weiß nur vom Östradiol)... wenn ja, werd ich mir einen kaufen.

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Nov 2015 22:49:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

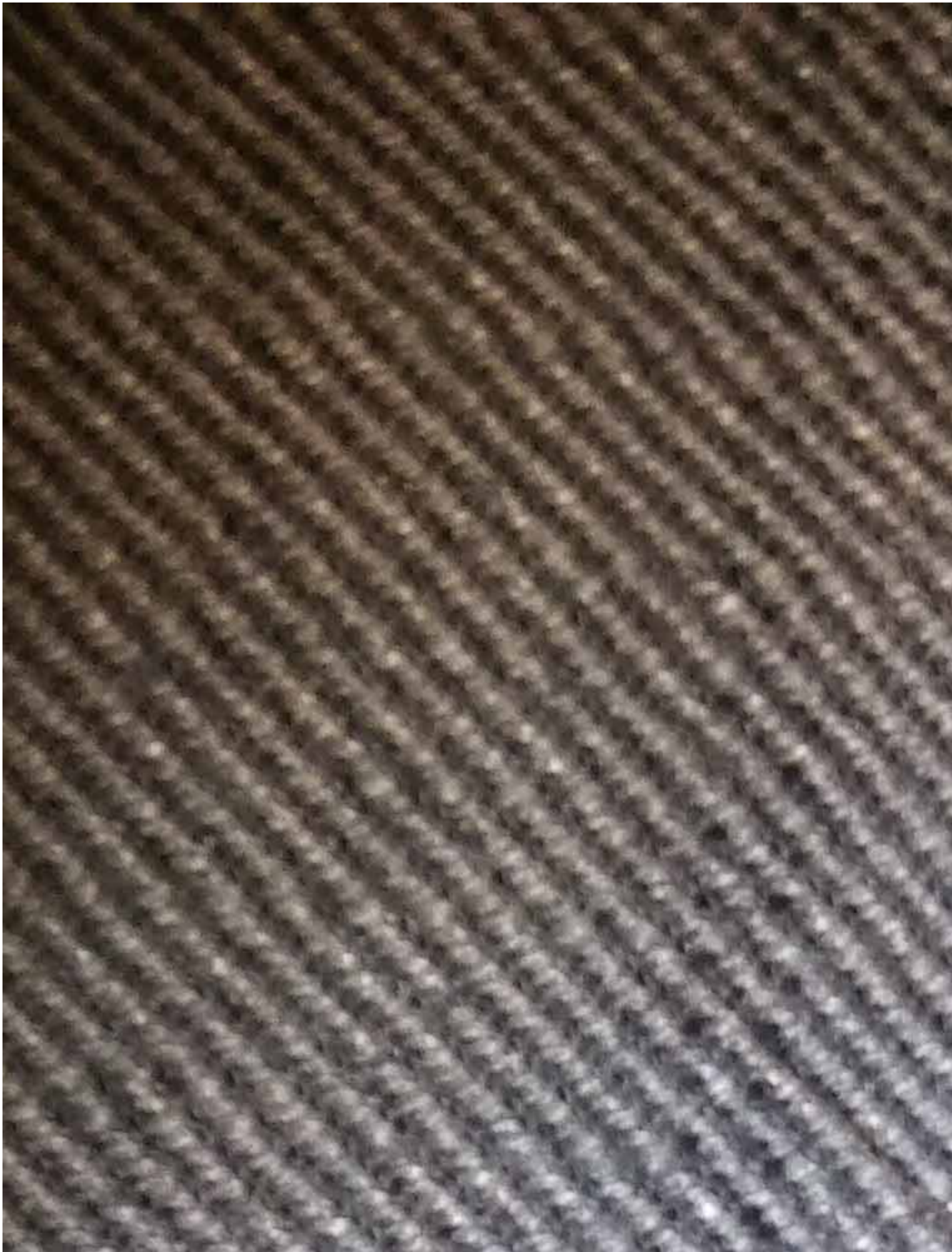
So liebe Leute

Ich HAB MICH GETRAUT und meinen Stummelschwanz abgeschnitten.. hatte Tränen in den Augen, aber es war besser so, war oft verfilzt, wegen der blöden (aber wunderschönen) Bleiche
Hab mal ein Foto angehangen... traurig wie viel Haare am Ende von 2 Jahren Haarausfall noch übrig sind, oder?.. Soll heißen: Das ist das Haar, was seit den 2 Jahren nicht ausgefallen ist... alles andere ist kürzer, also neu...

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 19 Nov 2015 22:58:40 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Lalala Anhang vergessen... lalala

File Attachments
1) IMG_20151119_233341 Kopie.jpg, downloaded 1121 times



Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by blueeyesdeluxe on Fri, 20 Nov 2015 08:22:36 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Na eeeeeendlichhhhh! Halleluja!!!! Herzlichen Glückwunsch!!!!! Man muss sich auch mal trennen können.
Da brauchste nicht weinen, das ist Vergangenheit. Ab jetzt werden wieder dicke Zöpfe gezüchtet!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 20 Nov 2015 11:29:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Na dass du dich da drüber freust, war mir ja sooo klar

Ja, war aber besser so, das war immer sooo verknotet, das hat mich mittlerweile dermaßen genervt. Und obwohl das gute 10cm waren, fällt es kaum auf.

Heut Abend gibts dann mal neue Fotos.. bin gespannt, ob man was sieht!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 20 Nov 2015 17:30:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

So, neue Fotos.

Ich seh keine Verbesserung

File Attachments
1) 1.JPG, downloaded 1065 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 20 Nov 2015 17:32:35 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Achso: von oben nach unten:
Heute
Juni
März

File Attachments

1) 2.JPG, downloaded 1050 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 20 Nov 2015 17:34:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

File Attachments

1) 3.JPG, downloaded 1052 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Fri, 20 Nov 2015 17:37:04 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

das letzte

File Attachments

1) 4.jpg, downloaded 933 times

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Thu, 26 Nov 2015 13:26:39 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 282, ZT 3:
Der hormonelle Haarausfall zur Periode ist endlich vorbei! Nach 9 Monaten ohne Pille und 6 Monaten mit Progesteron.
Haarausfall hat sich insgesamt auch wieder gelegt, nachdem ich einen Tag sehr viel Progesteron geschmiert habe UND: Seit diesem Tag kann ich auch eeendlich wieder durchschlafen. War also "nur" ein Progesteronmangel; an sich finde ich das trotzdem unglaublich, da ich ja schon sehr hohe Dosen Prog schmiere.. naja, mein Körper braucht wohl sehr viel.
Körperlich gehts mir auch immer besser, und meine Stimmungsschwankungen sind auch weg. Einzig bleibt mein frieren, aber das wird sicherlich auch irgendwann.
Gegen das hohe Testo schmiere ich nun auch mehr Progesteron. In 2 Monaten gehts wieder zur BE!

Wünsch euch schon mal einen schönen 1. Advent!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 08 Dec 2015 11:37:53 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 294; ZT 15:
Gestern, pünktlich meinen ES gehabt, ab heute Hochlage; die Auswirkungen der Pille merke ich leider immer noch (nach bald 10 Monaten!!): Der hormonelle Ausfall zur Periode ist zwar vorbei, aber der Ausfall zum ES bleibt mir erhalten... Die Haare wachsen auch nach, die neuen fallen nur eben wieder schnell und sind auch sehr dünn.
Wenn der Haarstatus so bleibt und nicht viel schlechter wird, kann ich damit noch ein wenig rumlaufen, nur sollte es doch bald mal besser werden. Das wären mir die Haare schuldig!!

Insgesamt vertrage ich das Progesteron super Meine schmerzenden Brüste sind weg, meine Stimmungsschwankungen ebenso. Gewicht hält sich leider, ebenso wie die Wassereinlagerungen.

Mit Thybon gehts mir wirklich besser; vor Sport oder langen Einkäufen muss ich mehr nehmen, sonst merke ich richtig, wie es mir von Minute zu Minute schlechter geht. Aber: Ich kann endlich wieder Sport damit machen! Das konnte ich lange Zeit nicht

Wünsch Euch, weil ich mich hier mal wieder verabschiede: Ein frohes Fest und einen guten Rutsch!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Blueray1970 on Fri, 18 Dec 2015 18:31:11 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich bin echt froh das wir den Dreck los sind .... hoffentlich bekommt sie Recht .... von daher

gesehen können wir froh sein das uns so etwas nicht passiert ist ...

http://www.faz.net/aktuell/gesellschaft/kriminalitaet/prozes
sauftakt-gegen-bayer-die-pille-vor-gericht-13971978.html

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Tue, 05 Jan 2016 19:13:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Blueray: Ja, ich hoffe auch, dass sie recht bekommt... innen USA geht sowas ja immer toll, aber hier in DE?.....

Tag 322, ZT 13:
Bei mir gibts nich viel neues. Haarausfall während der Periode ist weg; Haarausfall zum ES ist ebenfalls weg. Haarstatus bleibt konstant ok... lichte Stellen wachsen aber auch leider noch nicht schnell zu, wie ich es mir wünschen würde...
Ich denke aber, dass bei besserer Hormoneinstellung das auch endlich mal geschichte sein wird. Ich berichte natürlich weiter, aber bisher bin ich recht zufrieden *dreimalaufholzklopf*

In 2 Wochen habe ich noch einen wichtigen Arzttermin (privat), der meine Darmflora und Stoffwechsel überprüft hat; endlich mal einer!!!
Über Weihnachten bis jetzt hatte/habe ich eine Gürtelrose (Herpes Zoster), mein Immunsystem ist total am Arsch... ich hoffe er kann helfen.

Wünsch Euch was!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 Jan 2016 12:09:51 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Tag 330, ZT 21:

So, war mal wieder zur BE für die Hormonbestimmung.....Zusammenfassend: Progesteron wird besser; Östradiol sinkt, somit wird das Verhältnis auch besser; dafür steigt Testosteron, SHBG sinkt, somit steigt der FAI (mittlerweile auf 13 Ref: <5).
Das ist ein ganz schöner Mist. (Werte siehe unten)

Bin müde, schlapp. Man sollte ja denken, dass das Testo mich pusht, aber im Gegenteil. Sport machen kann ich grade nicht, bin mit dem Fuß ordentlich umgeknickt, jeder Schritt tut weh

Haarausfall ist ok... allerdings, jedesmal, wenn ich wasche, egal wie lange die letzte Wäsche her

ist, es fallen immer: 80.... das nervt ein wenig UND es wächst eben hinten nicht nach, d.h. mein Haarstatus ist seit bald einem Jahr gleich, keinerlei Veränderung.
Wobei doch: meine Haare, also die, die da sein wachsen schneller als sonst; letzten Monat alleine 3cm!
Aber was nützt es mir in der Länge, wenn die lichten Stellen nicht besser werden?.....

Fazit: Blöde Pille! Danke, dass du mir das Leben so versaust.

Werte:
DHEA-S:
3 Monate pp: 61,3 µg/dl (250 - 380 µg/dl)
6 Monate pp: 96,7 µg/dl (250 - 380 µg/dl)
9 Monate pp: 93,8µg/dl (250 - 380 µg/dl)
11 Monate pp: 104,5 µg/dl (250 - 380 µg/dl)

Testosteron:
3 Monate pp: 0,256 ng/ml (0,084-0,481)
6 Monate pp: 0,594 ng/ml (0,084-0,481)
9 Monate pp: 0,736 ng/ml (0,084-0,481)
11 Monate pp:1,5 ng/ml (0,084-0,481)

Östradiol:
3 Monate pp: 219 pg/ml (43,8 - 211)
6 Monate pp: 434 pg/ml (43,8 - 211)
9 Monate pp: 179,5 pg/ml (43,8 - 211)
11 Monate pp: 149,28 pg/ml (43,8 - 211)

Progesteron:
3 Monate pp: 26,4 (25-80nmol/l))
6 Monate pp: 12,6 (1,70 - 27,0 ng/ml)
9 Monate pp: 23,8 (25-80nmol/l))
11 Monate pp:32,0 (25-80 nmol/l)

SHGB: ----- | 30,3 (18-114 nmol/l) | 22,5 (18-114 nmol/l) | 16,8 (18-114 nmol/l)

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Wed, 13 Jan 2016 12:30:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kurz Nachtrag:

Myo Inositol nehme ich weiterhin, bringt mir aber anscheinend nichts gegen das Testo.
ABER: Pickel sind schon deutlich weniger; jetzt vor der Mens 1-2, über den Zyklus 0.
Für die Haut kann ich es also echt empfehlen!!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by mira123 on Thu, 13 Oct 2016 06:54:23 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wer sich den großen Aufwand beim Arzt sparen möchte, kann auch bequem einen Selbsttest durchführen. Hier kam die Frage auf, ob man an Vitamin D Mangel leidet. Macht einfach einen Vitamin D Test: https://www.cerascreen.de/
Den habe ich nämlich auch gemacht. Meine Werte sind erschreckend

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by WeisseBlume on Fri, 06 Oct 2017 22:35:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen!
Wie geht es dir denn inzwischen? Du bist nicht mehr aktiv, soweit ich das beurteilen kann.. hast du den Haarausfall bekämpfen können? Du warst die einzige, dir mir damals geantwortet hat, als ich das erste mal von meinem Problem hier erzählte. Danke dafür. Bei mir hat sich seither leider nichts verbessert.. Hoffe dir geht es gut. Liebe Grüße!

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Sun, 27 Feb 2022 22:14:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallöchen nach WOW 6 Jahren!!!

Kann sich noch jemand an mich erinnern? Naja am Ende war nicht mehr viel los und ich hatte viel Uni-Stress und privaten auch, da hatte ich einfach keine Lust mehr „ins Leere“ zu schreiben…

Falls nicht, egal, ich finde es nur doof, wenn nie am Ende eines Threads aufgelöst wird, wie es nun so weiter gegangen ist:

Daher möchte ich mein Tagebuch (ein letztes Mal?) weiterführen:

Nachdem insgesamt noch 3Mal umgezogen sind und mein endlich Beamter ist, sind wir endlich privat versichert und ich muss den ganzen Blutrotz nicht mehr selbst bezahlen. Das ist ja alles sooo teuer, wenn man keinen Arzt findet, der es auf Kasse macht.
Durch ein Hashi-Forum bin ich auf einen Arzt aufmerksam gemacht worden, auf den ich soo viel Hoffnung gesetzt habe, aber der konnte mir nur teuren Kram andrehen (insgesamt am Ende 6000€!!!!) der komplett nix gebracht hat, weil er die Ursache nicht gefunden hat bzw. hat er auch gar nicht gesucht; Entgiftung ist ja schön und gut (und teuer), aber es bringt nichts, ohne die Ursache zu kennen.

Also meine Ursache ist letztes Jahr im September endlich herausgekommen, das was ich von Anfang an vermutet habe (wusste nur nicht, dass es auch Haarausfall macht): Borreliose.

Mittlerweile habe ich sie seit 14 Jahren (!!!!!!!!), ich habe nicht gezählt, aber ich war mindestens bei 80 Ärzten mit der gesamten Symptomatik, habe IMMER von dem Zeckenbiss erzählt, aber davon wollte NIE einer was wissen!! Ich wurde 5 Jahre wegen angeblicher MS behandelt, obwohl die Laborwerte dagegen sprachen! Ich bin soooo wütend auf diese Ärzte der Uni-Klinik in Rostock!! Die haben, als ich meine ersten schweren neurologischen Ausfälle hatte immer gesagt, dass Borreliose mit getestet wird, haben sie aber nie getan und was habe ich davon jetzt?
Ich zähle mal alle Symptome auf, die ich letztes Jahr so hatte:
• Extreme Schlafstörungen, ich habe Nächte, in denen ich nur im Halbschlaf bin, das ist die Hölle gewesen!
• Zyklusstörungen, mein letzter Progesteronwert war bei 0,7 (bei 2 oder so fängt der Normalwert erst an), obwohl ich massig creme,
• Zwischenblutungen: bei jedem kleinsten Stress = ZACK Blutung, manche Monate habe ich durch geblutet
• Knochenschmerzen,
• Gelenkschmerzen,
• Hautprobleme, wie den Pilz seit 14 Jahren und 10 Hautärzten (keiner konnte mir helfen, keiner kam mal auf die Idee, dass es nicht „am Süßkram“ liegt (den ich kaum esse)),
• Herzrasen,
• innere Unruhe,
• neurologische Ausfälle,
• fast täglich Migräne,
• heißer Kopf und eiskalte Füße und Hände,
• Erkältungsgefühle ohne Erkältung (und wenn doch, dann für 3-6 Monate durchgängig),
• Extreme Nackenverspannungen,
• Denkprobleme (Brain fog),
• ich habe immer wieder 10-15 blaue Flecke am Körper, obwohl ich mich nirgends gestoßen habe
• Sport geht nicht mehr, bin nur erschöpft,
• Gewichtszunahme,
• habe überall Schmerzen, vor allem an den Knochen (Fibromyalgie),
• gefühlt tausende kleine Stielwarzen am Hals, die verschwinden und kommen, wie sie wollen,
• ich kann keinen Alkohol mehr trinken, bekomme sofort Magenschmerzen und werde rot und es geht mir einfach schlecht;
• alles fühlt sich an wie ein grauer Schleier über mir,
• ich habe Suizidgedanken,
• Mein Schlafrhythmus ist komplett im Arsch, ich schlafe 8 Stunden, aber gehe erst um 4 Uhr morgens ins Bett, ich kann vorher nicht einschlafen!
• super reizbar, raste wegen jeder Kleinigkeit aus, ich heule los,
• von der Corona-Impfung war meine gesamte rechte Hälfte des Körpers taub…

Ich habe mich ehrlich nicht wieder erkannt.

Und egal, bei welchem Arzt ich war: Psyche. Wie zur Hölle kann man sich das alles einbilden??
Gibt es echt soo viele Menschen, die beim Arzt so dermaßen sich Sachen ausdenken?
Dann habe ich durch Zufall eine Borreliose-Klinik hier in der Nähe entdeckt (nicht mehr MV, da gibt’s sowas nicht) und dachte: So, wenns jetzt das nicht ist, dann muss ich damit leben.

Durch die PKV wars mir dann egal, was es kostet (es ist soo scheiße teuer!!!!!).

Es wurde dann bestätigt, ich habe Borreliose, ich habe auch noch andere Bakterien und Viren. Werde seit September behandelt (mit Antibiotika, pflanzlich und Virustatika) und einiges der Symptome ist besser, nicht weg, aber besser, ich kann wenigstens wieder kochen (jaaa selbst kochen war mir zu viel, nachdem ich den ganzen Tag auf der Couch verbracht habe, weil ich keine Energie für irgendwas hatte).
Mein Haarausfall von früher ist weg. Ich verliere maximal 40 Haare am Tag, aber ich habe immer noch das gleiche Problem wie früher: Es wächst kaum was nach, gerade die Problemstellen von früher, sind es heute immer noch.
Ich muss einfach hoffe, dass das nun auch mit der richtigen Behandlung besser wird…

Wer Fragen hat, kann mir gern schreiben, ich versuche ab und zu reinzuschauen; über Antworten freue ich mich auch! :)

Liebe Grüße,
Pfannkuchen

@WeisseBlume: Oh man, ich habe nie eine Mail bekommen, dass ich hier eine Nachricht habe, sorry! Wer weiß, ob du es jemals lesen wirst, aber ich antworte dir dennoch: Wie es mir geht, kannst du ja jetzt nachlesen. ;)
Wie geht es dir mittlerweile? Hat sich was getan? Schade, dass dir sonst nie jemand geantwortet hat :(

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Lola94 on Mon, 28 Feb 2022 10:13:12 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo Pfannkuchen :)
Wir kennen uns zwar noch nicht aber ich freue mich sehr für dich... Dass du nicht locker gelassen hast und auf dein Bauchgefühl gehört hast!!! Wir kennen unseren Körper eben am Besten und ich habe manchmal das Gefühl, dass Ärzte uns HA geplagten als Spinner wahrnehmen... Schade... Aber dennoch, vielleicht musst du ein wenig warten bis was nachwächst :) und wenn nicht kannst du ja mit Regine den Neuwuchs pushen

Lg

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Pfannkuchen on Mon, 28 Feb 2022 22:22:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

@Lola:
Huhu, ja wir kennen uns nicht, aber schön, dass du mir trotzdem geantwortet hast :)
Danke auch für deine lieben Worte. Ja so ist das, das Bauchgefühl hat meistens recht; und ja

als Spinnerin wurde ich auch oft dargestellt, bis ich dann beim Psychologen war, der nichts mit mir anzufangen wusste...
Vor Regaine hab ich echt Respekt, das wird meine alleraller letzte Lösung, erstmal warte ich, bis das Antibiotika richtig anschlägt und es mir besser geht, wenn da nix nachkommt, muss halt Regaine her.

Ich werd weiterhin nicht sehr aktiv sein, nur so als "Vorwarnung", hab mich aber sehr über deine Antwort gefreut :)
Alles Gute für dich!

LG
Pfannkuchen

Subject: Aw: Tagebuch - Pille absetzen
Posted by Rubi123 on Tue, 04 Apr 2023 03:45:50 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo!

Gibt es mittlerweile wieder ein Update? Geht es dir und deinen Haaren nun viel besser?

Danke!

Viele Grüße