

---

Subject: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 14:17:16 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

mein Name ist Sarah, bin 21 und bin neu hier im Forum. Vor circa zwei Jahren habe ich das dramatische Ausmaß meines Haarausfalls bemerkt und bin zum Dermatologen und sofort zum Endokrinologen, statt zum Gynäkologen, aus dem Grund weil ich Zyklusstörungen hatte.

Festgestellt wurden ein Eisenmangel, ein Vitamin D Mangel und ein erhöhter Androgenspiegel. PCOS wurde anhand eines Insulinresistenztests ausgeschlossen.

Nun habe ich einiges dagegen unternommen :

- Hormonelles Haarwasser 1 Jahr lang
- Regaine für Frauen- 7 Monate
- Regaine für Männer - seit zwei Monaten

Allerdings vertrage ich Regaine nicht mehr so gut , aber ich erhielt bei der Anwendung des Hormonwassers das Feedback einer Besserung meines Haarstatus. Ich glaube auch , dass die erhöhten Androgene dafür verantwortlich waren. Ich bemerke die Veränderungen kaum, da ich meine Haare jeden Tag sehe und ich bräuchte mal eure objektive Einschätzung ob es wirklich so viel besser geworden ist auf meinem Kopf.

Ich dank euch schon mal im Vorraus.

LG Sarah

Anhang : Mein Status Ende 2013

---

### File Attachments

1) [13453.jpg](#), downloaded 1091 times

---



---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 14:19:52 GMT

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

---

Mein aktueller Haarstatus

---

#### File Attachments

1) [22687065qp.jpg](#), downloaded 997 times



In Zwischenablage kopiert

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 14:51:57 GMT

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

---

Hallöchen Sarah,

also ich finde die beiden Bilder sind echt schwer miteinander zu vergleichen

Ich weiß da auch gar nicht recht, was ich da nun am besten sage... ich gehe davon aus, dass das erste Bild dein Scheitel sein soll und links dein Hinterkopf ist?! ... also tendenziell besser, denke ich.. aber unter Vorbehalt.

Was hast du denn gegen die Androgene gemacht? Wurde ein kompletter Hormonstatus gemacht? Kannst du den hier einstellen?

Liebe Grüße!

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 14:58:59 GMT

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

---

Das erste Bild ist mein oberer Hinterkopf. Ich stell zum Vergleich vielleicht mal ein Bild vom Hinterkopf rein.

Meine Endokrinologin hatte zuerst die Aristelle verschrieben, aber ich habe von der Schmierblutungen bekommen. Jetzt bekomme ich eine extra für mich dosierte Pille mit 2,5mg CPA.

Ja klar. Ich hab noch einen da vor der Pilleneinnahme. Ich such den mal raus und poste ihn.

Vielen Dank für die Rückmeldung, Pfannkuchen.

---

#### File Attachments

1) [1.png](#), downloaded 810 times

---





Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 15:12:23 GMT

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

---

Der Hormonstatus vor der Pilleneinnahme im Januar 2014. Ende September habe ich einen Termin bei meiner Endokrinologin und ich werde einen aktuellen Hormonstatus einfordern.

---

### File Attachments

1) [Screenshot\\_2015-07-31-17-08-34.png](#), downloaded 681 times

rah-Barbara Jobmann

geb.: 03.12.93

hnhaft in: 21035 Hamburg, Otto-Grot-Str.61c

zeichnung	Wert		Normbereich	
01.14 Leuko.	8,4	µ/l	4,6 -	10,2
Ery.	4,9	Mio/µl	4,2 -	5,4
HB	13,6	g/dl	12,0 -	16,0
HKT	39,7	%	36,0 -	46,0
MCV	80,4	fl	85,0 -	95,0
MCH	27,5	pg	27,0 -	33,0
MCHC	34,3	g/dl	32,0 -	35,0
Thrombo.	302,0	x1000/µl	150,0 -	400,0
Gamma GT	10,0	U/l	6,0 -	42,0
GOT	28,0	U/l	10,0 -	35,0
GPT	22,0	U/l	10,0 -	35,0
HbA1c	5,2	%	4,0 -	6,0
25 OH Vit.D	19,6	nmol/l	75,0 -	116,0
Eisen	115,0	µg/dl	33,0 -	193,0
Ferritin	29,9	ng/ml	20 -	200
Selen	92,0	umol/l	50,0 -	120,0
Zink	0,9	umol/l	0,6 -	1,2
Creatinin	0,7	mg/dl	0,5 -	1,0
Vitamin B12	638	pgl/l	197 -	866
FT3	2,50	pg/ml	2,00 -	4,40
FT4	10,80	ng/ml	9,30 -	17,00
TSH basal	1,91	µIU/ml	0,27 -	2,50
ACTH	15,30	ng/l	4,70 -	48,80
Cortisol basal	226,1	ng/ml	23 -	194
Andr. basal	2,6	ng/ml	0,3 -	3,3
DHEAS	3,3	µg/ml	0,4 -	4,3
SHBG	59,9	nmol/l	18,0 -	144,0
Freier Androg.	4,0	Index	0,0 -	3,5
E2	218,4	pg/ml	5,0 -	498,0
Progesteron	0,9	ng/ml	0,1 -	27,0
17OHP basal	1,13	µg/l	0,15 -	1,10
FSH	4,6	mIE/ml	3,5 -	134,0
LH	14,1	mIU/ml	1,0 -	95,6
Prolaktin	11,80	ng/ml	4,79 -	23,30
AMH	4,34	ng/ml	0,00 -	0,00
Testosteron	0,69	ng/ml	0,03 -	0,48
Dihydrotesto.	308,1	pg/dl	10 -	368
Androstandi	7,64	ng/ml	0,00 -	0,00
02.14 BZV/OGT 0'	83,0	mg/dl	60,0 -	110,0
BZV/OGT 60'	90,0	mg/dl	0,0 -	0,0
BZV/OGT 120'	61,0	mg/dl	0,0 -	0,0
Insulin basal	5,20	mIE/l	3,21 -	16,32
Ins./OGT. 60'	61,00	mIE/l	0,00 -	0,00
Ins./OGT 120'	40,20	mIE/l	0,00 -	0,00

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 15:54:39 GMT

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

---

Bevor ich antworte: An welchen Tag wurde der Hormonstatus gemacht/ oder zumindest welche Zyklushälfte?

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 16:03:46 GMT

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

---

Am 18.Zyklustag

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 16:19:07 GMT

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

---

Supi, dass du das weißt!

Mit Androgenen kenne ich mich ehrlich gesagt null aus; ich hoffe aber, dass sich hier dann noch wer zu Wort meldet.

An sich finde ich es nicht gut, dass du dafür die Pille bekommst, anscheinend hilft es deinem Haarausfall ja auch gar nicht. Mir fällt nur auf, dass das Progesteron doch recht niedrig aussieht? Weißt du noch, ob du in diesem Zyklus einen Eisprung hattest und wann der war? Das ist immer relativ wichtig, da hätte dich die Endokrinologin auch drauf hinweisen müssen. Du solltest wissen, falls du es noch nicht weißt, dass die Pille sehr schnell, m.E. viel zu schnell verordnet wird und das für die Ärzte meist der Punkt ist, an dem sie nicht weiter wissen.

Dass du Eisen- und Vit. D Mangel hast weißt du?

Nimmst du etwas für die SD ein? Der TSH sieht ja noch okay aus, die freien Werte dagegen aber nicht wirklich...

Zu den Bildern: Welcher Abstand liegt nun zwischen dem 2. und 3.?

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 16:31:51 GMT

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

---

Hallo Pfannkuchen,

ich hatte eben im Bericht nachgeguckt und da wurde es vermerkt an welchem Zyklustag der Hormonstatus gemacht wurde. Allerdings kann ich leider nicht mehr so genau sagen, ob ich da einen Eisprung hatte oder nicht.

Zu meinem Haarausfall muss ich mich evtl. noch genauer äußern: Ich hatte nie einen auffälligen Haarverlust., außer letztes Jahr im August bis dieses Jahr Februar. Da fielen sie



vermehrt aus aber nicht hielt sich alles noch im normalen Rahmen. Ich hatte durch Regaine ein krasses Shedding, wo ich vielleicht 150-200 Haare am Tag verloren hatte. Mal sehen wie es dieses Jahr sein wird. Ich werde berichten.

Meine Haare wurden schleichend lichter am Kopf, dünner sind sie nur minimal geworden. Also war es für mich nicht wirklich bemerkbar. Es beginnt/ begann am Hinterkopf /Oberen Hinterkopf. Ich hatte vor kurzem Fotos aus dem Jahr 2009 gefunden, da waren sie hinten noch alle da ABER ich will auch das Positive sehen: Immerhin ist der Status nicht schlechter geworden. Thank God.\*Hände zusammenfalt\*

Ja , das weiß ich. Daran arbeite ich auch, aber den Wert stabil zu halten ist so verdammt schwer.

Zu der Pille : Okay. Ich wüsste sonst keine andere Möglichkeit wie ich die Androgene sonst in Schach halten soll. Ich hab neben den Zyklusstörungen Haarwuchs an Stellen, die nicht so behaart sein sollten :/ Durch die Pille habe ich wieder einen regelmäßigen Zyklus. Aber ich bin offen für Alternativen!

Ne für die SD nehme ich nichts ein. Danke, dass du mich darauf hinweist. Dem werd ich mal nachgehen! Meinst du das könnte ein Grund sein, wieso sich seit zwei Jahren der Status nicht wirklich bessert?

Zu den Fotos: Am selben Abend geschossen worden. Nur das 1. ist 1,5 Jahre alt.

Du hast mir schon ziemlich weiter geholfen. Danke dafür.  
LG

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 16:48:44 GMT

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

---

Liebe Sarah,

klar, ist ja auch schon ne Weile her; hätte ja aber sein können, dass du das aufgeschrieben hattest oder so  
Schade trotzdem.

Mal noch mal zum Verständnis:

Die Haare wurden dünner, dann bist du zum Endo, der hat den hochgeladenen Hormonstatus gemacht und daraufhin hast du die Pille bekommen. ??

Davor hattest du noch nie die Pille oder eine andere hormonelle Verhütung?

Wenn ja, wie sahen deine Zyklen, deine Regel, dein allg. Befinden aus? Berichte mal, gerne ausführlich

Finde es nämlich doch seltsam, irgendwie.

Ich kann auch gerne nochmal wegen den Androgenen nachlesen; vllt. find ich was... hab hier ein schlaues Buch

Es gibt sicher Alternativen zur Pille.

Ich sags mal so: Die SD ist wichtig. Es wird gesagt, dass grade der ft3 wichtig für Neuwuchs ist; beide freien Werte liegen um die 20%, das ist nicht so prall! Wurde die SD jemals untersucht? Da wäre doch eine Ultraschalluntersuchung mal was feines. Eisen und Vit D sind genauso wichtig! Wie sind denn deine Werte jetzt? Weißt du das?

Ich habe meinen Haarstatus erst wahrgenommen, als ich plötzlich büschelweise Haare in der Bürste hatte; habe aber z.B. Fotos von vor 3 Jahren gefunden, worauf man deutlich sieht, dass ich da schon Probleme hatte. Kann ich dir auch gerne mal zeigen, fing bei mir auch am Hinterkopf an, schleichend und plötzlich eben die Büschel... sodass ich mittlerweile kein Pony mehr tragen kann, weil da nur noch Fussel sind, die nicht wirklich lang werden wollen.

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 17:08:22 GMT

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

---

Wahnsinn und ich dachte ich bin in guten Händen.

Ich werde die gute Frau mal darauf hinweisen

Genau. Aber nur am gesamten Kopf. In den Längen sind sie (noch) recht dicht. Ich kann es NOCH recht gut kaschieren und kann sie im frischgewaschenem Zustand offen tragen. Ich bemerkte die lichten Stellen und bekam die Pille verschrieben.

Mir fällt jetzt auf dem zweiten Blick auf, dass mein Cortisol ziemlich hoch ist und dass es dieselben Symptome auslöst, wie bei erhöhten Androgenen. Auweia was man nach Jahren so rauskriegt. Ich hab das Gefühl ich muss schneller handeln denn je.

Ich hatte davor noch nie die Pille genommen und hatte stärkeren Haarwuchs an den Beinen, am Bauch und in der Bikinizone. Ich bekam meine Regel nur alle 3 Monate und und dann auch nur sehr kurz. Mit der Pille dauert die Periode circa eine Woche. Mir ging es gut, aber ich fing an zu merken, dass irgendwas mit mir nicht zu stimmen scheint. Nur hatte ich Ende Dezember 2013 eine ziemlich schlimme Phase. Ich litt unter einer depressiven Verstimmung für mehrere Wochen aufgrund der entdeckten Lichtungen am Hinterkopf. Ich will bei mir auch nicht glauben, dass es AGA ist, da ich anscheinend mehr Baustellen abuarbeiten hab als bisher angenommen. Vor allem sehe ich Neuwuchs am Scheitel nur bemerke ich keinen am Hinterkopf.

Klar zeig mal deinen Hinterkopf. Glaubst du bei dir an die Diagnose "AGA"? Würd mich mal interessieren was du davon hältst und wie deine Sichtweise auf AGA ist.

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 17:27:06 GMT

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

---

Hab mal ein Foto angehängen; ist recht verpixelt, tut mir auch leid, aber das wurde von recht weit weggemacht; aber ich glaube man sieht, was ich meine? (das ist mein Hinterkopf)

Weiß sie gerne mal darauf hin. Mal sehen, wie sie reagiert. Irgendwas stimmt da bei dir nicht; das hätte sie mal erkennen müssen. Die SD sollte da als aller erstes ausgeschlossen werden.

Dein Cortisol ist hoch ja, ABER das kann passieren, allein durch den Nadelstich. Da hätte sie auch mal drauf eingehen müssen und dir ein Tagesprofil andrehen müssen (das ist ein einfacher Speicheltest); mein Cortisol war nämlich auch extrem hoch (3mal so hoch, wie die oberste Norm, der Speicheltest zeigte dann aber, dass alles okay ist)

Also ganz ehrlich: Bei dir stimmt da hormonell was ganz und gar nicht! Und klar, die Ärztin weiß nicht weiter/hat keine Lust/oder was auch immer und gibt dir die Pille, damit hast du das meiste ja weg, aber verschiebst das Problem nur nach hinten und machst es evtl. noch schlimmer.. ganz beschissene Situation bei dir!

Und ja: Schnell handeln wäre sehr wichtig. Schön, dass du das so siehst  
Du hast meine Frage wegen Ferritin und Vit D noch gar nicht beantwortet?

Hmpf, was ich von AGA halte.. ich habe keine, das weiß ich zumindest. Mein Haarausfall verdanke ich der Pille, ich habe eine leidige Pillengeschichte hinter mir und bin froh, dass ich jetzt ohne künstliche Hormone lebe, betreibe nun NFP und es geht mir so gut, wie schon seit über 10 Jahren nicht mehr.

An sich ist AGA natürlich schnell diagnostiziert. Genauso schnell, wie die Pille verschrieben ist. Bevor aber irgendwas diagnostiziert wird, sollte m.E. alles, wirklich alles andere ausgeschlossen werden.

So bin ich auch vorgegangen und habe die Fehlerquelle gefunden und darf nun hoffen, dass es wieder wird wie früher

Noch eine Frage: Was hattest du denn noch so außer der depressiven Verstimmung wegen den Haaren?

Ich hatte z.B. durch dieses Hormonchaos dank Pille die komischsten Sachen (ich zähl mal kurz auf, damit du dir ein Bild machen kannst), die ich einfach nicht zusammenbringen konnte: trockene Augen, kalte Hände und Füße bei 24 Grad, Unterzuckerungsgefühle ohne Unterzucker und schon 2 Stunden nach dem Mittagessen, Migräne, jeden Tag nen knallroten Kopf, Atemnot, Muskelschmerzen, Schwindel und und und).  
Vielleicht hattest du sowas ja auch?

---

## File Attachments

1) [1.JPG](#), downloaded 693 times

---



---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung  
Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 18:03:57 GMT

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

---

Ja , das weiß ich. Daran arbeite ich auch, aber den Wert stabil zu halten ist so verdammt schwer.

da bin auf die Vit D und Ferritin- Werte eingegangen Ich hab mich aber auch ungenau ausgedrückt. Sorry

Auweia. Wenn ich mal so genauer nachdenke hab ich eigentlich seit Ende letzten Jahres auch Probleme mit trockenen Augen und habe aus dem Grund eine Kontaktlinsenunverträglichkeit :/ Ansonsten habe ich das Gefühl , dass ich sehr unkonzentriert bin und sehr unruhig :/ Und andauernd durstig obwohl ich vor kurzem was getrunken hatte. Außerdem hab ich ab und an Probleme mit dem runterschlucken. Es fühlt sich manchmal so an als hätte ich so einen Kloss im Hals. Außerdem habe ich ständig Kopfschmerzen , obwohl ich meine neue Brille vor kurzem hab erst machen lassen.

Mir fällt noch ein : Vor ein paar Jahren war ich aufgrund massiven Übergewichts in der Diabetologie und dort hatte die Ärztin einen Knoten an der Schilddrüse entdeckt. Ich war in der Endokrinologie und wurde damit abgespeißt , dass nichts auffällig sei. Vielleicht bestand diese hormonelle Dysregulation schon seit meiner Rückkehr aus den USA , vor fünf Jahren. Und gerade weil es nie richtig behandelt wurde , wurden meine Haare lichter. Ich hoffe dass die Ärztin darauf eingeht ohne , dass sie mich ins gleiche Endokrinologikum überweist , weil die meine SD anscheinend nicht behandelten. :/ Wenn ich anfang September zu Hause in Hamburg bin werde ich die SD-Geschichte mal in Angriff nehmen.

Zum Foto: So sieht es bei mir am Hinterkopf aus wenn ich Regaine raufsprüh.

---

---



Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 18:23:42 GMT

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

---

Ne, hast dich ja nicht ungenau ausgedrückt, du hast nur die Frage nicht beantwortet, ob du deine aktuellen Werte weißt

Ohje, da hast du wohl doch ein paar mehr Sachen... ich habe auch grade noch mal in dem Buch nachgelesen, ich zitier mal:

"Oftmals wird Haarausfall dazugezählt [also zu hormonellen Problemen]. Deswegen werden beim weiblichen Haarverlust gerne Anti-Androgene verschrieben, die das Testosteron reduzieren sollen. Leider beschuldigt man in diesem Fall das falsche Hormon! Dort, wo im Körperlabor das Testosteron in Östradiol umgewandelt wird, sitzt das DHT, ein "Zwischenhormon", das durch Enzymarbeit entsteht. Es ist ganz besonders aktiv und reichlich vorhanden, wenn die Östrogen-Hormongruppe vermehrt über DHEA und Testosteron versorgt werden. Ist das Progesteron nicht ausreichend vorhanden [wies bei dir ja erstmal so aussieht], dann hilft sich der Körper durch den Umweg über die Androgene, um ausreichend Östrogene bilden zu können. Aber Notprogramme haben meistens einen Preis..." [Quelle: Buchner, Elisabeth: Wenn Körper und Gefühle Achterbahn spielen... S. 62 [keine wissenschaftliche Angabe, aber sollte hier reichen ]

Hilft dir das irgendwie? Das war das einzige, was ich zu den männlichen Hormonen gefunden habe auf die Schnelle...

Öhm, wenn du einen Knoten hast, ist das aber wohl doch behandlungswürdig?... Ich kenn mich mit Knoten echt nicht aus, ich hab zwar selber einen, der aber weder größer noch kleiner wird und nehme ja auch LT; aber das find ich ja echt... was haben denn die in der Diabetologie gesagt??!

Oh man, irgendwas ist das echt verkehrt bei dir... ja, kümmer dich bitte, und vor allem schnell! Man du tust mir echt leid

An deiner Stelle würde ich auch die Pille absetzen, die löst dein Problem ja nicht

Ein Tipp, wenn du sie absetzen solltest: beles dich mal zu NFP oder NER bzw. wie man den Zyklus bestimmen kann, das macht 1. irgendwie Spaß und 2. brings echt richtig viel, um zu sehen, ob es einem besser geht, wo man im Zyklus steht etc.

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 18:32:08 GMT

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

---

Oh. Tschuldige bitte ( soviel zur Konzentration haha)

Nein die weiß ich leider nicht aber die werde ich auch bestimmten lassen.

Vielen Dank für den Auszug aus deinem Buch! Das hilft mir schon weiter.

Das ist echt unglaublich oder? In der Diabetologie haben sie mich sofort in die Endokrinologie verwiesen aber ich werd mich nochmal dort untersuchen lassen , weil das ganze schon knapp fünf Jahre her ist.

Was genau bedeuten diese Abkürzungen? Ja ich werd mich defintiv schlau machen.

Danke für dein Mitgefühl aber ich bin froh wenigstens eine Spur zur Ursache zu haben und werde dieser jetzt nach gehen. Ich glaube mir würds schlechter gehen, wenn alles okay wäre und ich trotzdem schleichend meine Mähne verliere :/

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 18:51:00 GMT

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

---

nicht schlimm^^

Ja, mach das mal, grade Eisen und Vit D sollte man nachschauen lassen, da ist zu viel auch nicht gut

Freut mich, dass dir der Auszug geholfen hat! Das Buch ist aber auch so sehr empfehlenswert

Ja, das ist unglaublich; aber ich hab die letzten 1,5 Jahre auch sooo viel mit Ärzten durchgemacht, mich schockt da nichts mehr

Ich hatte in meinem Tagebuch ja grade heute geschrieben, dass ich bei ner neuen Gyn die Pille ohne weiteres sofort bekommen hätte, aber natürliche Hormone nicht. Da wird man echt bekloppt.

NFP = Natürliche Familienplanung (was für mich immer blöde ist, da ich gar keine Familie plane

NER = Natürliche Natürliche Empfängnisregelung (klingt besser^^)

Ist aber an sich das gleiche (wenn da doch Unterschiede sind, möge mich bitte jemand belehren ); du wertest eben den Zyklus anhand von Temperatur, Schleim und Muttermund aus.

(Muttermund mache ich z.B. nicht, will ich nicht schwanger werden, sondern nur wissen will, wann und ob ich einen Eisprung habe, wie meine Hochlage ist etc.)

Ich hoffe, dass du bald Hilfe findest

Berichte aber bitte davon, das ist ja super spannend bei dir

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Fri, 31 Jul 2015 22:39:21 GMT

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

---

Danke Pfannkuchen Ich werde berichten.

Meine aktuelles Vorgehen

- Regaine für Männer 2-3 mal wöchentlich - werde es aber wahrscheinlich schleichend absetzen weil ich die nebenwirkungen nicht ertrage

- Fischöl-Kapseln

-Vit D Tabletten

- Ferro Sanol Tabletten

- 2,5 mg CPA Pille

Ich hatte überlegt mich mal in die Welt der Haaröle reinzulesen. Brennessel und Leinöl sollen

DHT blockieren. Reicht das Brennesselhaarwasser vom DM? Wäre super wenn jemand , der sich da auskennt, mir einige Tipps geben könnte oder von eigenen Erfahrungen berichten kann.

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Sat, 01 Aug 2015 09:38:38 GMT

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

---

Noch eine Nachfrage zu deinem Vorgehen:  
Wie viel Vit D und Eisen schluckst du denn so täglich?

Haaröle können was feines sein; Ashura hatte da mal was gepostet (ich glaube hier: <http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/t/4632/>) Da sind eh viele interessante Sachen Pass aber trotzdem auf; auf manche Öle reagiert man nicht soo gut. Ich hatte mal Lavendelöl probiert und danach sind sie wieder büschelweise gefallen; aber naja jeder Jeck ist anders; dafür vertrage ich Olivenöl richtig gut.

Du kannst dir Brennesselhaarwasser auch einfach selber machen: Viel viel Brennesseltee (ich hatte ne ganze Packung uaf nen 3/4l Wasser) halbe Stunde kochen, n Schluck Apfelessig für die Haltbarkeit dazu, fertig ist es.

Die fertigen Haarwasser haben immer Alkohole als meist zweiter Inhaltsstoff, das trocknet unnötig aus.

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Sat, 01 Aug 2015 14:18:58 GMT

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

---

Hallo Sahrajay,

anhand Deiner Fotos kann ich jetzt leider auch nicht sehen, ob sich was verbessert hat, weil sie von unterschiedlichen Entfernungen aufgenommen worden sind.

Pfannkuchen hat Dir ja schon eine Menge geschrieben.

Dein SD - Stoffwechsel läuft wirklich nicht optimal. Das kann am Eisenmangel liegen, da dieser sich ungünstig auf den SD - Stoffwechsel auswirkt. Oder aber auch umgekehrt. Eine SD - Unterfunktion verschlechtert die Eisenaufnahme.

Du schreibst, dass PCO aufgrund einer nicht vorhandenen IR ausgeschlossen wurde. Also wenn Dein Arzt wirklich gesagt hat, dass Du keine IR hast und er DESWEGEN ein PCO-Syndrom ausschließt, ist das eine absolute Falschaussage des Arztes.

PCO kann man auch ohne Insulinresistenz haben. Da kann ich nur den Kopf schütteln.

Und er hätte um dies an deinen Blutwerten auch ausschließen zu müssen, diese (besonders LH, FSH, Östradiol, Testosteron, Androstendion, DHEAS, 17 OH-Progesteron und SHBG) am 3. - 5. Zyklustag messen müssen.

Auch ist eine Ultraschalluntersuchung notwendig.

Um einen Progesteronmangel oder auch eine Östrogendominanz feststellen zu können, solltest Du dies nochmals um den 20. - 22. ZT messen lassen. Aber auch am 18.ZT sieht Progesteron viel zu niedrig aus. Also einen Eisprung hattest Du da zumindest jedenfalls nicht.

Zu dem Cyproteronacetat was Du nimmst. Was nimmst Du da genau für ein Produkt? Androcur?

Ich will dir das bestimmt nicht ausreden, aber wirklich ans Herz legen, dich zu informieren, was Du da einnimmst.

Mit diesem Wirkstoff werden Sexualstraftäter behandelt, so etwas nennt man chemische Kastration! Es hat erhebliche Wirkung und Nebenwirkung auf Deinen Körper.

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Sat, 01 Aug 2015 14:37:08 GMT

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

Oh wow.. ich hab nur mal kurz gegoogelt... das ist ja ein Wahnsinnszeug... "Ich nehme seit zwei Jahren Androcur 100 mg/Tag wegen Homosexualität und Pädophilie.

Nach drei Wochen ausbleibende Spontanerektionen, nach zwei Monate völlig ohne jede Libido."  
(Quelle: <http://www.sanego.de/Medikamente/Androcur/>).....

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Sat, 01 Aug 2015 14:40:45 GMT

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

Pfannkuchen schrieb am Sat, 01 August 2015 16:37Oh wow.. ich hab nur mal kurz gegoogelt... das ist ja ein Wahnsinnszeug... "Ich nehme seit zwei Jahren Androcur 100 mg/Tag wegen Homosexualität und Pädophilie.

Nach drei Wochen ausbleibende Spontanerektionen, nach zwei Monate völlig ohne jede Libido."  
(Quelle: <http://www.sanego.de/Medikamente/Androcur/>).....

Ja das ist es. Ich hab das Zeug ja selber über 1,5 Jahre genommen und freiwillig abgesetzt.

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Sat, 01 Aug 2015 17:01:13 GMT

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

Nein ich nehme KEIN Androcur. Ich nehme ein extra angepasstes Medikament. Ist von der



Zusammensetzung wie die Diane 35 außer dass das cpa statt 2 mg 2.5mg ist.

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Sat, 01 Aug 2015 17:46:02 GMT

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

---

Weil ich das alles grad nicht so raffe (habe ja wie gesagt mit den Androgenen zum Glück keine Erfahrung).. habe ich nochmal geegoogelt; seh ich das richtig, dass die Diane und Androcur den gleichen Wirkstoff haben? (Diane: 0,035 mg Ethinylestradiol und 2 mg Cyproteronacetat; Androcur: 10mg Cyproteronacetat)

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Sat, 01 Aug 2015 18:08:02 GMT

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

---

Pfannkuchen schrieb am Sat, 01 August 2015 19:46 Weil ich das alles grad nicht so raffe (habe ja wie gesagt mit den Androgenen zum Glück keine Erfahrung).. habe ich nochmal geegoogelt; seh ich das richtig, dass die Diane und Androcur den gleichen Wirkstoff haben? (Diane: 0,035 mg Ethinylestradiol und 2 mg Cyproteronacetat; Androcur: 10mg Cyproteronacetat)

Ja, das siehst Du richtig. Es ist der gleiche Wirkstoff. Diane ist ne Bombe. Androcur ist ne Atombombe. Bildlich im Vergleich gesehen. Man schießt hormonell gesehen mit Kanonen auf Spatzen.

Sogar im transsexuellen Bereich, wo ja wirklich das Senken des Testosterons erwünscht und notwendig ist, wird inzwischen davon abgeraten.

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [sarahjay](#) on Sat, 01 Aug 2015 18:37:00 GMT

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

---

Leute ! Ich nehme 2,5 mg Cpa. Ich hab von Natur aus hormonelle Dysregulationen. Irgendwie müssen die ja behandelt werden und damit klappt es bis jetzt. Und wie ihr selbst sagt habt ihr damit nicht so die Ahnung und würde euch bitten den Fuß vom Gas zu nehmen. Mir wäre es lieber wenn jemand der davon Ahnung hat antworten würde. Ich will nicht wissen wie meine Haare aussehen würden wenn ich nichts dagegen unternommen hätte. Es ist offensichtlich, dass Testosteron für die Umwandlung des DHT verantwortlich ist! DAS ist eine wissenschaftlich bewiesene Tatsache. Ich weiß was ich einnehme und habe mich mit dem Hormon "Testosteron" und dessen Wirkung intensiv beschäftigt.

Außerdem bin ich auch gerade echt sauer , weil ich heute bei einem Freund war der mir gesagt

hat , dass meine Haare besser geworden sind.

Ich habe mich hier in diesem Forum angemeldet um Mut zu fassen und Hilfe zu bekommen und NICHT um bemitleidet zu werden oder meine Situation schlecht zu reden und mir allen ernstes dazu zu raten bei VON NATUR AUS erhöhten Androgenen die Pille abzusetzen. Mir gehts mit erhöhten Androgenen beschissen und unter der Pille gehts mir nicht unbedingt super duper gut aber ein wenig besser. Ich wollte lernen an der Situation zu wachsen aber wenn ich den Scheiß hier lese werde ich depressiv und mir gehts schlechter. Ich hab das Gefühl , dass ich hier eher runter gezogen werde. Ich hätte mich hier nicht anmelden sollen.

Ich werd mich jetzt aus dem Forum zurückziehen. Es wird mir eindeutig zu viel hier. Ich melde mich wenns Neuigkeiten gibt.

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [Pfannkuchen](#) on Sat, 01 Aug 2015 19:14:17 GMT

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

---

... na denn, ich habs nur gut gemeint.. aber ist ja bekanntlich das Gegenteil von gut gemacht.

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [nina199](#) on Sat, 01 Aug 2015 20:53:56 GMT

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

---

Also ein bisschen undankbar bist du ja schon... wir tauschen Erfahrungen aus und versuchen uns gegenseitig zu helfen, es gibt einige die schlimmer betroffen sind und andere nicht und es ist auch kein bemitleiden es ist eher MITGEFÜHL, hier ist jeder in der gleichen Situation und jede Frau leidet auch psychisch unter ihrem Haarausfall nicht nur du!

Hier hat ja auch keiner behauptet Arzt zu sein, es basiert alles aus unseren Erfahrungen und was wir uns aneignen...

Ich habe selbst auch erhöhte Androgene und da Haarausfall auch androgenerblich ist, macht es ja auch irgendwo Sinn, wenn der Arzt Antiandrogene Pillen verschreibt.. aber letztendlich liegt es daran das die Haarwurzeln bei manchen Menschen eher empfindlicher auf das DHT reagieren.. ich kenne auch genug Frauen in meinem Umfeld die unter starker Körperbehaarung leiden, zu viele männliche Hormone haben und trotzdem dichtes volles Haar haben, warum? Weil ihre Haarwurzel nicht empfindlich auf das Testosteron bzw. DHT reagiert.. ein weiteres Problem der Pille ist ja das es nicht nur die Androgene "platt" macht sondern auch die "guten" Hormone.. sprich Östrogen, progesteron einfach alles... also auch das was eigentlich gut für deine Haare wären.. Als ich meinem Endo gesagt habe das ich die Pille absetzen möchte meinte er zu mir auch das, das körpereigene Östrogen viel besser wäre als das künstliche was in der Pille enthalten ist.. und es ist auch wissenschaftlich erwiesen das eine zu lange Pilleneinnahme letztendlich auch irgendwann zu Haarausfall führt.. was man ja grade vermeiden möchte.

klar verstehe ich deine Situation, man möchte aktiv was dagegen machen und wenn alle Ärzte einem einreden du musst die Pille nehmen macht es auch. Du schreibst das du womöglich noch

schlimmeren Haarausfall hättest, wenn du die Pille nicht genommen hättest... das dachte ich auch eine zeitlang jedoch musste ich mir eingestehen , dass es unter der Pilleneinnahme trotzdem immer dünner und lichter wurde. Meine ältere Schwester ist genau wie ich von Haarausfall geplagt jedoch hat sie nur regaine genommen nicht die Pille und siehe da, obwohl des altersunterschieds hat sie viel dichtere haare als ich. Das hat mir zu denken gegeben.. vielleicht war es doch eine falsche entscheidung die Pille zu nehmen. Es ist dir selbst überlassen. Die Pille behandelt letztendlich auch nicht die Ursache sondern versucht sie zu Unterdrücken

---

---

Subject: Aw: Haarstatusvergleich - Ich brauch eure objektive Meinung

Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Sun, 02 Aug 2015 10:01:37 GMT

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

---

@ Sarahjay

Also so ganz kann ich jetzt Deinen Stimmungsumschwung nicht nachvollziehen.

Es ist schön, dass Du nun bestätigt bekommen hast, dass deine Haare besser geworden sind. Was will man mehr.

Nur hier auf den Fotos war es nicht eindeutig erkennbar, da beide von unterschiedlichen Perspektiven aufgenommen wurden. Daher waren sie nicht vergleichbar.

Bemitleidet hat dich hier niemand, es hat auch niemand deine Situation schlecht geredet und Hilfe hast Du auch bekommen.

Du hast Dich zwischendurch sogar für die Hilfe bedankt!!

Die Einnahme von CPA hat dir auch niemand hier ausgeredet. Ich habe Dir lediglich ans Herz gelegt, dich vorher zu informieren was Du da einnimmst. Das Du das bereits hast und dich damit intensivst beschäftigt hast, ging aus Deinen Texten nicht hervor. Aber gerade weil Du dich damit so sehr beschäftigt hast, müsste es doch auch für Dich verständlich sein, dass ich nicht gerade Beifall klatschen kann, wenn ich SELBST negative Erfahrungen mit CPA gemacht habe. Und es müsste auch einleuchten, dass ich das Medikament nicht ohne Grund eingenommen und daher auch eine gewisse Ahnung von Testosteron und dessen unerwünschter Wirkung habe.

Nur weil Du auch andere Meinungen dazu hörst, als Du hören möchtest, musst Du nicht gleich so reagieren und das hier Geschriebene, was als Hilfe gedacht war und wo sich Menschen wirklich Gedanken gemacht haben, als Scheiß, wie Du es nanntest, bezeichnen!!!

---