
Subject: neu und ganz verzweifelt
Posted by [locki82](#) on Tue, 06 Oct 2015 15:14:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo miteinander,

ich bin soooo froh, das Forum gefunden zu haben.

Ich bin mittlerweile voll verzweifelt und weiß einfach nicht mehr weiter.

Zu meiner Geschichte:

Ich hatte früher ganz dicke lockige Haare, so dass ich Haargummis oft gar kein 2. Mal rumbinden konnte (mittlerweile muss ich Haargummis gefühlt 10 Mal rumbinden, bis ich nen Halt habe; wobei ich mir einen Pferdeschwanz schon längst nicht mehr getraue mit meinen wenigen Haaren).

Ab ca. 15 Jahren ging es los...meine Haare wurden immer dünner und vielen aus (diffuser Haarausfall). Es war ein schleichender Prozess, so dass es die ersten Jahre gar nicht richtig aufgefallen ist. Dann zum Hautarzt, der mich natürlich nicht ernst genommen hat (ihr wisst ja wie das ist). Mit der antiandrogene Pille (Belara, Bella Hexal, am Schluss Diane 35) ging es weiter. Zwischenzeitlich hat ich auch eine Schilddrüsenunterfunktion und nahm Eferox 75 ein paar Jahre, bis ein früherer Hausarzt meinte, dass ich das nicht mehr brauche

Mittlerweile bin ich 32 Jahre und sehe mich bald mit einer Glatze herumlaufen. Ich habe am Scheitel ganz liches Haar, aber auch vorne und am Hinterkopf wird es immer weniger.

Letzten September habe ich mein 2. Kind bekommen. Anstatt in der Schwangerschaft dichteres Haar zu bekommen, sind auch da mir die Haare ausgefallen. In der Stillzeit wurde es natürlich viiiiel schlimmer (4 Monate). Mittlerweile ist mein Kind jetzt ein Jahr und mein Hormonhaushalt hat sich noch überhaupt nicht eingependelt. Zusätzlich zum Haarausfall habe ich jetzt eine ganz schlechte Haut (so eine Haut hatte ich nicht mal in der Pubertät). Von daher dachte ich, dass es bestimmt an den Hormonen liegt! Der Frauenarzt hat mir Blut abgenommen und jetzt kam raus, dass alles in Ordnung ist (Laborauswertung anbei). Was haltet ihr von den Werten? Woher kommt dann der Haarausfall? Wie würdet ihr weiter vorgehen (Fachärzte, Untersuchungen etc.). Ich muss dazu sagen, dass ich einen ganz netten Hausarzt habe, der mir in der Schwangerschaft schon mal Blut abgenommen hat, aber auch da hatte ich keine wirklichen Mängelerscheinungen.

Nächste Woche habe ich Termin beim Frauenarzt um die Werte zu besprechen, aber ich wollte eure Meinung dazu wissen. Denn der Frauenarzt nimmt mich nicht so richtig ernst. Klar der hat ja noch viele Haare auf dem Kopf!!! Übrigens haben alle in meiner Familie dicke Haare...sogar mein Vater hat mit seinen 70 Jahren mehr Haare auf dem Kopf als ich.

Die Pille will ich nicht mehr nehmen, nachdem ich mich bei euch im Forum schlau gemacht habe. Vielen Dank schon mal für eure Hilfe!!! Bin echt am Verzweifeln..

File Attachments

1) [SKM_C3850151006171000.pdf](#), downloaded 746 times

Subject: Aw: neu und ganz verzweifelt
Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Tue, 06 Oct 2015 18:04:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo locki82,

das hört sich aber auch übel an bei Dir, vor Allem wie lange das schon mit dem Haarausfall geht.

Ich hätte da mal ein paar Fragen:

Also Du sagst mit 15 fing es an und ab da an hast Du die antiandrogenen Pillen bekommen? Konntest Du denn während der Pilleneinnahme eine Verbesserung feststellen oder sind sie da auch gerieselt?

Bis wann hast Du denn die letzte Pille genommen bzw. wann hast Du sie abgesetzt?

Hattest Du denn unter der SD - Medikation eine Verbesserung gemerkt? Warum brauchtest Du die Medis nicht mehr? Waren Deine Werte unter mehrmaligen Kontrollen so gut (und damit meine ich nicht nur den einen TSH Wert)?

Warst Du wegen der SD bei einem Facharzt oder nur bei einem Hausarzt?

Zu Deinem Hormonbefund: Waren das alle Werte die gemacht wurden? Da ist ja nur Wert auf die männlichen Hormone gelegt worden und dann auch nur der TSH Wert als SD Diagnostik gemacht worden. Das reicht aber nicht um ordentlich den Hormonspiegel zu untersuchen! Ich könnte mir vorstellen, dass Du dem Arzt das mit der unreinen haut und mit dem HA erzählt hast und wie leider viele Ärzte so sind, wird sich nur auf die bösen Androgene gestürzt. (Ist nur ne Vermutung von mir)

Mir fällt jetzt erstmal nur auf, dass der SHBG Wert ziemlich oberste Grenze ist. Nun ist deine SS ein Jahr her, die Pille nimmst Du ja nicht mehr oder doch? (seit wann nicht mehr?), SD-Hormone nimmst Du auch nicht mehr, als zu niedrig empfinde ich jetzt dein Testosteron auch nicht. Das wären so Sachen die diesen Wert nach oben schrauben. Oder aber auch der Einfluss von erhöhten Östrogen, also auch natürliche.

Also eigentlich wäre mal wichtig einen kompletten Status zu machen:

Bedeutet beim Hausarzt oder Endokrinologe eine großes Blutbild, mit HB, CRP (der ist wichtig wenn man Ferritin bestimmt), MCV, MCHC, MCH, die Leberwerte usw. , machen lassen.

Dann SD Werte: fT3, fT4, TSH

Hormone bräuchtest Du jetzt erstmal nur noch (und diese bitte 5 - 7 Tage vor der nächsten Periode messen lassen (wenn Du einen Zyklus inzwischen wieder hast?)):

- Östradiol
- Progesteron

Zusätzlich könntest Du noch (das ist aber meist selbst zu zahlen) die üblichen Verdächtigen bei HA bestimmen lassen: B12, Zink, Vitamin D3

LG Blueeyes

Subject: Aw: neu und ganz verzweifelt
Posted by [locki82](#) on Tue, 13 Oct 2015 12:48:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo blueeyesdeluxe,

vielen Dank für deine Rückmeldung. Es ist schön, das Gefühl zu haben endlich ernst genommen zu werden .

Sorry, dass ich erst jetzt schreibe, aber unser Internet war kaputt .

So genau weiß ich das mit der Pille gar nicht mehr. Ich glaub ich hatte erst so ca. ab 20 eine antiandrogene Pille. Aber wenn ich mir das so genau überlege, hat der Haarausfall vielleicht auch erst mit der Pilleneinnahme angefangen (so ab 16 Jahre)? So genau weiß ich das leider nicht mehr.

Ich hatte schon das Gefühl, dass es mit der antiandrogenen Pilleneinnahme zwar nicht besser wurde, aber vielleicht nicht so drastischer Haarausfall wie jetzt. So schlimm wie jetzt war es echt noch nie. Also die Pille nehme ich seit Juli 2013 nicht mehr. Ab Januar 2014 war ich dann schwanger.

Gibt es auch antiandrogene Medikamente ohne Verhütung?

Unter der SD-Medikation habe ich nicht wirklich eine Verbesserung gemerkt. Ein anderer Hausarzt hat mir damals Blut abgenommen und gemeint, die brauch ich nicht mehr. Aber das war vielleicht 3 Monate nach dem Absetzen. Kann man das dann schon überhaupt beurteilen? Muss man da nicht länger warten mit der Blutabnahme?

Am Do habe ich Besprechung mit meinem Frauenarzt und da will ich gewappnet sein, weil der mir bestimmt einfach nur wieder ne Pille verschreiben will...dann ist die Sache für ihn erledigt und er hat mich wieder lost .

Man hat wirklich nur die Werte abgenommen, die in dem Befund sind!!!

Soll ich dann fordern, dass er mir Östradiol und Progesteron auch noch abnimmt? Zyklus ist übrigens schon wieder regelmäßig.

Und die anderen Werte HB, CRP, MCV etc sowie die fT-Werte beim Endokrinologen abfragen? Oder auch beim Frauenarzt?

Ich muss gestehen, dass ich, bevor ich euer Forum kennengelernt habe, noch nicht mal wusste, dass es einen Endokrinologen gibt. Man hat mich immer ruhig gestellt: Es ist doch nicht so schlimm...das ist halt so...nehmen sie diese Pille, dann passt das schon. Und irgendwie ist man echt machtlos.

Nochmal vielen Dank für eure Unterstützung!!!

Subject: Aw: neu und ganz verzweifelt
Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Tue, 13 Oct 2015 17:10:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo locki,

Ich glaub ich hatte erst so ca. ab 20 eine antiandrogene Pille. Aber wenn ich mir das so genau überlege, hat der Haarausfall vielleicht auch erst mit der Pilleneinnahme angefangen (so ab 16 Jahre)? So genau weiß ich das leider nicht mehr.

Also kann es sein, dass Du mit ca. 16 Jahren eine Pille ganz normal bekommen hast, die dann evtl der Auslöser für deinen HA war. Dann hast du den HA bemerkt, bist zum Arzt gegangen und dort lief vermutlich das Übliche ab: antiandrogene Pille und evtl noch die Empfehlung für Regaine oder ein Hormonwässerchen.

Die künstlichen Hormone bringen im Körper viel durcheinander und meist merkt man die Auswirkungen erst Jahre später. Oder man lebt einfach mit den Nebenwirkungen weiter, aber niemand ordnet sie der Pille zu.

Gibt es auch antiandrogene Medikamente ohne Verhütung?

Das gibt es. Aber warum sollst Du antiandrogene Medikamente einnehmen, wenn Du doch gar keine erhöhten Androgene hast? Zumal die auch nicht ohne sind.

Das Einzige was auf Deinem letzten Befund erhöht war, ist der SHBG Wert. Und dem würde ich mal nachgehen.

Die Pille hast Du schon seit 2 Jahren nicht mehr, Schwangerschaft auch über ein Jahr her. Dennoch ist dieser Wert erhöht. Das SHBG wird in der Leber gebildet.

Nun gibt es Studien die besagen, dass das SHBG bei Frauen die die Pille (gerade die antiandrogenen) genommen haben, sich zwar wieder verringert, aber nie wieder auf ein normales Level sinkt, sondern 3-4mal so hoch bleibt, als bei Frauen die nie eine Pille nahmen. Das ist auch die Erklärung, warum bei vielen Frauen die Libido nicht mehr in Schwung kommt, da das SHBG das Testosteron an sich bindet. Damit ist das Testosteron im Körper nicht mehr frei verfügbar.

Des Weiteren kann zu hohes Östradiol daran schuld sein, das SHBG erhöht wird. Deswegen messen lassen!

Auch die Schilddrüse hat einen Einfluss auf SHBG.

Aber auch Magersucht oder Leberzirrhose. Aber das schließe ich jetzt mal aus.

Unter der SD-Medikation habe ich nicht wirklich eine Verbesserung gemerkt. Ein anderer Hausarzt hat mir damals Blut abgenommen und gemeint, die brauch ich nicht mehr. Aber das war vielleicht 3 Monate nach dem Absetzen. Kann man das dann schon überhaupt beurteilen? Muss man da nicht länger warten mit der Blutabnahme?

Doch ich denke schon, dass man das nach 3 Monaten beurteilen kann. Nur hat der damalige Arzt dir die SD Hormone nur aufgrund eines erhöhten TSH Wertes gegeben? Oder hat er die SD gründlich untersucht, mit ALLEN Werten und Ultraschall?!

Das wäre nämlich sehr wichtig um das auch richtig beurteilen zu können!

Also wenn dein Zyklus wieder regelmäßig ist, dann wäre es wirklich wichtig, dass Du zumindest Östradiol und Progesteron bestimmen lässt. ca. 5-7 tage vor der nächsten Periode/ oder auch bei einem ca. 28tägigen Zyklus um den 21.ZT rum.

Hol deinen ganzen Charme raus und bitte ihn darum. Und lass Dich nicht damit abspeisen: "Wenn der Zyklus normal ist, müssen die Hormone in Ordnung sein." Hab ich hier kürzlich als Arztaussage auch gelesen. Das ist falsch.

Und Antiandrogene brauchst Du auch nicht. Das hohe SHBG drückt die Androgene eh schon runter.

Vielleicht beliest du dich auch mal etwas zu Östrogendominanz und deren Symptome. Und evtl entdeckst du auch das Eine oder Andere Symptom bei Dir, was Du da auch anbringen kannst. "NUR" Haarausfall zu sagen, bringt erfahrungsgemäß keine Punkte und keinerlei Bemühen beim studierten Gegenüber. Zu den SD-Symptomen kannst Du dich ja auch mal belesen. Symptome die auf dich zutreffen aufschreiben, damit du nichts vergisst und mit zum Doc nehmen.

Und die anderen Werte HB, CRP, MCV etc sowie die fT-Werte beim Endokrinologen abfragen? Also ein normales Blutbild kann auch der HA machen. B12, Zink, Vitamin D3 kann er auch machen, ist eh privat zu zahlen. Meist jedenfalls.

WENN Du aber einen Endokrinologen kennst oder ausfindig machen kannst, dann wäre das natürlich super. Der kennt sich mit Hormonen aus (zumindest sollte er das) und hat auch für Blutwerte ein größeres Budget zur Verfügung. Könnte auch die SD Werte machen. ABER meist muss man lange warten, bis man einen Termin bekommt.

LG Blueeyes

Subject: Aw: neu und ganz verzweifelt
Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Tue, 13 Oct 2015 17:49:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So, habe hier noch was zum Stöbern für Dich zusammen gesucht.

<http://oestrogen-dominanz.de/buch/beschwerden-durch-oestrogen-dominanz.htm>

<http://www.kinderwunschhilfe.de/index.php?id=166>

<http://www.dr-neidert.de/texte/238-progesteronmangel-symptome-und-behandlung>

<http://oestrogen-dominanz.de/buch/progesteron-gelbkörperhormon.htm>

Subject: Aw: neu und ganz verzweifelt

Posted by [locki82](#) on Sat, 24 Oct 2015 08:42:59 GMT

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

Hallo blueeyesdeluxe,

ja so kann es schon gewesen sein...und die Nebenwirkungen (Haarausfall) hat man evtl. nicht der Pille zugeordnet.

Ich war ja jetzt beim FA und wollte mir das Östradiol und Progesteron testen lassen, aber der FA ist so ein ARSCH. Wie du vermutet hast, hat er gesagt, dass mein Zyklus ja normal ist und das sei der Beste Beweis, dass meine weiblichen Hormone in Ordnung sind. Ich hab zwar auch von andere Beschwerden beschrieben, aber davon wollte er nichts wissen. Er hat gesagt, dass er mir die Werte schon abnimmt, ich das Ganze aber selber bezahlen muss. Und die Werte könnte ich eh in die Tonne klopfen, weil das Ergebnis nichts bringt (zu stark schwankend). Ich habe ihn auf den 21. Zyklustag angesprochen zum Blutabnehmen, da hat er aber nur abgewehrt. Er hat mir das Ganze regelrecht ausgedreht...ich hätte echt heulen können.

Jetzt hat er mich zum Hautarzt geschickt....zum Endokrinologen würde nichts bringen, weil er ja schon die Werte abgenommen hätte?????? Ich hoffe mal, dass ein Endokrinologe mehr Werte abnimmt, als der FA mit seinen 4 Werten !!! Ich war stinksauer.

Jetzt habe ich einen Termin beim Endokrinologen, aber erst am 1. Dezember .

Soll ich zusätzlich zum Hautarzt gehen, dass der so ne Haaranalyse macht? So ne Haaranalyse habe ich vlt. vor 10 Jahren mal machen lassen, aber da ist leider nicht viel rausgekommen. Soll ich nochmal eine machen lassen (bin bei einem anderen Hautarzt, den alten gibt es leider nicht mehr)?

Dass ich einen Mangel an Vitaminen und Mineralstoffen habe, glaube ich eigentlich nicht, da ich so hochdosierte Kapseln nehme (vom Homöopathen), in denen eigentlich alles drin ist. In der Schwangerschaft habe ich mal die ganzen Blutwerte (speziell für Haare) testen lassen und seither nehme ich die Kapseln.

Schon mal vielen lieben Dank für deine Unterstützung
