

---

Subject: Bin ich auf der richtigen Spur? Bitte um Rat

Posted by [Säbelzahnpandabär](#) on Wed, 09 Dec 2015 07:52:31 GMT

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

---

Hallo zusammen,

es freut mich sehr, euch alle kennenzulernen und mich mit euch austauschen zu können. Ich wäre auch sehr dankbar, wenn mir eventuell jemand ein bisschen helfen könnte. Zuerst einmal meine "Leidensgeschichte"

- Ich bin 21 Jahre alt und habe seit 2 Jahren Haarausfall.

- Zunächst habe ich es nicht gemerkt, da ich

a) früher einmal sehr dichte Haare hatte und

b) der Haarausfall bei mir anfangs nicht sehr auffällig war. Ich verlor nicht büschelweise Haare, aber es schienen einfach nicht mehr so viele nachwachsen zu wollen.

Der Haarausfall hat bei mir also schleichend begonnen, mittlerweile verliere ich aber strähnenweise Haare.

- Diesen Juni ist mir erstmals aufgefallen, dass meine Haare ausdünnen. Sofort nach der Prüfungsphase an der Uni (Juli/August) begann ich meine Ärzte-Odyssee.

- War mittlerweile bei ungefähr 9 Ärzten (Allgemeinärzte, Dermatologen, Gynäkologen etc.), doch niemand nimmt mein Problem wirklich ernst.

Niemand hat mich nach dem Verlauf gefragt.

Nur zwei Ärzte haben meine Haare überhaupt erst angefasst.

Niemand hat mir irgendetwas verschrieben oder mir irgendeine Diagnose stellen können.

- Mein Haarausfall ist diffus, ich verliere überall am Oberkopf gleichmäßig Haare. Es begann schleichend, aber mittlerweile verliere ich ganze Strähnen am Tag. Die Haarstruktur hat sich auch stark verändert. Sie sind trocken, knotig und wesentlich dünner als früher. Es ist schwer zu sagen wie viele Haare ich täglich verliere, weil sich alles so stark verheddert.

- Mein Verdacht: Seit dem 16. Lebensjahr nehme ich die Juliettr zur Empfängnisverhütung, aber hauptsächlich weil ich als Teenager ein leichtes Haarwuchsproblem hatte (Gesicht, Rücken etc.) Mit dieser Pille war alles wunderbar. Mit 19 hat mich meine Mutter allerdings auf einen Wirkstoff hingewiesen, der ihr Sorgen macht, und sie hat mich überredet, mir eine andere Pille verschreiben zu lassen. Das tat ich dann auch und begann die Belara einzunehmen. Vom Zeitraum her fällt es also genau mit dem Wechsel zusammen.

- Ergebnisse der Untersuchungen und sonstige Infos:

Bin wie gesagt 21 Jahre jung, war noch nie schwanger, hatte vor dem Pillenwechsel dichte schöne Haare und noch nie Haarausfall, auch nicht während Stresssituationen (Abitur etc.), esse gesund und ausgewogen (kein Veganer/Vegetarier), habe meine Ernährung auch nicht umgestellt, keine Essstörungen/kein Untergewicht, Stresslevel blieb konstant.

Nehme keinerlei Medikamente außer der Pille, keine weiteren Fälle von Haarausfall in der Familie, habe keine Herzkrankheiten und keinen Diabetes. Blutbilder waren bisher alle in

Ordnung, gestern wurde mir wieder einmal etwas abgenommen. Es wurde eine leichte Schilddrüsenunterfunktion festgestellt, diese wird gerade näher untersucht.

- Habe mit 5 Ärzten über die Pille gesprochen (1 Allgemeinarzt 2 Hautärzte und 2 Gynäkologen). Einzig ein Gynäkologe meinte, wenn es denn als Nebenwirkung im Beipackzettel aufgeführt ist, kann es natürlich von der Pille kommen, und hat mir geraten, sie abzusetzen. Die anderen waren alle der Meinung, ich bin auf dem Holzweg und soll sie ja weiternehmen. Dermatologe Nummer 2 meinte gestern auch, da es eine Pille ist die manchen Frauen gegen Haarausfall verschrieben wird, kann das natürlich nie und nimmer die Ursache sein. Sollte mich sogar vor Haarausfall schützen (hat super funktioniert). Habe sie am 15. November trotzdem aus Verzweiflung abgesetzt, aber ich weiss nicht mehr ob das die richtige Entscheidung war. Ein bisschen schlimmer ist der Haarausfall dadurch tatsächlich geworden. Ich möchte keine andere Pille mehr nehmen, das Thema ist für mich vom Tisch.

- Gestern wurde mir doch tatsächlich etwas verschrieben. Ist irgendeine Mischung aus Regaine und Östrogenen. Biotin gibt's auch mit dazu. Bin nicht begeistert weil es höchstens den Haarausfall kaschiert. Würde aber gerne die Ursache kennen und das Problem beheben.

Meine Fragen an euch:

- Könnte es die Pille sein oder ist das bei meiner Art von Haarausfall komplett ausgeschlossen?
- Sollte ich das Regaine-Zeug nehmen, oder erst noch abwarten, ob sich durch den Pillenentzug eine Besserung einstellt?

Vielen vielen Dank im Voraus, bin mittlerweile echt am Ende.

---

Subject: Aw: Bin ich auf der richtigen Spur? Bitte um Rat  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 10 Dec 2015 12:41:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen!

Oh bitte nimm bloß kein Östrogen, ohne dass du weißt, ob da nicht alles ok ist!  
Deine Idee mit der Pille wird wohl ein Volltreffer sein, genauso fings bei mir auch an: Nach nem Pillenwechsel und das Chaos hörte nicht mehr auf (mit Pille).

Wenn du die Pille absetzt, lass in 3 Monaten aber einen Hormonstatus machen (mit allen Hormonen, nicht nur den männlichen!). Du wirst sicherlich Hormone danach brauchen, wenn du schon so ewig die Pille nimmst, hatte dein Körper ja nie die Chance sich da selbst einzustellen...

Wünsch dir alles Gute!

---

Subject: Aw: Bin ich auf der richtigen Spur? Bitte um Rat  
Posted by [Säbelzahnpandebär](#) on Fri, 11 Dec 2015 15:48:09 GMT

Hällöchen Pfannkuchen,

zunächst einmal vielen Dank für deine hilfreiche Antwort. Es ist unglaublich beruhigend, sich mit einer Leidensgenossin austauschen zu können.

Das Östrogen ist nur zur äußerlichen Anwendung (es ist irgendeine Mischung, die auch Regaine enthält), sollte ich es trotzdem nicht benutzen? Bin schon etwas verzweifelt weil man bei mir schon total den Haarboden durchsieht und es einfach nicht aufhören mag... Mich ärgert es aber auch ein bisschen, dass mir das Mittel verschrieben wurde. Ich dachte immer, das macht man nur bei erblichen bedingtem Haarausfall, ich habe allerdings noch keine Diagnose. Bisher hat man nicht einmal ein Trichogramm gemacht. Ich möchte mich nicht nur mit irgendetwas abspeisen lassen, dass ich mein ganzes Leben lang nehmen muss. Ich will wissen was mit mir nicht stimmt und wieder "gesund" werden.

Wie hat es sich bei dir denn mittlerweile entwickelt, wenn ich fragen darf?

Ich verdächtige bei mir mittlerweile auch die Schilddrüse. Meine Haare sind nämlich sehr dünn, trocken und knotig, und das ist wohl sehr typisch für eine Unterfunktion, die bei mir ja immerhin auch festgestellt wurde. Pille würde ich dennoch nie wieder einnehmen.

Vielen Dank für den Rat, das mit dem Hormonstatus werde ich machen!

---

---

**Subject: Aw: Bin ich auf der richtigen Spur? Bitte um Rat**  
**Posted by Pfannkuchen** on Mon, 14 Dec 2015 13:06:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hällöchen

Östradiol soll grade über die Haut aufgenommen werden, also wird das Zeug von dir sicherlich auch ankommen. Das würde ich eben nicht machen, bevor ich nicht weiß, wie es mir den Hormonen steht.

AGA wird zu schnell diagnostiziert, das ist leider so, da die Ärzte von Haare wirklich NULL Plan haben.

Trichogramm ist m.E. auch ziemlich sinnlos.. dass du Haarausfall hast, siehste ja selber..

Dann lass dich nicht abspeisen! Mach dich schlau und forder das ein, was du brauchst und wenn deine Ärzte da nicht mitziehen, such dir nen anderen oder geh in ein Labor und bezahl die Werte eben selbst

Poste doch mal deine SD Werte!  
Was wird dagegen unternommen?

Deine Einstellung zur Pille kann ich voll und ganz verstehen, ich würde dieses Mistding auch nie wieder nehmen! Sie hat mein ganzes Leben .. naja ruiniert, seit 2 Jahren gehts mir scheiße, werd kahler und fetter und komm aus dem Hormonchaos einfach nicht richtig raus. Es ist ätzend.

Wünsch dir ne schöne Woche!

---

---

Subject: Aw: Bin ich auf der richtigen Spur? Bitte um Rat  
Posted by [Säbelzahnpandabär](#) on Mon, 14 Dec 2015 16:31:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

ja, du hast eigentlich schon recht. Ich habe mich dazu entschieden, das Mittelchen nicht anzuwenden, solange es noch Hoffnung gibt, dass sich mein Körper von alleine regulieren kann.

Hormonspiegel denke ich wird erst in ca. einem Monat etwas bringen, oder? Bin gerade bei Tag 40 des Pillenentzugs, da ist wahrscheinlich immer noch alles durcheinander. Wahrscheinlich lobe ich gerade den Tag vor dem Abend, aber heute habe ich sage und schreibe 11 Haare verloren, und sie scheinen langsam auch wieder etwas dicker zu werden. Mal sehen, wie es sich in den nächsten Monaten entwickelt, und ob mir der "dread shed" erspart bleibt. Bei dir hat sich der Haarausfall durch das Absetzen auch nie verschlimmert, oder?

Wegen meiner SD wird momentan noch gar nichts unternommen. Habe erst diesen Monat erfahren, dass ich eine leichte Unterfunktion habe, und warte immer noch auf das 2. Blutergebnis. Sobald ich die Werte habe, werde ich sie gerne posten. Mittlerweile bin ich sowieso so paranoid geworden, dass ich überhaupt keine Pillen und Mittelchen mehr einnehmen möchte.

Momentan versuche ich überhaupt nicht mehr, an den Zustand meiner Haare zu denken, sondern einfach nur noch so gesund wie möglich zu leben, damit sich mein Körper wieder erholen und einpendeln kann.

Ich wünsche dir auch eine schöne Woche! Ich denke, dass muss ich dir ja nicht mehr erzählen, aber bei dem Schaden den die Pille im Körper anrichtet dauert es immerhin manchmal Jahre bis sich alles wieder normalisiert hat. Vielleicht wird es bei dir ja bald besser.

---

---

Subject: Aw: Bin ich auf der richtigen Spur? Bitte um Rat  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Tue, 15 Dec 2015 14:08:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallöchen

Naja, ich würde an deiner Stelle im Januar dann mal nen Hormonstatus machen lassen. Diese 3 Monate Wartezeit.. hat sich wahrscheinlich auch derjenige ausgedacht, der sich ausgedacht hat, dass das Absetzen der Pille 3-6 Monate Probleme machen kann...für mich alles erfundene Zeiträume. Genauso wie die Haarzyklen, diese 3 Monatsregel... hormonellen Haarausfall merke ich sofort.

Nachdem ich die Pille abgesetzte habe hat sich mein Haarausfall erstmalig reguliert, soll heißen: Vorher war das nicht einzuschätzen, mal 80, mal 150, mal 200...es kams, wies kam. Nach dem ersten Monat hatte es sich dann bei 100 eingependelt, also ich merkte schon, dass sich da was tut und vor allem erst mal nicht schlechter wird. Eine kurzzeitige Verschlechterung nach 3

Monaten hatte ich dann schon, ABER: ich glaube, dass das die Erstverschlimmerung des Progesterons war, das ja eine kurzzeitige Erhöhung des Östradiols mit sich bringen kann. Und dies ging nur 3 Wochen mit HorrorWaschHaartagen mit 300 Haaren, ohne Waschen war es immer ok.

Ok, dann stell sie online, wenn du sie hast

Dass du nicht mehr an deine Haare denken willst, kann ich absolut verstehen und es ist auch das beste, was du machen kannst. Sie fallen eh so oder so erstmal weiter/oder eben nicht.

Danke für deine Wünsche und klar, wir sind noch jung (ich bin 26), das wird wieder!

---