Subject: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Tue, 17 Oct 2017 10:47:14 GMT

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

Hallo,

gibt es eine Art chronischen Haarausfall, der nicht zum Ausdünnen führt? Im Netz habe ich davon gelesen, es heisst Chronisch telogenes Effluvium (CTE), ist meist diffus und tritt bei Frauen in der Menopause verstärkt auf.

Vielleicht ist hier jemand, der diese Art Haarausfall hat?

Ich leide seit vier Monaten an konstantem Haarausfall mit etwa 250 Haaren am Tag.

Eigentlich müsste ich schon Löcher haben, aber mir wachsen massenweise Haare nach. Die Fülle der Haare ist sehr spärlich geworden, habe jetzt einen kürzeren Haarschnitt, damit es nicht so platt hängt. Aber die Haardichte ist noch ganz ok wegen den vielen Kürzen.

Meine Fragen:

-Wenn es bei mir doch AGA wäre, wurden dann so viele Haare so schnell nachwachsen?

-Dieselbe Frage stelle ich mir, falls es durch einen Mangel an Vitaminen, Eisen etc. ausgelöst wurde. Ich nehme seit Beginn die einschlägigen NEMs und auch Pantostin....ohne Besserung.

Es macht für mich zur Zeit noch keinen Sinn, Minox zu nehmen, da ja von selbst so viel wächst...Bin aber extrem verunsichert, wohin der konstante Haarausfall in dieser Quantität noch führt.

Es wäre nett, wenn sich jemand melden würde, der trotz dieser Ausfallzahlen noch volles Haar behalten hat, auch ohne Regaine.

Angeblich soll CTE nicht zum Haarverlust führen, las ich....

Liebe Grüße!

Cobi

I

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Milena](#) on Wed, 18 Oct 2017 11:51:35 GMT

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

Hallo... so hat mein HA auch vor 8 Jahren angefangen... ob das CTE ist... konnte mir keiner sagen. Allerdings sind mir auch die nachwachsenden kurzen Haare wieder ausgefallen und tun es

bis heute der Gesamtstatus ist echt übel mittlerweile...hoffe das ist bei dir nicht so.

LG Milena

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Wed, 18 Oct 2017 12:53:48 GMT

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

Oh jetzt wird mir ganz anders...
Ich dachte ich höre was
Aufmunterndes. Darf ich nach deinem Alter fragen?
Nimmst du Regaine?

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [evita](#) on Wed, 18 Oct 2017 18:37:46 GMT

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

Hallo Cobi,
ich denke bei mir ist es auch CTE. Ich habe schon jahrzehntelang HA mit immer viel Neuwuchs. Kahle Stellen hatte ich nie, der Ansatz war immer dicht. Nur konnte ich die Haare nie lang wachsen lassen, da es in den Längen immer dünner wurde. Zuletzt wurde es aber immer schlimmer, die neuen Haare fielen in immer kürzeren Phasen aus, und der Rest war nur noch eine fieselige Katastrophe.

Da begann ich dann vor 1 1/2 Jahren mit Regaine. Nun habe ich zwar immer noch HA, aber mindestens doppelt... wenn nicht noch viel mehr, Haare wie vorher. Ich kann sie jetzt problemlos schulterlang, offen und mit schönen Volumen tragen, was all in den Jahren vorher nicht möglich war.

Ich gehe zu 2 verschiedenen sehr guten Hautärzten, mit unterschiedlichen Problemen. Alle sagen mir, dass Regaine die zur Zeit beste Lösung ist.

Mir hat es geholfen, ich bin echt glücklich.

Kann nur aus Erfahrung sagen, auch bei evtl. CTE werden die Haare im Laufe der Zeit immer spärlicher.

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Wed, 18 Oct 2017 21:56:13 GMT

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

Danke evita,
ich habe auch schon früher in den letzten 20 Jahren Phasen mit sehr starkem Haarausfall gehabt. Meine Haare wurden aber immer wieder gut, wenn der Spuk nach 3-4, Monaten vorbei war. Generell verliere ich auch in normalen Zeiten bestimmt mehr als 100 Haare am Tag. Ich bin inzwischen 54 und hatte noch im Frühjahr super fülliges Haar für mein Alter, Zopfumpfang schätze ich auf 7 oder 8 cm.
Nun trage ich sie kurz gestuft.
Wenn du Jahrzehnte lang schon Haarausfall hast und es allmählich dünner wurde, habe ich vielleicht noch ein bisschen Zeit....
Mir steht auch der Kurzhaarschnitt, obwohl ich meinen langen haaren schon etwas nachtrauere.

Ich warte erstmal ab, wie die nachwachsenden Haare sich verhalten und ob es im Winter besser wird.

Liebe Grüße

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Milena](#) on Thu, 19 Oct 2017 05:25:59 GMT

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

Hallo Cobi, ich bin 48. Angefangen hat das ganze mit 39. Ich habe Regaine 2% versucht und seit Januar den 5% igen Schaum. Ich habe noch ansatzweise das Gefühl das es hilft . Bin am überlegen ob mir das Männer Produkt hilft. Was immer super war ist mein Scheitel. Über den Ohren,Seiten und Nackenbereich sind am schlimmsten betroffen.

LG

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Thu, 19 Oct 2017 06:48:24 GMT

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

Hallo Milena,

bei mir ist es diffus... der Hinterkopf/Nacken sind am wenigsten betroffen. Aber alles wird dünner insgesamt.

Sicher hast du auch alle Sachen kontrollieren lassen....Eisen, Schilddrüse etc, Hormone, Vitamine?

Ich glaube,bei mir ist es ein Gesamtpaket verschiedener Ursachen: Stress, Schilddrüse und die Wechseljahre....

Interessanterweise werde ich auch gerade in einem Turbotempo grau: Die neuen Haare und auch die alten wachsen gerade zu bestimmt fünfzig Prozent weiß nach.

Hab gelesen, dass Stress auch zu einem schnelleren Ergrauen führt. Passt alles zusammen, hatte im Frühjahr/Frühsummer eine sehr belastende Zeit.

Jetzt belastet mich weiterhin der Haarausfall extrem....die Katze beißt sich in den Schwanz!

Hab gestern schon mal nach Haarverdichtung gegoogelt,obwohl ich davon noch weit entfernt bin. Aber wenn es so weitergeht wie jetzt, dauert es nicht mehr Jahrzehnte...eher Monate. Vor allem wenn die Neuen auch wieder rausfallen wie bei dir.

Dir hilft Regaine? Was meinst du mit ansatzweise? Reduziert es den HA oder wachsen mehr Haare nach?

Ich habe es schon gekauft,aber noch mehr Haarausfall als ich jetzt schon habe, verkrafte ich psychisch nicht. Ich hoffe, dass die jetzigen nachwachsenden Haare sich normal entwickeln werden.

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Milena](#) on Fri, 20 Oct 2017 05:39:27 GMT

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

Also ich meine das Regaine nicht hilft wobei ich natürlich nicht sagen kann ob es komplett ohne nicht noch schlechter wäre. Hatte auch kein richtiges Shedding vielleicht etwas mehr HA . Stress kommt bei mir auch hin und beginnende WJ würde auch passen aber damals mit 39 auch schon??? Diffus ist es bei mir definitiv aber Nacken und Seiten sind halt am stärksten betroffen.
LG

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [evita](#) on Fri, 20 Oct 2017 11:14:49 GMT

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

So ist es eben bei jedem anders. Mein HA begann schon im Alter von 13 Jahren und hat mich mein ganzes Leben begleitet. Komischerweise wurde es in den Wechseljahren bei mir besser, plötzlich fielen nur noch wenige Haare aus. Dieser Zustand hielt aber nur ein paar Jahre an, und dann fing es wieder an zu rieseln. Da begann ich dann mit Regaine, mit sehr großem Erfolg. Regaine reduziert bei mir nicht den HA, es wachsen aber ständig enorm viele Haare nach, so dass sich das Haar- Volumen bei mir mehr als verdoppelt hat. Mein Hautarzt sagt mir immer wieder, es wäre nicht schlimm wenn täglich 100 - 150 Haare oder sogar noch mehr ausfallen, entscheidend ist ob genügend nachwächst. Er selber würde bei sich z.b gar keinen HA feststellen, trotzdem werden seine kahlen Stellen immer mehr, weil einfach nichts nachkommt. Wie gesagt, Regaine pusht das Haarwachstum, die Haare werden kräftiger, und mir fallen jetzt auch fast nur noch lange Haare aus.

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Sat, 21 Oct 2017 07:48:02 GMT

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

Das klingt logisch, nur ist die Frage, wie lange das Ausfallen andauert. So schnell können die Haare ja nicht nachwachsen. Theoretisch müsste ich mir einen ultrakurzen Pixieschnitt machen lassen, damit die Fülle bleibt. War gestern wieder beim Friseur und habe sie nochmal kürzer schneiden lassen...dann sieht es noch ganz ok aus.

Aber wenn ich mir Fotos vom letzten Jahr oder auch noch vom Frühjahr anschau, könnte ich heulen.

Und gestern waren es durch die Prozedur beim Friseur bestimmt 400 Haare. Ich wasch sie vorher, damit beim Friseur nicht so viel rieselt. Deshalb sagt meine Friseurin immer, es sei bei mir nicht so schlimm...

Evita, nimmst du noch Brennesselsamen?

Ich habe gelesen, dass du sie mal als wirksam gegen HA eingenommen hast. Hab ich mir nämlich bestellt und eine große Tüte ist angekommen. Sieht eher aus wie geschreddertes Gras und riecht auch so.

Woher hast du deine bezogen?

Und wie nimmst du sie ein?

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [evita](#) on Sat, 21 Oct 2017 11:36:10 GMT

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

Hallo Cobi, da jeden Tag Haare ausfallen, wachsen sie auch nicht gleichzeitig in einem Schub nach. Man hat deshalb verschiedene Haarlängen auf dem Kopf, am Ansatz sind die Haare am dichtesten und werden in den Längen weniger. Bei mir hat es bestimmt 1 Jahr gedauert, bis nach der Anwendung von Regaine ständig so viel Neues nachgewachsen ist, und dadurch insgesamt für meine Verhältnisse ein volles Haar-Volumen entstanden ist.

Richtig starken HA erkennt man auch daran, wenn bei jedem Kämmen oder Bürsten immer wieder sehr viele Haare ausgehen. Ich bürste meine Haare nur morgens intensiv, dann sind es im Durchschnitt 100 -120 Haare die ausgehen. Dann mache ich einen Zopf oder stecke sie hoch und bürste erst am nächsten Morgen wieder. So habe ich eine Übersicht, wie viele Haare ich verliere. Wenn Du die Haare vor dem Friseur wäscht und danach immer noch 400 Haare ausgehen, ist das schon viel. Aber wie Du schreibst, wachsen bei Dir auch massenweise neue Haare nach, und darum würde ich die Sache noch ein paar Wochen beobachten. Vielleicht reguliert es sich von selber, was ich Dir sehr wünsche.

Von dem Brennesselsamen gebe ich jeden Morgen 2 Teelöffel in mein Müsli. Nach 5 Wochen Einnahme reduzierte sich mein HA, Wunder darf man aber nicht erwarten. Aber eindeutig wachsen die Haare schneller. Meine Friseurin konnte es letztens kaum fassen, wie in 8 Wochen der Ansatz nachgewachsen war. Ich kaufe ihn bei Amazonen von Joanna´s Garten.

VG und ein schönes Wochenende.

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Sat, 21 Oct 2017 14:33:36 GMT

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

Da habe ich meine auch her!

Hab heute einen Teelöffel ins Müsli gemacht, werde dann morgen steigern. Aber meinst du nicht, dass das schnellere Wachstum vielmehr auf regaine zurückzuführen ist,? Erscheint mir plausibler.

Bei meinem Friseurbesuch gestern sind mir natürlich nicht 400 ausgegangen, das kann ich dort ja schlecht zählen.

Aber vorher beim Waschen und Frisieren schon 300, so dass ich geschätzt mindestens 400 hatte.

Ich habe heute beschlossen, das Sieb aus meiner Dusche zu entfernen und auch sonst nicht mehr die Haare zu zählen. Es macht mich fertig und bewirkt eher noch mehr Panik.

Dass mir zu viele Haare ausgehen weiß ich nun.

Ich wasche sie täglich und verliere die meisten Haare beim Waschen und Fönen. Da ich sie jetzt kurz trage, fällt es nicht so auf, wenn mir welche am Pullover kleben.

Seit vielen Wochen beschäftigt mich das Thema einfach viel zu sehr.

Vielleicht hört der HA deshalb nicht auf, wer weiß?

Noch ein schönes Wochenende!

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Pulsatilla](#) on Tue, 24 Oct 2017 11:31:28 GMT

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

Also so weit ich weiß, ist jeder HA der länger als 6 Monate andauert chronisch, egal welche Ursache zurgunde liegt.

Insofern: ja, dein HA ist chronisch, wenn sich aber nichts ausdünn, dann ist es eher ein chronisches Shedding.

Ich selber habe auch seit 6 Jahren HA. Hatte sehr dichte Haare, jetzt sehe ich aus wie ein Troll, mit verschiedenen Haarlängen und der Neuwuchs verabschiedet sich auch ständig. Graunhaft. Dachte auch ich hätte CTE, aber die Ausdünnung ist bei mir derzeit gewaltig. Schübe habe ich immer von Juni bis Dezenber, da verliere ich 500 täglich, dann ist Ruhe und der nächste Nachwuchs fällt im kommenden Jahr wieder aus.

Ich denke die Ursache ist so individuell, dass sie sich schwer finden lässt, außerdem sind immer viele Faktoren beteiligt.

Ich habe für mich beschlossen, dass es diffuser andogenetischer HA ist. Die Ärzte sehen sich genauso wenig raus wie wir. (hatte AGA mit 20, aber da mit eindeutigen Werten, der sich damals mit einer bestimmten Pille beruhigt hat).

Brennesselsamen haben geholfen?? Sind starke DHT Blocker, oder?

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Pulsatilla](#) on Tue, 24 Oct 2017 11:35:06 GMT

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

bei mir sind übrigens auch GHE, der Nacken und Stellen über den Ohren am stärksten betroffen, bei allgem. Ausdünnung. man könnte sagen, dass sich der HA am Haaransatz rund um den Kopf am Stärksten bemerkbar macht.

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Tue, 24 Oct 2017 14:45:15 GMT

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

Hallo Pulsatilla

hast du diesen Haarausfall mit 500 Haaren im Sommer seit 6 Jahren? Und wie sieht es dann in den Wintermonaten aus?

Hast du dann keinen HA mehr?

Was hast du bisher unternommen? Regaine?

Wachsen bei dir die Haare in gleicher Zahl immer nach? Oder werden es insgesamt immer weniger Haarfollikel?

Ich verliere täglich ziemlich konstant 250

Haare und hoffe, dass die neu wachsenden bleiben und länger halten als 1 Jahr. Die meisten sind jetzt 2-3cm lang und sehen normal aus....bisher verliere ich weiterhin "alte" Haare.

Ich hoffe und bete täglich, dass es weniger wird, bald ist ja Winter...

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Tue, 24 Oct 2017 14:47:45 GMT

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

Und bei mir ist der Nacken bisher fast gar nicht betroffen, sondern alles andere.

Meinst du mit Nacken den unteren Hinterkopf oder richtig den Haaransatz über dem Hals?

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Cobi](#) on Tue, 24 Oct 2017 14:56:37 GMT

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

Ich habe mir dir Haare gestuft schneiden lassen, damit die kurzen Haare sich besser integrieren lassen. Die längsten Haare sind trotzdem noch 15 cm lang.

Solange immer wieder Haare nachwachsen und die Kopfhaut nicht überall durchschimmert, ist diese Frisur eine gute Lösung.

Die neuen kurzen Haare wirken als "Stützhaare" und geben dadurch etwas Volumen...

Wie tragt ihr eure Haare?

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Pulsatilla](#) on Tue, 24 Oct 2017 16:08:03 GMT

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

ja ich verliere über ein halbes Jahr 300-500 am Tag, jedes Jahr, bei dem Haarstatus den ich hatte ging sich das aus, um noch immer Haare zu haben

Ende Dezember beruhigt sich alles und es wächst ein wenig was nach, aber den Nachwuchs haut es dann spätestens im Juli wieder raus.

Insgesamt habe ich ca. 80% Haare verloren seit 2012, das ist nun mein 6. Schub.

Minox hatte ich 9 Monate lang, leider Allergie bekommen und die Haare sind in MASSEN damals ausgegangen! Vermutlich wa res das Propylenglykol

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Pulsatilla](#) on Tue, 24 Oct 2017 16:10:30 GMT

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

Cobi schrieb am Tue, 24 October 2017 16:47Und bei mir ist der Nacken bisher fast gar nicht betroffen, sondern alles andere.

Meinst du mit Nacken den unteren Hinterkopf oder richtig den Haaransatz über dem Hals? den Haaransatz, der ist rundherum zurück gegangen und die Haare haben sich am Ansatz miniaturisiert

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Milena](#) on Fri, 27 Oct 2017 09:13:40 GMT

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

Hi...

Bei mir ist es exakt genauso wie bei Pulsatilla..Haaransatz rundum ist am stärksten betroffen.... auch die Monate Juni bis November stärker betroffen.... nur das ich schon immer dünnes Haar hatte was aber mit Volumen Schaum trotzdem super aussah... und deshalb bei mir nach all den Jahren täglich 60-70 om winter so 30-40 Haare ausfallen mit Schwankungen nach oben.... zu Anfang waren es bis zu 200.... im Sommer.... aber wo nicht mehr viel ist kann wohl auch nicht viel

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [evita](#) on Tue, 21 Nov 2017 11:10:36 GMT

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

Hallo Mädels,

nachdem ich nun meinen Hautarzt wieder wegen meines HA genervt habe, hat er mir empfohlen es mit einer Kombination von Regaine und Eil Cranell zu versuchen. Wie ich schon berichtet habe, hat Regaine bei mir super angeschlagen, jedoch fallen immer noch viel zu viel Haare aus , und dadurch muss ich sie immer wieder kürzen.

Ich soll also weiterhin abends Regaine auftragen, und morgens dann das Eil Cranell. Das mache ich nun seit 1 Woche und werde berichten ob es anschlägt.

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [emmaackermann](#) on Tue, 01 May 2018 13:02:25 GMT

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

Hallo Cobi !! Meine Freundin hatte das gleiche Problem wie du, aber im Moment ist sie in Ordnung und mit diesem Problem fertig. Menschen, die an chronischem Haarausfall leiden, können sehr beängstigende Symptome erleben. Ungefähr 30% der menstruierenden Frauen (fast 5 Millionen) sind von CTE betroffen. Wenn Sie also denken, dass Sie allein betroffen sind, sind Sie nicht allein!

Subject: Aw: Chronischer Haarausfall?

Posted by [Daphne](#) on Mon, 09 Mar 2020 14:15:30 GMT

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

Hallo Cobi,

ja, nach langen Recherchen, fand ich auch raus, dass es diesen Haarausfall, abgekürzt CTE, gibt.

Bin neu hier im Forum, 41 J und leide seit meinem 34. Lj an CTE. Alles fing mit dem Absetzen der Pille an und hörte aber nicht auf. Wie viele hier, habe ich auch ein Ärztemarathon hinter mir, die mir wie vielen hier, auch nicht helfen konnten. Sie wussten nicht einmal von Existenz der CTE bescheid, geschweige denn die Ursache. Mehrmalige Blutuntersuchungen inkl. Hormonhaushalt samt Schilddrüse, Eisenwert etc. alles unauffällig.

Ich sag mal so, ich habe alles diagnostische durch, mit dem Ergebnis, dass die Ursache weiterhin unbekannt ist. Folglich ist eine Therapie nicht möglich. Die Hoffnung auf Spontanheilung habe ich dennoch nicht aufgegeben. Ich warte nach wie vor Jahr für Jahr auf eine endgültige Besserung. Keine Lust mehr, auf kurzzeitige Besserung um hinterher wieder vom neuen Schub enttäuscht zu werden.

Ich wünschte mir, hier würden auch authentische Ex-Leidensgenossinnen ihre authentischen Erfolgsgeschichten mit uns teilen (ganz ohne latente Werbung für irgendwelche Mittelchen, Therapeuten die eh nix bringen außer den Geldbeutel zu verschmälern).