

---

Subject: Diffuser Haarausfall seit 5 Monaten

Posted by [Gartentuer](#) on Wed, 26 Sep 2018 08:47:47 GMT

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

---

Hallo Zusammen,

ich habe mittlerweile fast alle Internetseiten zu dem Thema durchgeforstet, jetzt möchte ich auch mal aktiv ein paar Fragen stellen, da ich das Miteinander hier im Forum als sehr angenehm empfinde.

Ich weiß, dass es zu dem Thema schon viele Beiträge gibt, allerdings hab ich mich bisher noch nicht 100% in einem wiedergefunden. Bitte seht es mir nach, sollte ich doch was übersehen haben.

Fang ich mal an :) und versuche alles zu ordnen :d

Ich bin weiblich 32 Jahre alt.

Letztes Jahr bekam ich ab Sommer 17 Haarausfall (diffus). Vorher habe ich NOCH NIE damit zu tun gehabt. Ich habe schon immer feines und nie besonders viel Haar gehabt...daher empfand ich den Haarausfall als sehr kritisch. Ich steigerte mich da auch sehr rein und mir ging es elendich (auch Körperlich) ich ließ ein Blutbild machen (alles i.O) Befasste ich mit NEMs und rannte von einem Arzt zum Anderen. Niemand konnte mir helfen. Alle schoben es auf den Stress (hatte ich auch wirklich gehabt das Jahr) Da es mir körperlich auch nicht besser ging hab ich irgendwann man drum gebettelt (ja wirklich) das man meinen Entzündungswert kontrolliert. Das hab ich auch durchbekommen und siehe da...bei 85 lag er 80 bekam daraufhin Antibiotika und es wurde schlagartig besser, komischerweise schon vor der Einnahme. Kurz vorher hab ich eine Haaranalyse machen lassen und da kam raus, dass ich enromen Vitalstoffmangel habe (u.a starken Vitamin B Mangel) ich habe auhc gemerkt, dass es mir mit der EInnahme der NEMs viiiiieel besser ging....trotzdem irgendwie weiß ich bis heute nicht zu 100%, woran der Haarausfall lag. Ich gehe vom starken Stress, sowie Mangelernährung, und hoher Entzündungswerte aus. Es besserte sich zumindest recht schnell und ich hab an Waschtagen (alle zwei tage) ca 40-60 Haare verloren und an nicht Waschtagen ca 15-25. Gott war ich damals erleichtert. Das Gefühl hätte ich gerne wieder :cry:

So....Faust 2 Teil. Ende Dezember 17 habe ich die Pille, nach 15 Jähriger Einnahme) abgesetzt. Ich wusste im Vorfeld darüber Bescheid, dass es zu Haarausfall kommen kann und stellte mich schon darauf ein. Dieser setzte Mitte April auch ein. Leider. Ich dachte echt, ich käme drum rum. Und hält bis heute an. Also schon seit 5 Monaten. Die ersten beiden Zyklen waren "normal" dann hatte ich einen Monsterzyklus von 75 Tagen (ab da kam auch der Haarausfall) und fühlte mich echt nicht so toll. War dann auch beim Frauenarzt, der sagte sofort was von PCO, wegen zuvieler Follikel und ließ mir Blutabnehmen (da war ich 4 Monate Pillenfrei) Werte waren okay. Kein erhöhtes Testosteron unauffällige Schilddrüse. Allerdings Werte wie am Anfang eines Zyklus. Daher verschrieb er mir Clomifen (Eizellenreifung) und Ovestin (Aufbau der GEbärmutterschleimhaut) in Tablettenform. Die sollte ich jeweils 5 (Clomi) bzw 11 Tage (Ovestin) im Zyklus nehmen. Ich wartete meinen nächsten Zyklus ab, der wieder relativ normal war und nahm das Zeug. Das tat ich drei Zyklen lang. Es reifte zwar immer was, aber meine GEbärmutterschleimhaut blieb eher dünn. Schwanger wurde ich also nicht. Daher nahm ich

es nicht mehr. Die letzte Einnahme ist 2,5 Monate her.

Zwischendurch war ich noch beim Haus und Hautarzt und hab ein Blutbild (auch CRP) so nach ca 7-8 Monaten ohne Pille machen lassen. Alles gut (Ferritin und Schilddrüse auch) Hautarzt sagte (nach dem Zupftest) auch alle okay.

Anfang September 18 sind wir dann ins Kinderwunschzentrum. Hier fühle ich mich auch endlich mal ganz gut aufgehoben. Es wurde Blutabgenommen und Ultraschall gemacht (wieder PCO Bläschen) Ich befand mich da schon an Zyklustag 22.

Hier meine Werte:

Prolactin - 4,8ng

Östradiol - 39,9pg

Progesteron - 0,17ng

LH - 21,8mIE

FSH - 6,9 mIE

Testosteron - 0,20ng

DHEAS - 0,55mg

SHGB - 99,9nmol

17-OH Progesteron - 0,42ng

Andostendion - 1,3ng

Cortisol - 27,37ng

AMH - 11,75ng

Also Östrogen zu niedrig. AMH sehr hoch. Das Einzige was m.M nach auf PCO hindeutet ist der AHM und die vielen Follikel. Naja und der Haarausfall. Ansonsten habe ich (noch) keine Behaarung im Gesicht oder am Körper. Übergewicht hab ich auch keins. Abnehmen kann ich ganz normal. Mache auch viel Sport.

Ich bin dann 1,5 Wochen später noch mal zum Ultraschall (ZT 32) und da war dann auch Sprungreifer Follikel. Sie hat dann gleich wieder Blutabgenommen. Da war der Östradiol Wert bei 300 irgendwas. Sprich...ich hatte dann am nächsten TAG doch einen Eisprung. Ich hab auch gemerkt, dass sich was tut, da meine Stimmung wieder besser wurde.

Nun ist es aber so, dass mein Haarausfall nicht besser wird. Im Gegenteil aktuell ist es gerade heute wieder sehr schlimm für mich gewesen.

Zu meinen Ausfallzahlen:

An nicht Waschtagen 20-40 (das ist auch vollkommen i.O) an nicht WASchtagen (alle zwei Tage) 120-200. Ich weiß, dass einige hier noch mit ganz anderen Zahlen leben müssen, dennoch ist es ja schon so, dass es deutlich mehr ist (beim Waschen) also noch vor 5 Monaten. Wie hoch der Haarausfall früher war (also vor 2017) kann ich nicht sagen, da ich nie gezählt habe.

Ich würde einfach gerne mal wissen (falls jemand überhaupt diesen mega langen Text liegt) was ihr dazu meint? Kann das echt noch von der Pille sein? Kann sich das noch einpendeln (auch die Follikelreifstörung bzw die lange erste Zyklushälfte) oder muss da nachgeholfen werden. Ich hatte vor der Pille immer einen regelmäßigen Zyklus. Aufgrund des Kinderwunsches kann ich glaub ich Medikamentös auch nicht so viel machen.

Ich muss jetzt eh noch den letzten Blutwert abwarten, denn da wird noch mal das Progesteron gecheckt. Ich gehe ja schon was von einem Progesteronmangel aus.

WAs ich momentan einnehme ist:

Komibmultivitamin Präperat, Zink, Vitamin B 12, Magnesium+Calcium+Vitamin D, Folsäure + Eisen, Schüssler Nr 11. (das alles schon länger, da ich nicht genug Nährstoffe hatte) Biotin.

Globulis Sepia (Seit 2 Wochen ca) YamsWurzel (seit zwei Wochen)

Aminosäuren nehme ich mit der Nahrung viele auf.

Seit einer Woche Ell Cranell (Empfahl mir die KiWu Dame)

Kopfhautjucken hab ich auch ab und an mal (wird aber glaube ich gerade besser) Neuwuchs kann ich auch beobachten.

ganz kurze feine Härchen (nur rechts an einer Geheimratsecke [habe ich schon immer] kann ich mir rausziehen.

Für Ratschläge oder einfach nur über einen Austausch freue mich sehr.

Danke an alle fürs Lesen.

Liebe Grüße

---

Subject: Aw: Diffuser Haarausfall seit 5 Monaten  
Posted by [Gartentuer](#) on Thu, 11 Oct 2018 09:19:33 GMT

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

---

Hallo noch mal,

mein Zyklusmonitoring ist nun abgeschlossen. Meine zweite Zyklushälfte ist "perfekt". Östrogen und Progesteron, sowie die Länge passen auch. Mein Problem liegt dann wohl eher in der unregelmäßig langen (zwischen 16-32 Tage) ersten Zyklushälfte.

Kann es daher vielleicht zum Haarausfall kommen? Weil mein Körper zu spät und dann auch nur kurz Progesteron bekommt? Oder aber zu kurz Östrogen? Kennt sich damit jemand aus?

Gibt es jemanden hier, bei dem sich der Zyklus nach 9/10 Monaten ohne Pille noch eingependelt hat? Oder meint ihr das ist eher unwahrscheinlich nach der Zeit?

Stimmungsschwankungen sind übrigens auch eher schlechter als besser geworden ^^ bisher hat mir das Pille absetzen nicht wirklich gut getan.

Ansonsten kann ich noch feststellen, dass mir viele kurze Haare ausgehen (also wirklich kurz so ca 1-2cm) und die sind auch mit Wurzel. ich glaub, dass hatte ich vorher nicht.

Aktuell warte ich noch auf die Ergebnisse meines großen Blutbildes. Nachdem mein Hausarzt eins gemacht hat und nur Ferritin und Zink getestet hat...und das war das große Blutbild :roll:

war ich noch mal beim Hausarzt und diese wollte mir nur "alles" abnehmen. Sprich auch Seelen und Aminosäuren usw...da bin ich gespannt. Kann mir allerdings nicht vorstellen dort was zu finden, da meine Ernährung gut ist und ich auch NEMs einnehme.

Seit ein paar Tagen mache ich die Amazonas Darmreinigung, so als letzte Option. Hab gelesen, dass man dies unterstützend zum Pille absetzen tun "sollte" und auch sonst nicht verkehrt sei. Nun ja...schauen wir mal.

Würde mich über eine Antwort freuen. :nod:

Liebe Grüße

---