

---

Subject: Haare einfach wegrasieren?

Posted by [nickg](#) on Sat, 31 Aug 2019 17:04:01 GMT

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

---

Hallo meine Lieben

Ich war jetzt schon seit mehreren Monaten nicht mehr aktiv in diesem Forum. Ich hab nun seit fast zehn Monaten AGA und ... langsam mag ich einfach nicht mehr. Als ich das letzte Mal was geschrieben habe, ging es mir absolut scheisse, und ich war extrem suizidal. Wirklich gleich ein Tag danach hab ich mich mit der Besitzerin eines Zweithaarstudios getroffen, die mir mein Haarteil überreicht hat. Das trag ich nun seit drei Monaten und ... nun ja. Es geht mir besser (ich kann mittlerweile meistens an Bahnhöfen stehen, ohne mich gleich auf die Gleise werfen zu wollen, sozusagen) und es ist definitiv besser als die Alternativen (ständig Kopftuch tragen oder kaschieren, und mit beidem komme ich nicht so gut klar). Aber mich wohl oder glücklich fühlen tu ich mich halt trotzdem nicht. Mein Kopf kratzt ständig, und mein Resthaar ist mittlerweile so dünn, dass ich nachts kaum mehr schlafen kann, weil mir einfach das Gewicht fehlt. Ausserdem sind meine Haare so ekelhaft - sie hängen runter wie Spaghetti und sind praktisch ständig fettig (sie fühlen sich nie schön an, selbst kurz nach dem Waschen nicht - immer nur fettig und dünn und eklig).

Es ist schwer, in der Gegenwart meiner Familie zu sein (mit denen ich zusammenwohne), weil sie mein Problem erstens nicht verstehen ("Ist ja nur Haar, Nick!") und zweitens selbst superschöne Haare haben. Und ich hatte früher auch solch superschöne, dicke Haare, und weine denen immer noch regelmässig nach. Auch, weil sie sprichwörtlich das einzige an mir waren, das ich zu 100% und immer mochte.

Nun habe ich an euch eine Frage. Ich habe das Gefühl, irgendwelche Mittelchen zu gebrauchen bringt bei mir nix (Minoxidil verursacht mir nur Schwindel, und sonst bringt ja eigentlich nix etwas), und die Alternativen, die mir Ärzte vorschlagen, sind entweder zu teuer oder einfach sinnlose Geld-aus-dem-Fenster-Werferei. Sie werden mir nicht meine alten Haare zurückgeben, und selbst wenn ich es schaffen würde, ein paar wenige Haare zurückzukriegen oder zumindest den HA einzustellen, würde ich mich nicht wohl fühlen. Das kann ich mit Sicherheit sagen. Aber ich kann so nicht weiterleben, weil mir die Freude am Leben einfach nur fehlt. Deshalb wollte ich euch fragen ... was haltet ihr davon, den Kopf komplett zu rasieren und Perücken zu tragen?

Mir wurde von Ärzten und der Zweithaarstudio-Besitzerin abgeraten, dies zu tun (die Ärzte waren sich dabei nicht einig darüber, wie mein Haar nachwachsen würde; eine meinte, es würde gleich nachwachsen, die andere meinte, es würde sich verschlechtern. Ich glaube allerdings eher der ersteren, weil sie auch auf Haare spezialisiert ist). Und die meisten scheinen das auch nicht zu tun, jedenfalls nicht die Frauen? Und wenn, dann erst, wenn man praktisch keine Haare mehr hat und seit Jahren unter HA leidet; nicht, wenn man "erst" seit zehn Monaten das Problem hat. Ausserdem weiss ich, dass es extrem riskant sein könnte, weil ich noch nie eine Perücke getragen habe und deshalb nicht weiss, wie ich mich mit einer fühlen würde (kann ja sein, dass es mir wie ein Fremdkörper vorkommen könnte und ich mein Wohlbefinden nur schlimmer machen würde). Aber ich bin einfach so unglücklich mit meinen momentanen Haaren, dass ich mir nicht vorstellen kann, dass eine Glatze so viel schlimmer sein könnte? Mir wird jedes Mal praktisch übel, wenn ich mir ausversehen in die Haare fasse, und ich heule mich praktisch täglich in den Schlaf, und das kann doch kein Leben sein! Was würdet ihr an meiner Stelle tun das mit der Perücke ausprobieren oder doch lieber abwarten und versuchen, mit

dem Haarteil zu leben? Und kennt sich jemand von euch mit Perücken aus? Danke schon einmal im Voraus für eure Antworten!

Liebe Grüße  
Nick

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?  
Posted by [angorakatze](#) on Sun, 01 Sep 2019 20:01:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey Nick!

Schön von Dir zu lesen. Tut mir leid, dass es dir so schlecht geht, aber ich bin froh das du nichts Dummes angestellt hast.

Du musst dir doch gar nicht eine Glatze rasieren um eine Perücke auszutesten. Du machst dir einfach ein Pferdeschwanz und setzt dir die Perückenkappe auf, sowas wie ne Badekappe, aber ganz dünn, die drückt deine Haare platt. Und dann kommt die Perücke rauf.

Ich hab mir mal eine 10 Euro Perücke, nur fürs Gefühl/zum Ausprobieren, bei Ebay bestellt. Man sah der Perücke den Preis natürlich an, aber ich war vom angenehmen Tragegefühl überrascht. Die hatte auch super gesessen.

Glatze rasieren habe ich früher auch oft überlegt, fände ich aber immer noch irgendwie zu traurig alles abzusäbeln und sich dann anzuschauen. Aber vielleicht, was ja der Wunsch dahinter ist, wäre es auch ein Abschluss und ein "Ankommen" mit dem Haarausfall-Thema.

Von daher würde ich mir meine Haare nur sehr kurz schneiden lassen, wenn ich eine Perücke tragen würde, damit das Abnehmen von der Perücke nicht immer so ein großer Schreck/Unterschied ist.

Aber vielleicht bist Du ja der "Typ" für Glatze und Perücke und das nimmt dir ganz viel Druck/Leid weg. Also einfach ausprobieren, also erst günstige Perücke, Haare immer n bisschen kürzer, vielleicht Glatze.

Bei Amazon gibt es auch günstige (ca. 50€) Perücken, die hitzeresistent sind. Also da musst du dich mal einlesen was es so für unterschiede bei den Perücken gibt.. Verarbeitung/Echthaar/Kunthaar/ Marke macht den Preisunterschied.

Würde mich freuen wenn du über deine Versuche berichtest.

LG angorakatze

---

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?  
Posted by [jivanji](#) on Wed, 11 Sep 2019 03:33:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haben Sie eine Haartransplantation ausprobiert? Ich denke nur darüber nach

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?  
Posted by [nickg](#) on Mon, 23 Sep 2019 12:22:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen!

Also, ich habe mittlerweile jetzt eine Perücke. Sie ist Echthaar und ziemlich schön, war aber auch sauteuer; alle drei Monate wird ich mir so was nicht leisten können, leider. (Mein Haarteil hat etwas über drei Monate hingehalten. Natürlich hoffe ich, dass die Perücke länger leben wird, aber meiner "Perückenfrau" zufolge wird das eher nicht der Fall sein.) Zuerst einmal die gute Nachricht: Ich fühle mich ziemlich wohl mit ihr, sie fühlt sich absolut nicht wie ein Fremdkörper an. Auch muss ich mir nicht einmal meine eigenen Haare verstecken; ich kann mir einfach die Perücke auf den Kopf stülpen und gut ist (was toll ist, denn ich kriege mittlerweile Panikattacken, wenn ich gezwungen bin, meine Haare anzufassen, und fange an zu heulen). Meine Perückenfrau hat anfangs noch zwei Clips befestigt gehabt, falls ich mehr Halt haben möchte, aber ich hab sie nie gebraucht, weil es ziemlich gezogen hatte mit ihnen. Ich habe die Perücke nun seit etwas über einer Woche, und ich habe letzten Samstag den Clip am Oberkopf entfernt, weil es extrem wehtat und mir die Kopfhaut sogar zu bluten anfing. Seitdem fühlt sich die Perücke nicht mehr ganz so sicher auf dem Kopf an, aber meine Perückenfrau meinte, wenn ich Klebestreifen brauchen wolle, müsste ich einen Teil am Oberkopf rasieren, damit sie überhaupt erst halten. Jetzt bin ich am Überlegen.

Was ich aber absolut hasse ist die Perücke wieder abzusetzen. Ich habe praktisch Panikattacken schon früh am Morgen darüber, besonders, wenn ich noch duschen muss. Letzten Samstag habe ich ausversehen meine eigene Kopfhaut gesehen und lasst mich euch sagen, es lässt sich definitiv nicht mehr einfach so vertuschen. Ich meine, klar, vielleicht mit Toppik oder was auch immer, aber wenn ich nichts tun würde, würde den Leuten definitiv auffallen, dass da was nicht stimmt. Ich habe mich gefühlt wie ein 50-jähriger Mann in der Midlife-Crisis. Meine Perückenfrau sagt mir ständig, ich solle mir ganz gut überlegen, meine Haare zu rasieren, aber so seltsam das auch klingen mag ... ich habe irgendwie das Gefühl, ich werde mich weniger schlimm mit einer Glatze fühlen als mit dieser ekligen Ausrede für Haare, die mir momentan am Kopf klebt. Mir gefällt, dass meine eigenen Haare die Perücke noch etwas fülliger aussehen lässt, aber das war es auch schon. Ich habe einfach genug von meinem Kopf. Absolut genug. Und ich kann euch zu 100% versichern, dass ich mich nicht wohl fühlen werde, sofern ich nicht meine alten Haare zurück kriegen kann. Und da das absolut keine Möglichkeit ist, fühlt sich eine Glatze irgendwie wie eine angenehme Alternative an. Keine Ahnung. Ich habe nicht das Gefühl, dass ich viel Sinn mache, da ich auch weiss, dass ich mit einer Glatze bescheuert aussehen werde (mein Bruder hatte vor ein paar Jahren krebbedingt eine Glatze gehabt, und wenn ich auch nur annähernd ähnlich aussehen werde wie er, wird es mir definitiv nicht stehen. Ausserdem hat mir als Kind alles nicht gestanden, was nicht mindestens länger als mein Kinn war.) Aber keine Haare zu haben fühlt sich für mich angenehmer an

als das, was ich momentan habe. Besonders, da ich weiss, dass es sich nicht verbessern wird und nur schlimmer werden wird, und ich keine Lust habe, mich damit abfinden zu müssen. Ich will nicht stolz auf meinen HA sein. Und ich möchte nicht jahrelang mit dem leben, was ich momentan habe, nur in der Hoffnung, dass es eines Tages in 50 Jahren ein Heilmittel gibt. Ich habe einfach nicht die Energie, hundertausende Mittel auszuprobieren, und bin definitiv nicht in der Lage, mich mit dem HA einfach abzufinden. Deshalb ist eine Glatze für mich momentan definitiv hoch auf der Liste von Dingen, die ich gerne hätte (auch, weil mein Kopf praktisch 24/7 juckt, was eine Glatze wahrscheinlich auch beheben würde).

Meine Perückenfrau hat mir angeboten, kostenlos die Haare zu rasieren, falls ich es wirklich möchte, also muss ich es mir nicht einmal selbst antun.

Ganz ehrlich, der einzige Grund, weshalb ich noch zögere, ist das Geld. All diese blöden Haarprobleme haben mich extrem viel Geld gekostet, und ich bin immerhin immer noch im Studium. Ich habe nicht gerade die Möglichkeit, alle drei Monate eine neue Perücke zu kaufen (jedenfalls keine gute). Wäre ich reicher, hätte ich mir schon längst den Kopf rasiert.

Und jivanji, was die Haartransplantation angeht: Als bei mir der HA langsam anfing, habe ich mich mal mit dem Thema befasst gehabt, aber anscheinend ist es bei AGA eh eher für die Katz. Da werden im Prinzip einfach Haare aus einem "heileren" Bereich am Hinterkopf auf den Oberkopf gepflanzt, das wird mir beim Wohlgefühl nicht gerade weiterhelfen. Ausserdem ist es anscheinend nicht empfehlenswert, wenn der HA noch nicht so lange da ist. Das könnte alles nur noch verschlimmern.

Na ja. Das wär's dann jedenfalls.

Liebe Grüsse

Nick

(Warte, mir ist noch etwas eingefallen: Haben sich eure Haare auch im Verlauf des HA aufgehellt? Ich habe früher jeweils so schokoladenbraune Haare gehabt, mittlerweile sind die praktisch dunkelblond. Ich nehme an, dass es normal ist bei AGA - jedenfalls glaube ich, das mal irgendwo gelesen zu haben -, aber meiner Perückenfrau ist es unbekannt. Sie dachte, ich wäre einfach lange an der Sonne gewesen, was lächerlich ist - ich bin praktisch den ganzen Sommer über nur in der Bude gehockt. Depression's a bitch.)

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?

Posted by [nickg](#) on Mon, 04 Nov 2019 11:15:26 GMT

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

---

Hallo meine Lieben

Ich dachte, ich schreib hier mal kurz ein Update, weil ich etwas verzweifelt bin und dringend Rat brauche. Also, ich hab mich vor drei Wochen endlich gewagt und meine Haare rasiert. Nicht gleich Glatze, aber sie sind raschelkurz. Interessanterweise habe ich das Gefühl, dass es gar nicht so schlimm aussehen würde, wenn ich etwa zwanzig Kilo leichter wäre :lol: Eine Weile lang ging es mir sehr gut, auch weil es sich gut anfühlte, im Recht zu sein: Ich fühlte mich tatsächlich besser ohne Haare (oder kaum Haaren) denn mit den kaputten, die ich noch hatte. Ich hab auch keine Angst mehr vor dem Duschen, was eine angenehme Abwechslung nach Monaten der Panik ist. Ausserdem hab ich mir noch ein Kopftuch für lächerliche 12 Franken

gekauft, dass ich jeweils nachts trage (und auch sonntags mittlerweile, weil ich dann gar nicht erst aus dem Haus gehe und ich der Perücke so wenigstens einen Tag Ruhe geben kann). Alles scheint perfekt zu sein ... wäre da nicht der entsetzliche Juckreiz.

Ich hatte logischerweise schon vor dem Tragen der Perücke und dem Abrasieren der Haare Juckreiz. Laut dem Forum hier ist das bei AGA ja auch normal, auch wenn jegliche Ärzte mir ständig Shampoos mit nach Hause gaben, die dagegen helfen sollten (haben sie nie), und niemand mir je gesagt hat, dass es normal sei. Aber es lenkt mich mittlerweile extrem ab und ist einfach nur noch unerträglich. Ich weiss nicht so ganz, wie das mit dem Juckreiz bei AGA ist - ob da normalerweise der ganze Kopf juckt oder nur die betroffenen Stellen. Aber bei mir juckt mittlerweile der ganze Kopf, besonders der Hinterkopf und die Seiten. Die Seiten machen Sinn, weil dort sowieso kaum mehr Haare wachsen und die ja bei AGA betroffen sind, aber der Hinterkopf verwirrt mich total. Ich hab mir letztes die Haare wieder im Spiegel angeschaut, einfach um zu sehen, wie es so aussieht - seltsamerweise komme ich damit mittlerweile klar, auch wenn es immer noch wehtut -, und am Hinterkopf sieht es irgendwie schlimm aus? Das verwirrt mich total. Seit wann ist der Hinterkopf denn von AGA betroffen?? Irgendwie frage ich mich, ob ich kürzlich vielleicht einen Pilz noch zugezogen habe, aber würde man den nicht sehen? Denn abgesehen von fehlenden Haaren sieht man auf der Kopfhaut nix.

Kennt jemand von euch dieses Problem? Ich weiss, ich hab vor Monaten mal im Männerforum von Juckreizproblemen bei AGA gelesen, aber ich kann mich nicht erinnern, auch Lösungen dazu gefunden zu haben. Ist das nun etwas, womit ich mich einfach abfinden muss (was ich nicht könnte, glaube ich, weil es einfach der HORROR ist), oder gibt es etwas, das helfen könnte? Wie gesagt, Shampoos scheinen die Sache nur schlimmer zu machen. Ich fände es toll, wenn es etwas gäbe, dass ich ohne Hilfe von Ärzten kaufen könnte; ich gehe mittlerweile zu keinerlei Ärzten mehr, weil ich mich danach eh nur scheisse fühle und die mir ja sowieso nicht helfen können und total von oben nach unten reden, als wäre ich verrückt, mir wegen HA so'n Kopf zu machen.

Liebe Grüsse  
Nick

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?  
Posted by [Ally77](#) on Wed, 06 Nov 2019 18:26:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Nick, wegen des Juckreizes solltest du wahrscheinlich tatsächlich am besten einmal zum Hautarzt gehen. Derweil die Perücke möglichst wenig tragen, um nicht mehr zu reizen. Also zuhause absetzen - falls du das nicht ohnehin machst.

Ansonsten noch die Frage, wie gesichert die Diagnose AGA ist bzw wie gesichert es keine andere Ursache ist.

Dein junges Alter - du schreibst ja, du studierst - zusammen mit dem extrem schnellen Fortschreiten (10 Monate), dass deine Seiten (stark) betroffen sind, dem Haare-werden-heller-Thema sowie den dicken Haaren innerhalb deiner Familie lassen mich so gar nicht an AGA denken. Nährstoffe, Vitamine, Spurenelemente sind wirklich ALLE im Lot? Wie ist dein HA-Muster genau? Wo fallen sie überall aus? Entstehen kahle Stellen? Fallen die

Haare tatsächlich aus oder wächst es eher immer spärlicher nach?  
Hast du neben der Haarproblematik noch weitere Baustellen?

Viele Grüße  
Ally

---

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?  
Posted by [nickg](#) on Fri, 08 Nov 2019 14:19:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Ally!

Danke für deine Antwort!

Ich trage jetzt gerade im Moment die Perücke, wie du ja auch vorschlägst, zuhause nicht mehr. Ich trage aber ein Kopftuch, weil ich ja meinen Kopf rasiert habe und ohne zu blöd aussehe, aber ich hoffe, dass Tuch ist wenigstens ein bisschen schonender als die Perücke? Blöderweise wohne ich noch zuhause, deshalb traue ich mich nicht, ohne Tuch umher zu laufen; würde ich alleine wohnen, würde ich wahrscheinlich locker einfach ohne etwas auf dem Kopf herumlaufen, egal, wie dumm es aussieht.

Also, was meinen HA angeht: Bevor ich die Haare abrasiert habe, hatte ich eben ein sehr starkes AGA-Muster, also der Scheitel lichtete sich, ohne dass mir die Haare vermehrt ausfielen. Was die Seiten angeht, so sind die zwar dünner geworden, aber ich glaube (ich hatte seit Monaten nicht mehr so richtig in den Spiegel geguckt), aufgefallen an sich wäre es wahrscheinlich keinem; also, ich musste die Haare schon ein kleines bisschen zur Seite schieben, damit es auffällt. Jetzt fällt es halt auf, weil sie rasiert sind, da merke ich richtig, wie wenig Haare ich dort im Vergleich zu anderen Stellen auf dem Kopf habe. Auch wenn ich mittlerweile ja auch am Hinterkopf so kahlere Stellen habe (sie sind nicht 100% kahl, ich hab schon überall Haare, es sind halt einfach viel weniger Haare und man sieht meine Kopfhaut). Kurz, bevor ich mir die Haare rasiert habe, habe ich einmal ausversehen einen kurzen Blick in den Spiegel geworfen, und von vorne war es sehr auffallend, dass da was nicht stimmte; besonders auf der rechten Seite war mein Ansatz nach hinten gerutscht und ich sah aus, als wäre ich so vierzig Jahre älter, als ich es tatsächlich bin.

Ärzte haben mir immer alle gesagt, dass es AGA wäre - eben wegen dem Muster, weil die Haare dünner nachwachsen etc. Mein HA sah wirklich praktisch nach Textbuch-AGA aus. Ich habe mir mehrere Male Blut abnehmen lassen und alles durchchecken lassen, aber abgesehen von leichtem Eisenmangel und einem Vitamin D-Mangel, die ich beide behob und nichts änderten an meinem Zustand, war bei mir alles in Ordnung. Auch die Hormone sind ok. Wegen den anderen Baustellen, an was denkst du da genau? Ich glaube nicht, dass ich was habe, dass den HA erklären könnte (glaub mir, hab da extrem herum gegoogelt, als es angefangen hatte :d).

Ich schau mal nächste Woche, ob ich einen Termin abmachen kann. Meine Ärzte haben mir alle geraten, mir nicht die Haare zu rasieren, also werden die wahrscheinlich nicht gerade Freude an mir haben :lol: )

---

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?

Posted by [Ally77](#) on Fri, 08 Nov 2019 15:58:29 GMT

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

---

Hi, ok, wenn es immer dünner nachwächst, dann klingt es schon wieder etwas mehr nach AGA, wobei du ja noch recht jung bist (oder? ;) ) und es nicht nur auf den Oberkopf begrenzt ist. Bezüglich Baustellen, da dachte ich so an Darmprobleme, Haupprobleme, Allergien, Autoimmungeschichten etc. Das geht ja manchmal einher/triggert/verursacht HA. Bei deinem Muster dachte ich spontan auch an Spielarten der Alopezia Areata oder vernarbende Alopezie.

Wenn aber alles abgeklärt ist und dein Status sich nicht mehr verbessern kann/wird (weil Ursachen behoben oder andere Therapien angegangen werden), sind Perücken doch ein gutes Mittel.

Echthaarperücken sollten übrigens schon an die 9 bis 12 Monate halten, wenn sie gut gepflegt werden und nicht gerade extralange Haare haben. Die müsstest du doch auch regelmäßig von der KK bezahlt bekommen, richtig?

Ich hätte mir übrigens auch die Haare abrasiert. Ich stand auch schon einmal kurz davor, als ich aufgrund eines massiven Infektes innerhalb von 5 Wochen ca. 60% meiner Haare verlor.

Vielleicht wäre auch eine verklebte Perücke was für dich - wenn dein Kopfhautproblem überstanden ist - damit kann man m.W.n. alles ganz normal machen.

Es gibt übrigens auf YouTube und Instagram mittlerweile unzählige Influencer, die Perücken tragen und zeigen, wie toll das aussehen kann. Schonmal gesehen? Vielleicht hilft dir das auch in der weiteren Zeit, das Ganze noch besser anzunehmen. Du machst das aber jetzt auch schon ganz toll. Hut ab!

Viele Grüße  
Ally

---

Subject: Aw: Haare einfach wegrasieren?

Posted by [Haartastisch](#) on Sun, 24 Nov 2019 14:27:02 GMT

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

---

Hallo ihr lieben,

Ich bin psychisch gerade ganz unten. Der Haarausfall schreitet voran, ich kann sogar schon Vorhersagen welche Haarsträhnen als nächstes weg sind da sie anfangen sich wie wild zu locken, bevor sie ausfallen. Das belastet mich psychisch so sehr, dass ich überlege sie mir einfach komplett abzurazieren, sodass der Verlust nicht so lange voranschreiten kann und ich nichts mehr habe an dem ich emotional hänge.

Mit 22 sollte man nicht so üble Geheimratsecken haben, die sich auch noch so schnell entwickeln. Trotz Regaine..

P.S. Huch das sollte ein eigener Beitrag werden, nun bekomme ich ihn aber nicht mehr gelöscht (Anfängerprobleme).. ignoriert mich hier einfach! :d  
Liebe Grüße  
Ehemalige haartastisch.

---