

---

Subject: Haarausfall Hormone oder Medikamente  
Posted by [sunflor](#) on Sat, 18 Jul 2020 11:46:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen,

ich hab seit einiger Zeit bemerkt, dass mir vermehrt Haare ausfallen. (ca. 120 Haare nach dem Waschen und das sind nur die, die lose rausgingen, die in der Haarbürste oder so sind noch nicht mitgezählt.)

Seit 2 Monaten muss ich leider Blutdrucktabletten (Ramipril) einnehmen. Nach ca. 1 1/2 Wochen Einnahme habe ich trotz durchgenommener Pille Blutungen bekommen, die auch ziemlich heftig waren. Laut meiner Hausärztin gibt es da aber wohl kein Zusammenhang. Zwischenzeitlich hatte ich nochmals meine Periode, die ebenfalls heftiger ausgefallen ist als ich es gewohnt bin, zudem haben beide Blutungsphasen über 2 Wochen gedauert. Zwischenzeitlich merke ich eben den Haarausfall. Ich weiß jetzt nicht ob da irgendein Zusammenhang besteht. Hat jemand einen Rat oder Tipp oder sogar ähnliche Erfahrungen gemacht. Die Pille hat sich seit ca. 20 Jahren nicht geändert. Wechselljahre mit 37 Jahren denk ich jetzt mal nicht. Zudem hab ich manchmal das Gefühl, wie wenn meine Kopfhaut brennen würde. Hab Angst, dass ich jetzt meine ganzen Haare verlier und dann irgendwann mit ner Glatze rum laufen muss. Was kann ich denn gegen den Haarausfall machen?

Danke euch schonmal für eure Hilfe und Ratschläge.

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente  
Posted by [Sissi](#) on Sat, 18 Jul 2020 16:05:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo sunflor,

bei sanego schreiben Frauen, dass sie durch Ramipril Haarausfall bekommen haben. Es ist bekannt, dass verschiedene Blutdrucksenker Haarausfall verursachen.

Und starke Blutungen können zudem Eisenmangel auslösen/begünstigen.

Evtl. auch den Ferritin- und Zinkstatus überprüfen lassen

Alles Gute.

Liebe Grüße  
Sissi

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente

Posted by [sunflor](#) on Sat, 18 Jul 2020 22:39:26 GMT

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

---

Hallo Sissi,

vielen lieben Dank für deine Antwort und deine Tipps. Werd jetzt glaub ich als erstes Mal einen Termin bei meinem Gynäkologe machen und abklären ob es eine gynäkologische Ursache für die starken Regelblutungen gibt und mal hören was er dazu meint.

Bei meiner Friseurin hab ich auch mal nachgefragt, sie wollte sich auch mal schlau machen. Mal schauen was dabei raus kommt. Hoff ja, dass ich das schnell wieder in den Griff krieg. Ich kann echt mit jedem einzelnen Mitfühlen. Man sagt immer man soll sich nicht verrückt machen, aber es ist eben einfach nur Horror wenn man die ganzen Haare sieht.

Ich wünsch euch allen viel Kraft.

Viele Grüße

sunflor

---

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente

Posted by [Sissi](#) on Sun, 19 Jul 2020 10:54:01 GMT

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

---

Liebe sunflor,

evtl. könntest Du auch den Blutdrucksenker wechseln. Soweit ich mich entsinne, gibt es eine Alternative, die keinen Haarausfall verursachen soll, keine der üblichen Präparate, die der Arzt verschreibt. Wäre evtl. auch eine Alternative.

Und ob die Friseurin da wirklich Ahnung hat? Selbst die Dermatologen sind im Grunde relativ ahnungslos.

Einen Teelöffel Kokosöl täglich in die Kopfhaut einmassieren, soll auch helfen, vielleicht mal ausprobieren, oder Rhizinusöl.

Kupfer, wird meist vergessen, B-Vitamine, MSM, Silizium, gibt es auch als Kapseln, würde ich auch mal probieren, viel Haferflocken essen, sind reich an Silizium, Magnesium (auch sehr wichtig für die Haare) Eisen und Zink, nicht zu vergessen, Nüsse, falls Du diese verträgst und magst.

Liebe Grüße

Sissi

---

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente

Posted by [Sissi](#) on Sun, 19 Jul 2020 11:19:20 GMT

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

---

<https://www.haarausfallen.de/koennen-bluthochdrucksenker-haar-ausfall-verursachen/>

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente

Posted by [Sissi](#) on Sun, 19 Jul 2020 11:21:41 GMT

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

---

<https://bfriends.brigitte.de/foren/medizinische-haarprobleme/468517-betablocker-und-haarausfall.html>

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente

Posted by [sunflor](#) on Sun, 19 Jul 2020 17:12:12 GMT

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

---

Hallo liebe Sissi,

wow, super vielen Dank für deine Tipps und deine Links, die les ich mir gleichmal durch. Nehm jetzt auch seit knapp einer Woche von DoppelHerz die HaarIntensiv Kapseln, da ist Biotin, Zink, Kupfer, Folsäure, Vitamine drin. Das schadet denk ich auf keinen Fall, aber so schnell wirkt es eben nicht. Werd jetzt morgen mal beim Gyn anrufen. Dann werd ich denk ich mal unabhängig was er meint, einfach mal schauen mit was ich allem mein Eisen bissle unterstützen kann, evtl. dann eben mit nem zusätzlichen Präparat. Schaden kann des sicherlich nicht nach den langen Blutungsphasen die ich hatte und wenn zuviel da ist, wird es ja wieder ausgeschieden.

Das Kokosöl werd ich auf jeden Fall mal ausprobieren.

Hast du schonmal Koffeinshampoo benutzt? Hat dir das geholfen?

Wenn das alles nichts bringt, werd ich drauf bestehen, dass ein anderer Blutdrucksenker ausprobiert wird. Scheint ja doch nicht ganz so selten zu sein, dass es doch daran liegt. Ebenso wenn jetzt gynäkologisch keine Ursache für die Blutungen gefunden wird.

Nüsse werd ich auch mal nebenher jetzt knappen.

Wünsch dir noch einen schönen Restsonntag.

Ganz liebe Grüße

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente

Posted by [Sissi](#) on Sun, 19 Jul 2020 20:11:34 GMT

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

---

Liebe sunflor,

befürchte dass die Doppelherz Kapseln viel zu schwach sind.  
Hatte vor Jahren etwas ähnliches genommen, mir fällt der Name gerade nicht ein.

Erst als ich Zink, Eisen, B-Vitamine etc. hochdosiert, vor allem Biotin ist sehr wichtig, eingenommen habe, wurde es besser.  
Zink 30 mg, z.B., Eisen - Ferro sanol 100 mg.. aber Eisen erst nehmen, wenn das Ferritin im Blut zu tief ist. Mit Eisen muss man vorsichtig sein, B-Vitamine sind harmlos, wasserlöslich, ein Zuviel wird ausgeschieden.

Zink, Eisen und Kupfer nie zusammen einnehmen, Abstand von mehreren Stunden.

Nein, habe nie ein koffeinhaltiges Shampoo genommen, da ich ehrlich nicht glaube, dass ein Shampoo etwas bewirken kann.

Liebe Grüße  
Sissi

---

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente  
Posted by [Sissi](#) on Sun, 19 Jul 2020 20:28:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

P.S.: Ich glaube, Rizinusöl ist noch effektiver, aber schwer auswaschbar, hab es vor vielen Jahren mal für die Wimpern verwandt, hat gut geholfen.  
Google mal am besten nach Rizinusöl und Kokosöl, letzteres soll man bei porösen Haaren nicht anwenden, hab ich gerade gelesen, aber wenn man es nur in die Kopfhaut einmassiert, sollte das kein Problem sein.  
Viel Erfolg.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente  
Posted by [sunflor](#) on Mon, 20 Jul 2020 08:59:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe Sissi,

perfekt vielen Dank nochmal. Werd mich mal bissle einlesen und dann mal entscheiden, was ich ausprobier. Denk das ja auch nicht alles gleich hilft bei jedem, von dem her muss ich glaub einfach auch bissle Geduld haben und testen, was mir hilft.

Viele Grüße

sunflor

---

---

Subject: Aw: Haarausfall Hormone oder Medikamente

---

Posted by [Sissi](#) on Mon, 20 Jul 2020 16:14:49 GMT

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

---

Liebe sunflor,

nichts zu danken, sehr gerne. :nod:

Drücke Dir die Daumen und würde mich freuen, wenn etwas dabei ist,  
das Dir hilft.

Lieben Gruß

Sissi

---