
Subject: Links

Posted by [Kajsa](#) on Tue, 18 Aug 2020 09:55:07 GMT

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

Nach langer Zeit bin ich auch mal wieder hier. Ich bin hier sehr selten aktiv bzw. online, weil mich das Thema zunehmend depressiv macht und zu Streß führt, der den Haarausfall noch weiter verstärkt.

Mein Haarstatus ist aktuell schlechter denn je: Die kahlen Stellen lassen sich kaum noch kaschieren, weshalb ich mal wieder das Netz nach Infos absuche. Dabei habe ich 2 Seiten gefunden, die ich hilfreich und sehr informativ finde und das wollte Euch nicht vorenthalten:

Haarzentrum Heidelberg

Eine sehr gute Übersicht über schulmedizinische und naturheilkundliche Verfahren zur Behandlung von Haarausfall. Ich finde die Informationen sehr sachlich und unvoreingenommen zusammengefasst. Es wird angegeben, ob es dazu Studien gibt und wie aussagekräftig diese sind.

Ich hatte nicht den Eindruck, dass bei dieser Aufzählung eine Fachrichtung (Schulmedizin oder Naturheilkunde) aus finanziellen Interessen besonders gefördert oder ein Produkt niedermacht um die Konkurrenz auszuschalten. Viele dieser Informationen hatte ich mir so schon mühsam aus anderen Quellen zusammengesucht.

[https:// www.haar-zentrum.com/haarlexikon/therapien-minoxidil-finasterid-microneedling/wenig-wirksame-therapien/](https://www.haar-zentrum.com/haarlexikon/therapien-minoxidil-finasterid-microneedling/wenig-wirksame-therapien/)

Wildkräuter für den weiblichen Hormonhaushalt

Hier werden diverse Kräuter aufgezählt, ihre Wirkungsweise und welches Phytohormon dort enthalten ist (also Östrogen oder Progesteron)

[https:// www.kostbarenatur.net/wildkraeuter-fuer-frauen-hormonhaushalt-balancieren/](https://www.kostbarenatur.net/wildkraeuter-fuer-frauen-hormonhaushalt-balancieren/)

Vielleicht hilft es ja dem einen oder anderen :nod:
