

---

Subject: Merkwürdiger Haarausfall diffus? oder Übersäuerung?

Posted by [sunshine\\_](#) on Sun, 10 Jan 2016 19:20:23 GMT

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

---

Hallo zusammen

Ich (männlich 22-jährig) hatte bis vor 2 Jahren wirklich SEHR DICHTEN und schönen Haarwuchs. Auch wenn das eingebildet klingt; Viele Leute sprachen mich an wegen meiner extrem dichten Haarpracht!

Seit letztes Jahr nahm die Haardichte ab. Ich muss erwähnen, dass ich seit 2.5 Jahren viel Krafttraining betreibe und mich fast gar nicht basisch ernährt habe sondern TÄGLICH proteinreiche bzw. säutehaltige Lebensmittel in GROSSEN Mengen (Täglich 3-4 Eier, täglich Poulet oder Rindfleisch, täglich Magerquark, Haferflocken, Whey Protein etc..) zu mir genommen habe.

Ist es möglich, dass mein Körper stark übersäuert ist und deshalb der Körper die Mineralien, welche er benötigt, um die Säuren zu neutralisieren, aus meinem Haarboden holt? Folge --> Haarausfall?

Zu erwähnen ist auch, dass ich seit meinem 9. Lebensjahr an Schuppenflechte auf der Kopfhaut leide. Zurzeit ist es EXTREM aktiv!!! Meine ganze Kopfhaut ist betroffen und der Haarausfall ist in den letzten 3 Wochen noch extremer geworden. Besteht da ein Zusammenhang?

Vor 3 Monaten hatte ich meine Haare abrasiert, damit die Haare besser wachsen. Anbei seht ihr ein Foto. Ich tippe auf diffusen Haarausfall, da meine Haare auf dem ganzen Kopf sich stark gelichtet haben. Bis zur Mitte des Kopfes und auch hinten sind sie sehr undicht. Was denkt ihr? Ich wäre froh über jede hilfreiche Antwort! :-)

\*\* Bilder auf Wunsch Autor entfernt \*\*

---