

---

Subject: Brauche Hilfe...

Posted by [haarhoysz123](#) on Mon, 14 Aug 2006 16:55:52 GMT

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

---

Hallo!

Ich habe mir jetzt in diesem Forum einige Beiträge durchgelesen und meine Schlüsse daraus gezogen, möchte Euch aber trotzdem so fragen was ihr mir ratet.

Ich bin 21 Jahre alt und habe glaube ich immer stärkeren Haarausfall. Man muss dazu sagen, dass meine ganze Familie (Vater, Mutter und Schwester) sehr dünnes Haar haben. Mein Vater ist 52 und hat eine Halbglatze (Tonsur?). Meine Mutter sagte mir, dass er diese so ab 35 bekommen hat. Ich nehme aber an, dass er schon vorher Probleme mit den Haaren hatte. Sein Großvater allerdings hatte bis zu seinem Tode (76) keine richtige Glatze, nur relativ lichter Haar. Der Großvater meiner Mutter soll wohl auch ab 35 oder so eine richtige Glatze bekommen haben.

Mit den Geheimratecken habe ich nicht so das Problem, nur mit den immer lichter werdenden Haaren im oberen Kopfbereich.

Ich habe bis vor kurzem ein halbes Jahr Pantostin genommen, es hat allerdings nichts gebracht. Ich habe eher das Gefühl, dass es schlimmer geworden ist. Seit ca. 2 Wochen versuche ich es nun mit NEM:

Tabletten Bio-H-Tin (5mg Biotin) : nehme ich seit 1 Jahr

Tabletten: Zink Hair-Power (Zink, Provitamin A, Biotin)

Tabletten: Kieselerde+Calcium+Vitamin C

Ich bilde mir irgendwie ein, dass ich seit kurzem weniger Haar verliere. In der Dusche könnten es gut und gerne ca. 20 Haare sein. Danach beim Trocknen mit dem Handtuch auch nochmal 10. Aber auch so, wenn ich mir durch die Haare gehe habe ich immer 1-3 Haare in der Hand. Im Bett sind natürlich auch ein paar (10-20). Insgesamt komme ich auf ca. 70 Haare (einige von denen sind länger andere auch kürzer). Ich benutze auch kein Haarlack mehr, sondern nur noch Gel. Ist Gel eigentlich schädlich? Ich möchte nicht darauf verzichten, da ich meine Frisur sonst scheisse finde! Höchstens auf Haarlack könnte ich verzichten.

Als Haarshampoo benutze ich seit einiger Zeit (über 1 Jahr) das Alpecin Coffein-Shampoo gegen Haarausfall. Ich weiss nicht was ich davon halten soll. Ich habe immer sehr trockenes, strapaziertes, kaputt(?) Haar, vor allem vorne an der Stirn. Gibt es da bessere Shampoos?

Mich macht der Blick in den Spiegel immer total fertig. Ich weiss zwar, dass es nicht so schlimm ist und ich verdeck das immer ganz gut, aber ich mach mir sehr viele Gedanken. Es würde mich psychisch fertig machen, wenn es immer weiter geht.

Meine Freunde sagen auch manchmal spaßig, dass ich bald eine Glatze kriege, andere sagen, dass es noch lange nicht so schlimm ist. Naja, wenn ich ab 35 keine Haare mehr habe ist das in Ordnung bzw. nicht mehr so schlimm...

Was kann man noch sagen? Ich rauche nicht, trinke aber ab und zu, habe sehr viel Stress (auch zittrige Hände, Neurologe hat aber nichts gefunden), treibe z.Z. wenig Sport, ernähre mich eigentlich ganz ok, könnte aber trotzdem mehr Obst und Gemüse sein, onaniere ca. jeden 2.

tag und habe auch ab und zu Sex.

Folgende Fragen habe ich nun:

Was sollte ich tun? Welche NEMs kann ich noch nehmen? Sollte ich Fin nehmen? Oder dieses Sägepalmenextrakt? Ich möchte auch zum Hautarzt gehen, glaube aber nicht, dass der soviel Ahnung hat. Kann es vielleicht auch etwas mit der Schilddrüse oder den Hormonen zu tun haben? Ich will mich evtl testen lassen (ich schwitze nämlich seit ca. 1 Jahr mehr und habe teils fettige, picklige Haut im Gesicht und auf den Oberarmen+ Rücken)...

Was sollte ich für ein Shampoo nehmen um meine Haare weniger zu strapazieren?baby Shampoo?Früher hatte ich ein Guhl mehr Fülle Shampoo mit Hopfenextrakt...

Wahrscheinlich habe ich jetzt irgendwelche Angaben vergessen...aber ich wäre sehr sehr froh, wenn ihr mir helfen könntet...Ich wäre schon zufrieden, wenn ich diesen Zustand halten könnte...Ansonsten möchte ich eine haartransplantation machen.

Mit Freundlichen Grüßen

Christian

### File Attachments

1) [PICT1826.JPG](#), downloaded 629 times



2) [PICT1824.JPG](#), downloaded 593 times

