
Subject: Hallo zusammen - eine klassische Frage: Wie in meinem Fall vorgehen!?

Posted by [thesteve](#) on Tue, 04 Jul 2017 05:27:06 GMT

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

Hallo zusammen!

Mein Name ist Stephan, bin gerade 30 geworden und komme aus dem Norden - soweit das unwesentliche.

Seit einigen Jahren dünnen meine Haare immer weiter aus, richtig viele fallen meines Erachtens nicht "auf einmal" aus. Beim Stylen liegen hin und wieder mal 5-10 im Waschbecken, aber mehr auch nicht. Nichtsdestotrotz wird es mit der Zeit immer dünner da oben und belastet schon sehr. Mein Wirbel fällt zudem da hinten auch eher suboptimal. In meiner Familie gibt es bisher niemanden der Haarausfall hat - alle haben dichtes, volles Haar!

Da ich es eigentlich ohne irgendwelche "heftigeren" Dinge probieren wollte, habe ich zuerst einmal nur auf "Supplements" zurückgegriffen: Eisen, Zink, Biotin, Magnesium und ein paar Aminosäuren. Nur in kleinen Mengen, damit keine Unterversorgung entsteht. Des Weiteren nutze ich seit längerer Zeit ein sehr neutrales und selbst hergestelltes Brennnesselshampoo ohne chemische Zusätze (soll ja etwas DHT blocken?). KET-Shampoo nutze ich seit dieser Woche.

Thiocyn wird jeden Tag seit einigen Monaten ebenfalls genutzt, da ich das "neue Mittelchen" einfach mal testen wollte. Meines Erachtens sind dadurch auch viele neue kleine Flaumhäärchen entstanden, welche auch länger werden, allerdings bleiben sie meist hell und geben daher keine Fülle. Nach dem Auftragen bekommen die Haare etwas mehr Volumen und sind griffiger - also ganz so schlecht ist das Zeug wirklich nicht.

Wegen einer anderen Sache musste ich ein großes Blutbild machen lassen. Dort habe ich meinen Arzt auf eine eventuelle Unterversorgung oder ggf. Schilddrüsenfehlfunktion kurz angesprochen - er sagte jedoch die Werte seien allesamt okay. Einen speziellen Arzt habe ich bisher nicht aufgesucht. Sollte ich einen "Spezialisten" aufsuchen? Macht das Sinn?

Was meint Ihr - wie soll ich vorgehen? Es sind wie gesagt viele neue "Flaumhäärchen" in den GHE usw. gewachsen, vielleicht auch hier und da ein pigmentiertes - aber so richtig dicht wird es nicht, vor allem nicht auf dem Hinterkopf.

Meinen aktuellen "Haarstatus" könnte ihr den Bildern im Anhang entnehmen.

Von FIN würde ich absehen wollen, vorerst.

Vielen Dank bereits im Voraus! Sehr coole & kompetente Community (soweit ich das bisher beurteilen kann)

File Attachments

1) [hair.png](#), downloaded 625 times

Flaumhäärchen, ein paar vereinzelt pigmentierte sind wohl dabei!?



Ober- / Hinterkopf mit etwas nassen Haaren (trocken nicht ganz so „deutlich“)



Frontansicht nach Thiocyn & Fön am Morgen.

