
Subject: Haarausfall durch Vitamin D Mangel?

Posted by [Nalfeyn](#) on Wed, 22 Nov 2017 22:18:11 GMT

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

Hallo liebe Community!

Ich habe mich aufgrund meines Leides in diesem Forum angemeldet und hoffe, dass ihr mir weiterhelfen könnt.

Erst mal kurz zu mir:

Ich heiße Daniel, bin 24 Jahre alt und hatte eigentlich immer volles Haar.

Nun zu meinem Problem.

Seit ca. 2 1/2 Jahren werden meine Haare immer dünner. Auch am Hinterhaupt, wo ich nebenbei 3 Wirbel Haare, wird das Haar sehr lichte. Gerade an dieser Stelle ist das Haar extrem dünn.

Nun sind viele Leute voreilig, haben keine Ahnung von der Materie und urteilen schnell mit : Ja, lieber Daniel. Das ist wohl erblich bedingter Haarausfall.

Mir macht das mittlerweile wirklich Sorgen und ich fühle mich arg unwohl, wenn mich Leute darauf ansprechen.

Also habe ich einen Termin beim Hautarzt gemacht. Der ist leider erst in 2 Monaten.

Nun habe ich mich auch selber etwas schlau gelesen und oft ist davon die Rede, dass der beste Test, erblich bedingten Haarausfall festzustellen, ist, sich den Kopf des Vaters anzuschauen.

Nunja, mein Vater ist Anfang 50 und hat wunderbar volles Haar. Kurzrasiert, weil er es so mag - aber voll!

Auch mein Opa hatte bis ins späte Alter volles Haar, sowie meine Oma, Mutter & Schwester.

Deshwegen will ich nicht daran glauben & habe mir vorab schonmal Blut abnehmen lassen, da ja auch ein Mangel vorliegen könnte oder meine Hormone durch den Wind sind. Nun denn. Alle Blutwerte, Vitamine und Hormone sind im Normbereich.

Außer mein Vitamin D3 Wert. Der Arzt sprach von einem schwerwiegenden Mangel, den ich über mehrere Jahre entwickelt haben muss.

Der Mindestwert sollte 30 betragen, ich habe 8.

Nun habe ich gelesen, dass ein Vitamin D Mangel sich negativ auf das Haarwachstum auswirken kann. Sowohl auf das Nachwachsen, als auch auf die Fülle des Haars.

Mir wurden Tabletten verschrieben, um meinen Vitamin D Wert wieder zu normalisieren.

Nun meine Frage:

Kann durch einen schweren Fall von Vitamin D Mangel eine derartige Haarwachstumsstörung auftreten, so wie es bei mir der Fall ist?

Und können die Haare durch das normalisieren des Vitamin D Wertes und der daraus resultierenden Wiederversorgung der Haarwurzel wieder wachsen?

Mit freundlichen Grüßen

File Attachments

1) [20171122_232740.jpg](#), downloaded 807 times

