

---

Subject: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!

Posted by [blupp](#) on Fri, 10 Feb 2006 10:09:19 GMT

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

---

Hallo liebe Community,

Ich bin 20 Jahre alt und habe das gleiche Problem wie ihr alle hier. Vor einigen Monaten (Nov 05) ist mir aufgefallen, dass sich meine Haare auf dem Oberkopf stark ausgedünnt hatten. Am Anfang dachte ich noch, dass es Einbildung wäre, aber als mich dann meine Mutter darauf ansprach, brach für mich eine kleine Welt zusammen. Ich hielt es gar nicht für möglich, dass man schon mit 20 dünner werdendes Haar bekommen kann..... nun gut... ich habe mich darauf im Internet einwenig über mögliche Behandlungsmethoden informiert. (propecia, minox, ...) und bin dann auch schließlich zum Hautarzt gegangen (...hab mich aber nicht richtig darauf vorbereitet).

Dort hab ich ähnliche Erfahrungen gemacht wie viele von euch. Der „Arzt“ hat mir kurz auf die Birne geschaut und hat gemeint, dass ich aga hab. ((MEIN HAARZUSTAND Einige von euch würden wahrscheinlich liebend gerne mit mir tauschen (soll nicht böse gemeint sein), aber mein Haarzustand ist im Moment noch „in Ordnung“. Mein Haarzustand hat sich aber im Oberkopfbereich und im Frontbereich ziemlich verschlechtert. Die Geheimratsecken sind zwar vorhanden, aber nicht sonderlich schlimm, jedoch merke ich das auch dort das Haar dünner wird. Schuppen hab ich auch)))

Er hat mir dann gesagt, dass es 2 Möglichkeiten gäbe (1 Minox und 2 Propecia) und hat mir dann noch schnell etwas über diese Produkte erzählt, was ich eh schon wusste. Ich habe mich dann für Propecia entschieden, dies aber nochmals mit meinen Eltern besprochen. Ich nehme nun seit Anfang Dez 2005 propecia (1 mg pro tag).... Ich habe vor der Einnahme von Propecia leider nie die Anzahl meiner Haare die ausfallen festgestellt (wofür ich mir jetzt noch in Arsch beißen könnte), jedoch hatte ich beim längeren durch die Haare fahren max 1-2 haare in der Hand und auch beim Schütteln über dem Waschbecken waren es nicht mehr.

Nach Beginn der Einnahme habe ich immer wieder (was ich auch jetzt noch tue), die Anzahl der ausgefallenen Haare (beim Duschen, mit einem alten Teesieb--> hilft sehr gut) festgestellt. Was mir dabei aufgefallen ist, dass mir bis zur 4-5 woche immer so um die 50-70 Haare ausgefallen sind und nach dieser zeit etwa das doppelte, also so zwischen 120-170. (Dazu habe ich auch einen Artikel gefunden (link + textauszug--> siehe unten...Was haltet ihr davon???) .

Besonders fällt mir auf, dass mir speziell im Hinterkopfbereich (also nicht am Tonsur) viele Haare ausfallen. Kann beim durch die Haare fahren problemlos ein paar Haare zu Tage fördern. DAS IST DOCH EIGENTLICH TOTAL UNTYPISCH FÜR AGA oder?

Hab auch eine Blutuntersuchung machen lassen. (Werte stell ich noch rein?). Bei der mein Hausarzt gesagt hat, dass alles in Ordnung sei.

Ebenfalls hab ich meine Schilddrüse beim Radiologen untersuchen lassen. Der hat aber nur nen Ultraschall gemacht. „Ich glaube ich hätte ihm nicht erzählen dürfen, dass ich wegen Haarausfall da bin (hat er nämlich nach visueller Einschätzung selbst deutlich mit zu kämpfen?)“, sonst hätte er vielleicht noch ein sziogramm (oder wie auch immer des heißt) gemacht. Er hat gemeint, dass man anhand des Ultraschalls erkennen kann das alles in Ordnung sei. SUPER!!!

Ach ja, bevor ich es vergesse. Mir ist auch aufgefallen, dass mir vermehrt Augenbrauen ausfallen. Vielleicht sollte ich auch noch erwähnen, dass ich eine mittelschwere Akne hatte und diese auch behandelt hab mit Roccauthan (oder so was in der Art) über den Zeitraum von 9 Monaten. Kommt jetzt aber bitte nicht mit den Horrorgeschichten, die ich hier auch schon gelesen hab, dass

der Haarausfall davon kommt.

Ich hab zwar noch soviel zu erzählen, will euch aber nicht mit lauter Fragen überschütten. Morgen ist auch noch ein Tag und nen paar Haare werden sich bis dahin schon noch halten!!!

P.S. Das Forum ist sehr gut und einige von euch haben, wie es mir scheint, auch jede Menge Ahnung. Ich hoffe ihr könnt mir ein wenig weiterhelfen.

Vielen Dank

Was ich nehme: Propecia (original), Multivitaminab. (Centrum), viel Obst und Gemüse, neurdings wird viel Wasser getrunken

Dauer der Anwendung

Erfahrungsgemäß kann nach frühestens drei- bis sechsmonatiger Behandlung mit Finasterid der erste sichtbare Erfolg erreicht werden. Es wurde häufig davon berichtet, daß über einen Zeitraum von 24 Monaten neue Haare gebildet wurden. Kann sich nach 12 Monaten kein Erfolg einstellen, sollte die Behandlung abgebrochen werden. Bei Beginn der Behandlung ist verstärkter Haarausfall möglich, der allerdings als gutes Zeichen zu bewerten ist und signalisiert, daß die Haarfollikel einen neuen Wachstumszyklus beginnen. Propecia muß regelmäßig eingenommen werden, da nach einem Absetzen der Haarausfall erneut beginnt und spätestens nach einem Jahr der Ausgangszustand wieder erreicht ist. Das in Propecia enthaltene Finasterid kann in der Leber etwa 2 Wochen metabolisiert (gespeichert) werden. [http://www.haarausfall-info.com/haarausfall\\_mittel.htm](http://www.haarausfall-info.com/haarausfall_mittel.htm)

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!

Posted by [frühaufsteher78](#) on Fri, 10 Feb 2006 11:12:42 GMT

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

---

Mal kurz ne kleine Zwischenfrage, wie siehts mit deinem Stoffwechsel aus? Ist der eher von der schnellen Sorte?

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 11 Feb 2006 08:20:33 GMT

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

---

Hallo blupp,

willkommen im Forum.

Deine Geschichte ist eine ganz typische, wie sie viele hier im Forum erlebt haben.

Man(n) bemerkt den Haarausfall, macht sich ein wenig schlau und geht zum Arzt. Nach zwei, drei Arztbesuchen muss man sich selbst eingestehen, dass eher halbherzig diagnostiziert wurde.

Was kann ich dir für den Moment raten?

Stell doch einfach mal die Blutwerte rein, einige hier kennen sich recht gut damit aus und können dir sagen, ob wirklich das Richtige untersucht wurde und wie die Werte zu beurteilen sind. Ein Bild von deinem Haarstatus hilft sicher auch. Nimm das von oben und bei Tageslicht (ohne Blitz) auf.

Der Ausfall von Augenbäumen, der Ausfall hinter dem Tonsurbereich, das sind eigentlich keine Anzeichen von AGA.

Auch der vermehrte Ausfall steht eher in keinem Zusammenhang mit der Einnahme von Propecia. Das wäre atypisch, vor allem nach der kurzen Zeit der Einnahme.

Es würde mich nicht wirklich wundern, wenn die Diagnose AGA bei dir recht halbherzig gestellt wurde. Ein Szinti der SD und ein paar Blutwerte sind zumindest nicht zwingend ein wirklicher Ausschluss von anderen Gründen...

Grüße vom  
FrankfurtER

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [blupp](#) on Sat, 11 Feb 2006 13:54:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ frühaufsteher78:

Meinen Stoffwechsel halte ich eigentlich für ganz normal. Ist mir bis jetzt nicht aufgefallen, dass dort irgendwas nicht in Ordnung sein sollte.... warum?

@ FrankfurtER-1974:

Die Blutwerte stelle ich noch rein. Des mit den Bildern wird wahrscheinlich noch etwas dauern (digi-cam is futsch).

Was ich noch vergessen hab zu erwähnen. Auf meinen Fingernägeln hab ich mal mehr mal weniger weiße Stellen. Da muss es mir doch eigentlich auch an irgendwelchen Vitaminen/ Mineralstoffen fehlen, oder?.... Und sind diese nicht auch für den Haarwuchs mitverantwortlich?

mfg

blupp

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 11 Feb 2006 13:56:26 GMT

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

---

Zitat:Was ich noch vergessen hab zu erwähnen. Auf meinen Fingernägeln hab ich mal mehr mal weniger weiße Stellen. Da muss es mir doch eigentlich auch an irgendwelchen Vitaminen/ Mineralstoffen fehlen, oder?.... Und sind diese nicht auch für den Haarwuchs mitverantwortlich?

Jep, das kann eine Mangelercheinung sein. Mach dir in dem Fall mal Gedanken über NEMs (Nahrungsergänzungsmittel). Dazu findest du hier jede Menge Infos...

Grüße vom  
FrankfurtER

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!

Posted by [kkoo](#) on Sat, 11 Feb 2006 14:09:04 GMT

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

---

blupp schrieb am Sam, 11 Februar 2006 14:54@ frühaufsteher78:

Meinen Stoffwechsel halte ich eigentlich für ganz normal. Ist mir bis jetzt nicht aufgefallen, dass dort irgendwas nicht in Ordnung sein sollte.... warum?

@ FrankfurtER-1974:

Die Blutwerte stelle ich noch rein. Des mit den Bildern wird wahrscheinlich noch etwas dauern (digi-cam is futsch).

Was ich noch vergessen hab zu erwähnen. Auf meinen Fingernägeln hab ich mal mehr mal weniger weiße Stellen. Da muss es mir doch eigentlich auch an irgendwelchen Vitaminen/ Mineralstoffen fehlen, oder?.... Und sind diese nicht auch für den Haarwuchs mitverantwortlich?

mfg

blupp

das mit den fingernägeln klingt nach zinkmangel... das brauchts auch für haut und haare!

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!

Posted by [mare](#) on Sat, 11 Feb 2006 14:46:47 GMT

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

---

Zitat:das mit den fingernägeln klingt nach zinkmangel... das brauchts auch für haut und haare!

hab das auch, aber eigentlich kann doch bei mir garkein zinkmangel herrschen da ich allein schon durch NEMs 25mg Zink zu mir nehme...

was könnte mir noch fehlen wenn ich auf den Fingernägeln solche weißen punkte habe?

Calcium?

---

danke!

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [chris1000](#) on Sat, 11 Feb 2006 14:56:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mare schrieb am Sam, 11 Februar 2006 15:46Zitat:das mit den fingernägeln klingt nach zinkmangel... das brauchts auch für haut und haare!

hab das auch, aber eigentlich kann doch bei mri garkein zinkmangel herrschen da ich allein schon durch NEMs 25mg Zink zu mir nehme...  
was könnte mir noch fehlen wenn ich auf den Fingernägeln solche weißen punkte habe?  
Calcium?

danke!

ein paar dieser flecken hab ich auch, ernähre mich aber ausgewogen (glaub ich) und supplementiere ebenfalls zink...

?

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [Figaro03](#) on Sat, 11 Feb 2006 14:58:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie lange nehmt ihr schon das Zink?  
Euch ist bewusst, dass ein Fingernagel eine Weile braucht um zu wachsen. Ich gehe mal schätzungsweise von einem halben Jahr oder so aus. WENN also weiter unten keine weißen Flecken mehr sind und sich keine neuen bilden, dann sollte eigentlich alles in Ordnung sein. Die weißen Flecken bilden sich ja unten im Nagelbett (?) oder wie auch immer das heißt...

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [mare](#) on Sat, 11 Feb 2006 15:00:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Figaro03 schrieb am Sam, 11 Februar 2006 15:58Wie lange nehmt ihr schon das Zink?  
Euch ist bewusst, dass ein Fingernagel eine Weile braucht um zu wachsen. Ich gehe mal schätzungsweise von einem halben Jahr oder so aus. WENN also weiter unten keine weißen Flecken mehr sind und sich keine neuen bilden, dann sollte eigentlich alles in Ordnung sein. Die weißen Flecken bilden sich ja unten im Nagelbett (?) oder wie auch immer das heißt...

nehme zink seit ca. 3-4 monaten...  
und ja es stimmt sie sind jetzt eher gegen ende der fingernägel...

naja aber hab mal gehört es soll kalzium mangel sein, stimmt das?

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [thursday](#) on Sat, 11 Feb 2006 15:12:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

habe auch sehr viele dieser weissen flecke. allerdings kann es bei mir nicht an zink mangel liegen.....!!  
was können diese flecke den noch alles bedeuten ??

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [chris1000](#) on Sat, 11 Feb 2006 15:14:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mare schrieb am Sam, 11 Februar 2006 16:00nehme zink seit ca. 3-4 monaten...  
und ja es stimmt sie sind jetzt eher gegen ende der fingernägel...

ähnliches gilt für mich: zink seit ca. 2 monaten, die flecken sind eher im bereich von der mitte des nagels bis zum vorderen ende. hab aber so wenige, dass ich bezweifle, ob das aussagekräftig ist...

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 11 Feb 2006 15:22:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Weiße Felcken deuten normalerweise auf Zink- oder Eisenmangel hin.

Bei Kalziummangel werden die Fingernägel eher weich und brechen leicht.

Es können aber auch äußere Einflüsse zu solchen weißen Flecken führen.

Grüße vom  
FrankfurtER

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [Figaro03](#) on Sat, 11 Feb 2006 15:31:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

So Herr Dr. Landzettel weiß es besser:  
Macht nicht zuviel Maniküre, Jungs!

Anfrage:

Sehr geehrter Dr. Landzettel,

ich habe mal gehört, dass weiße Flecken auf den Fingernägeln wegen Calciummangel entstehen, und nehme dann immer mal eine Brausetablette - ist das falsch?

Danke und viele Grüße,

Mareike

Antwort:

Hallo Mareike,

ich danke für die Anfrage. Eigentlich weiß man nicht genau, warum weiße Flecken an den Fingernägeln entstehen können, obwohl sie die häufigsten Nagelveränderungen sind. Mit Calciummangel haben sie wahrscheinlich nichts zu tun. Bei dünnen und splitternden Nägeln kann man es mit Calciumtabletten versuchen.

Die weißen Flecken finden sich meist bei jüngeren Menschen. Sie können kleinfleckig oder auch streifig aussehen. Manche vermuten, dass es sich um Luft handelt, die sich in den Nagel eingebettet hat. Dafür könnte sprechen, dass die Flecken nach Prellungen oder auch nach Einrissen am freien Nagelrand entstehen können. Häufig werden sie auch bei Menschen beobachtet, die ihre Nägel zu stark maniküren oder das Nagelhäutchen zurückschieben.

Die punktförmigen oder streifigen Flecken beginnen in der Regel hinten an dem "Halbmöndchen" ("Lunula") und wachsen dann nach vorne. Manche Frauen beobachten, dass die Flecken nach starken Belastungen (Menstruation?) entstehen. Es gibt auch eine Form, bei der die Weißverfärbung auf den ganzen Nagel übergreift. Diese Form wird "autosomal dominant" vererbt.

Wie kann man weiße Flecken vermeiden?

Vermeide starke mechanische Beanspruchung, vor allem treibe keine zu starke Maniküre, besonders beim Zurückschieben des Nagelhäutchens.

Weißer Flecken sind nicht schlimmes oder krankhaft. Take it easy!

Viele Grüße H. J. Landzettel

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!

Posted by [kkoo](#) on Sat, 11 Feb 2006 15:38:21 GMT

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

---

ich glaub, das kann bis zu 6 monaten dauern, ehe ein zink- o. eisenmangel durch Nems richtig ausgeglichen ist...

---

Subject: Meine Blutwerte

Posted by [blupp](#) on Sat, 11 Feb 2006 16:25:20 GMT

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

so hier meine blutwerte..... hab leider nicht die ganzen hormonwerte bestimmen lassen von denen ihr immer sprecht. (hatte ich mich noch nicht im internet informiert). bringt also wahrscheinlich eh nicht soviel.

magnesium wurde auch noch getestet. liegt aber auch im normalen Bereich.  
zink fehlt, warum? ist des nicht auch immer dabei?

ich hoffe ihr könnt mir weiterhelfen.....

(die blutuntersuchung hat übrigens der hausarzt gemacht)

## File Attachments

---

1) [lwf1.JPG](#), downloaded 345 times

Untersuchung	Messwert	Dimension	Normbereich
AUTOMATEN-PROFIL			
Calcium/S (*1)	2.45	mm/l	2.20 bis 3
Eisen/S	99	µg/dl	70 bis 150
Kalium/S	4.34	mm/l	3.60 bis 5
Natrium/S	139	mm/l	134 bis 15
Alkal. Phosphatase	70	U/l	30 bis 120
Cholinesterase	9165	U/l	4620 bis 1
Hinweis: Geänderter Referenzbereich ab 24.06.05!			
Gamma-GT	35	U/l	7 bis 49
GOT	23	U/l	10 bis 50
GPT	25	U/l	10 bis 50
LDH	162	U/l	130 bis 26
GROßES BLUTBILD			
Leukozyten	5.82	/nl	4.30 bis 1
Erythrozyten	5.3	/pl	4.4 bis 5
Hämoglobin	15.2	g/dl	13.0 bis 1
Hämatokrit	46	%	40 bis 52
MCV	87	fl	83 bis 97
MBE (MCH)	29	pg	27 bis 32
MCHC	33	g/dl	32 bis 36
Thrombozyten	191	/nl	140 bis 44
Segmentkernige	53.2	%	45.0 bis 7
Eosinophile	3.3	%	bis 4.0
Basophile	0.2	%	bis 2.0
Monozyten	7.7	%	bis 9.0
Lymphozyten	35.6	%	20.0 bis 4
Gesamteiweiß	78	g/l	64 bis 83
Harnsäure	5.9	mg/dl	2.6 bis 6
Harnstoff	32	mg/dl	10 bis 45
Kreatinin	1.02	mg/dl	0.70 bis 1
Glucose/Serum (*2)	95	mg/dl	60 bis 120
Cholesterin (*3)	169	mg/dl	110 bis 22
Triglyceride (*4)	94	mg/dl	50 bis 150

Subject: Re: Meine Blutwerte  
Posted by [Quick](#) on Sat, 11 Feb 2006 16:28:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich kann da nichts auffälliges sehen, ist halt nur blöd das so viele werte fehlen, auch wenn dein TSH im normbereich ist könnt's ein hormonungleichgewicht bz. der schilddrüse geben. und sexualhormone müssten auch noch gemacht werden...

Quick

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [frühaufsteher78](#) on Sun, 12 Feb 2006 09:37:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Weil ich so des öfteren den Eindruck habe, dass sich das "Verhalten" des HA auch über den Stoffwechsel zeigt. Ich hab seit 11 Jahren HA und verliere auch relativ viele Haare. Trotzdem hat sich in dem Zeitraum mein Schopf in Relation zum HA nur minimal verschlechtert. Andere die ich kenne, haben eigentlich immer nur sehr wenig Haare verloren, optisch aber deutliche Einbußen gehabt.

Die Frage ist aber nun, warum fallen mir bzw. dir so viele Haare aus und dennoch ist dein optischer Zustand relativ gut?

Ich hab einen extrem hohen Stoffwechsel (ich hock mind. 4mal am Tag auf der Schüssel \*g\*), ich verliere relativ viele Haare (vor allem Augenbrauen, das sieht man aber überhaupt nicht), aber das meiste davon wächst sofort wieder nach.

Deshalb ist für mich die Anzahl der Haare die Ausfallen, auch kein wirklicher Indikator mehr für die Stärke der Alopezie. Bei manchen lösen 30-50 Haare am Tag eine Katastrophe aus (sind auf dem besten Weg zur Glatze), bei anderen fallen die gut 100 Haare kaum ins Gewicht.

---

---

Subject: Re: Leidensgenosse stellt sich vor!!!!  
Posted by [Flo2006](#) on Sun, 12 Feb 2006 12:29:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ausser das ich fünf Jahre älter bin ist bei mir praktisch alles 1:1 wie von dir geschildert. Schilddrüse solltest du allerdings falls du Zweifel hast mal beim Spezialisten untersuchen lassen, wie gesagt bei mir ist praktisch alles wie von dir geschildert und ich hab eine leichte SD Unterfunktion.

blupp schrieb am Fre, 10 Februar 2006 11:09 Was mir dabei aufgefallen ist, dass mir bis zur 4-5 Woche immer so um die 50-70 Haare ausgefallen sind und nach dieser Zeit etwa das Doppelte, also so zwischen 120-170. (Dazu habe ich auch einen Artikel gefunden (link + Textauszug--> siehe unten... Was haltet ihr davon???) ).

Besonders fällt mir auf, dass mir speziell im Hinterkopfbereich (also nicht am Tonsur) viele Haare ausfallen. Kann beim Durchkämmen die Haare fadenförmig ein paar Haare zu Tage fördern. DAS IST DOCH EIGENTLICH TOTAL UNTYPISCH FÜR AGA oder?

Das nach 4-5 wochen massiv mehr haare ausfallen ist bei mir auch. Weiß nicht ob es an fin liegt, an thyroxin(das ich seit 5wochen nehme) oder an einem zusammenwirken mit den diversen teils hochdosierten NEMs.

Vielleicht ist es tatsächlich ein gutes zeichen aber ich werd den verdacht nicht los, dass da irgendwas ist, was den HA triggert.

Naja Mittw bin ich in der Hautklinik allerdings erwarte ich mir nicht viel, der typ hat ne platte und meinte das wäre "bei männern eben normal".