

---

Subject: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 11:02:04 GMT

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

---

Hallo zusammen ...

Ich will mich kurz fassen ( sofern das geht )

Ich bin 26 und leide seit ca. 3 Jahren an Haarausfall und seit 6 Jahren an Schuppenflechte.. Es hat vorne bei den Geheimratsecken angefangen ( anfangs erstmal nur auf einer Seite ! )

Ich bin zum Arzt und der wollte mir ein Mittel verschreiben. Eine Tablette - Ich hab mir alles durchgelesen und dann entschieden sie doch nicht zu nehmen.

Ich fand die Nebenwirkungen einfach zu heftig.

Ich war damals dabei eine Wohnung zu renovieren. Dachte der Haarausfall kommt vom Stress und es legt sich wieder.

Es wurde schlimmer, aber ich hab es hingenommen. Habe lockige Haare und konnte alles super kaschieren.

Das ganze hat sich durch die Jahre gezogen und wurde schlimmer.

Am Ende war es ein Teufelskreislauf.

Ich stand morgens eine Stunde vor dem Spiegel um meine Haare so hinzukämmen, dass man nix sah.

Das konnte ich gut ... keinem ist was aufgefallen.

Aber die Haare haben mein Leben langsam bestimmt.

Ich bin nimmer ins Schwimmbad.

Keiner durfte meine Haare anlangen ( könnte ja was freilegen ... lichte Stelle)

Freundin war auch extrem schwierig. Hat auch vieles kaputt gemacht - Wenn sie bei mir geschlafen hat bin ich gleich nach dem aufstehen ins Bad

und hab erst mal ne halbe Stunde alles gerichtet - so das sie nix mitbekommt.

Durch meine Locken hab ich die Haare morgens so extrem heiß geföhnt um sie glatt zu bekommen, dass sie alle mehr oder weniger kaputt gingen.

Staub trocken - wie Stroh ! Aber was sollte ich machen ? Ich musste ja alles hin kämmen.

Wenn es im Bad nicht geklappt hat - bin ich fast durchgedreht. Hab den Kamm zerbrochen und auch mal in die Duschkabine getreten .... usw.

Ohne "perfekte" Haare ging nichts bei mir. Ich bin über 1.90 groß und machte Sport im Studio.

Es passte alles.... nur die Haare machten mich kaputt - und ich die Haare

Vor ca. 1,5 Monaten kam dann der Tag des "Schreckens"

Ich war in einer Disco sehr weit weg von daheim. Hatte gut getrunken ( zu viel ) ... Ging aufs Klo und sah das meine Haare total versaust waren.

Ich bin was durchgedreht. Bin in die Klokabine und hab mit Hilfe meines Handys und Bildern von oben die ich selbst von meinem Kopf machte versucht alles wieder zu richten.

Mir kamen die Tränen und ich wusste jetzt bin ich unten angekommen

Als ich wieder daheim war wollte ich so nimmer weiter machen.... ich hatte Urlaub in dieser Woche und konnte kaum schlafen... 3 Tage später um 3 Uhr Nachts hatte ich eine

Art Kurzschlussreaktion ... Ich hatte die Anblick nicht mehr ausgehalten. Bin ins Bad und habe meine Mähne komplett abrasiert. 3-7cm lange Haare vielen auf den Boden.  
Als ich das Ergebnis sah - brach ich fast zusammen. Kribbeln im Gesicht - zittern usw.

Ich wollte nicht mehr weiter machen.... Ich wollte nimmer. Ich habe keine tolle Kopfform und es sah schrecklich aus. 3 Tage lang lag ich daheim. Bei jedem Blick in den Spiegel ging es mir schlechter.

Es kamen 3 extreme Dinge auf einmal . Nicht schleichend ... sondern Knallhart.

1. Die Kopfform ( So hatte ich es noch nie gesehen )
2. Die kurzen Haare ( Dabei waren meine langen hoch gestellten Haare irgendwie mein Markenzeichen )
3. Die kahlen / lichten Stellen die nur jeder sehen wird.

Die Tage vergingen ... ich zog mich zurück.

Ging nicht mehr weg.

Ich war ein Partymensch - jedes WE Feiern ... trinken .... tanzen....

Ins Studio ging ich nicht mehr ( inzwischen ganz abgemeldet ) - wegen den Haaren.

Im Geschäft hatte ich nur noch eine Kapuze an.

Ich sagte ich musste mir die Haare runterschneiden wegen meiner Schuppenflechte - damit ich diese besser

behandeln kann. ( Was sicherlich auch gut war - seitdem ist sie viel besser geworden )

Ich habe keine Freundin.

Keine Hobbies mehr. ( nur noch DVD gucken und PC Spielen - aber das macht mir auch kaum mehr Spaß )

Mein Freundeskreis ist schon länger sehr dünn geworden. Alle haben eine Freundin oder machen kaum mehr was.

Eigentlich habe ich nur noch einen guten Freund. Der auch von meinem Leiden von mir erfahren hat.

Ich habe an nichts mehr eine Freude und im Geschäft bin ich überfordert. Ich bekomme nichts mehr auf die Reihe

und die Haare geben mir den Rest.

Ich war 4 Mal bei meiner Hausärztin zu psychologischen Gesprächen...diese habe mir aber nichts gebracht.

Ich habe Ihre Ratschläge versucht umzusetzen ... aber irgendwie brachte das nichts.

Ich habe mich getraut in eine Disco zu gehen, aber ich fühlte mich nur unwohl und mein Selbstvertrauen lag und

liegt bei 0. Früher war das alles anders.

Als ich daheim war nach der Disco versank ich in meinen Einsamkeitsgedanken. Ich war alleine - keine Freundin

die mit einem einschläft und aufwacht ect.

Ich versinke immer tiefer. Möchte irgendwie nicht zu einem Psychologen - da ich keine Kraft

dazu habe.

Medikamente will ich auch nicht nehmen weil ich denke ich schaff es ohne.

Ich will das es wieder so wird wie früher !

Einen Bekanntenkreis... Freunde. Eine Freundin.

Hobbies. Auch mal das "MICH" jemand anruft.

Will wieder Leben und glücklich sein....

Aber ich steh mir selbst im weg und diese Haargeschichte nimmt mir jede Hoffnung und Antrieb und Selbstvertrauen.

Habe auch schon böse Gedanken gehabt !

Vor ein wenig mehr als einem Monat habe ich angefangen Minoxidil 5% zu nehmen. Morgens und Abends.

Inzwischen sie die "gesunden" Haare über einen cm lang und es sieht zunehmend seltsamer aus.

Da der Kontrast zwischen lichten Stellen und den dichten Stellen immer größer wird.

Bin am überlegen sie wieder auf ein Paar mm zu kürzen. Hab aber Angst davor.

Ab und zu erfreue ich mich an etwas. Wenn meine Katze was lustiges macht oder etwas in der Art.

Nach wenigen Minuten verfall ich aber wieder in den Zustand dieser Depression die ich habe.

Ich kann gerne Bilder hochladen ... habe einige gemacht in den letzten Wochen !

Würd mich freuen wenn das hier einer gelesen hat und was schreibt.

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [pilos](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:00:38 GMT

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

---

Ripper schrieb am Sun, 25 November 2012 13:02

Ich kann gerne Bilder hochladen ...

wieso den nicht?

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:08:11 GMT

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

Hier mal ne Woche nach dem runterschnippeln....

## File Attachments

---

1) [1.jpg](#), downloaded 916 times



Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:08:36 GMT

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

---

Noch eines...

### File Attachments

---

1) [2.jpg](#), downloaded 812 times



Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:10:46 GMT

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

---

Das nun etwas jünger ....

### File Attachments

---

1) [3.jpg](#), downloaded 793 times



Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:12:46 GMT

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

---

Bei dem Bild könnt ich fast wieder heulen !

Das ist das neuste von meiner " schlimmeren " Geheimratsecke !

### File Attachments

---

1) [4.jpg](#), downloaded 824 times



Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [pilos](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:14:03 GMT

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

---

.  
das sieht noch sehr gut aus....noch guten status um mit fin+minox als topical viel zu reißen

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:14:46 GMT

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

---

Und nochmal das aktuellste von meinem Hinterkopf....auch nicht viel besser als vorne!

Ich bin Ratlos ! Bin mir auch net sicher ob Minox da noch was helfen soll....

#### File Attachments

---

1) [5.jpg](#), downloaded 810 times



Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:16:32 GMT

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

---

auf dem letzten Bild siehst du die ganzen kleinen Haare ? Und auch in der GH ?  
Meine Frage ist nun ? werden diese kleinen Haare ( die dünnen ) durch das Minox genau so dick und schwarz wie die anderen ?  
Oder bleiben die eher so dünn ?

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [pilos](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:16:32 GMT

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

---

Ripper schrieb am Sun, 25 November 2012 14:12Bei dem Bild könnt ich fast wieder heulen !  
Das ist das neuste von meiner " schlimmeren " Geheimratsecke !

quatsch....einfach fin ins minox geben und weitermachen

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [pilos](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:18:25 GMT

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

---

Ripper schrieb am Sun, 25 November 2012 14:16auf dem letzten Bild siehst du die ganzen kleinen Haare ? Und auch in der GH ?  
Meine Frage ist nun ? werden diese kleinen Haare ( die dünnen ) durch das Minox genau so dick und schwarz wie die anderen ?  
Oder bleiben die eher so dünn ?

das wird sich noch zeigen wie guter responder du bist

hättest früher anfangen sollen, anstatt kaschier-spielchen zu betreiben

die beste verteidigung war schon immer der angriff...

---

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!  
Posted by [rk22](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:22:53 GMT

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

---

wenn du böse Gedanken hattest dann beginne auch mit fin.. wünsche dir gute Besserung

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!  
Posted by [Ripper](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:41:20 GMT

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

---

Was hat das mit FIN zu tun ?

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!  
Posted by [rk22](#) on Sun, 25 Nov 2012 12:52:33 GMT

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

---

ich dachte nimmt vielleicht dein Leidensdruck weg und mit minox das effektivste gegen Haarausfall was soll ich machen wenn ich böse Gedanken habe? Lieber nehme ich Nebenwirkungen in Kauf und lebe..

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!  
Posted by [Tuna83](#) on Mon, 26 Nov 2012 21:54:46 GMT

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

---

Wenn du Glück hast können Medikamente wieder was zurückholen.  
Kopfform sieht nicht so schlecht aus von dem was man sieht. Kannst ja noch ein Profilfoto reinstellen dass man es besser beurteilen kann.

---

Du musst stark sein bis es dir wieder besser geht.

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!  
Posted by [Ripper](#) on Mon, 26 Nov 2012 22:05:25 GMT

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

---

Ich würd nur zu gerne wissen ob die dünnen Haare am Hinterkopf die noch da sind wieder so dick werden wie früher

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Enissad](#) on Thu, 29 Nov 2012 16:23:41 GMT

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

---

Ich würde dir raten zu lernen die neue Situation zu akzeptieren. Dich an Fin und Minox zu klammern wie viele es hier vorschlagen verlängert doch nur den Teufelskreis während dem du versuchst deine alte Frisur/Haarstatus zu bekommen. Das wird aber nicht passieren. Selbst wenn die Meds, die hier empfohlen werden wirken (woran ich ein paar Zweifel habe) wirst du trotzdem nicht mehr wie mit 18 aussehen. Dafür nimmst du Nebenwirkungen und noch wichtiger den endlosen Kampf um die Vergangenheit in Kauf.

Auf den Bildern kann man nicht viel zu deiner Kopfform sagen, aber schlimm sieht sie dort sicher nicht aus. Und ja, volle Haare sehen bei einigen/vielen Menschen besser aus. Aber viel katastrophaler als diese winzige Abweichung vom Schönheitsideal wiegt deine psychische Reaktion darauf. Selbstunsicherheit ist der Attraktivitätskiller schlechthin und fällt fast genauso schnell auf wie das Aussehen. Hättest du dir ganz am Anfang die Haare abgeschnitten (oder den Ausfall ignoriert) und wärest damit offensiv umgegangen hättest du vielleicht ein zwei Tage verwunderte Blicker geerntet und dann wäre alles seinen normalen Gang gelaufen. So hast du dich in eine Situation manövriert die dir erheblich mehr Probleme bereitet. Das kann man nun nicht mehr ändern, aber du kannst deine Zukunft noch ändern.

Daher klammer dich nicht noch die nächsten Jahre an Strohhalme sondern lerne dich so zu akzeptieren wie du nunmal bist. Abgedroschender Spruch aber wahr.

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [swissTemples](#) on Mon, 17 Dec 2012 12:45:29 GMT

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

---

Das klingt ja schon ziemlich arg. Ich denke du solltest es trotzdem mal mit einem Psychologen probieren, die nehmen dir keine Kraft sondern geben dir welche wenn es nicht komplette Vollidioten sind (gibts ab und zu leider).

Wie sieht's bei dir denn mit Fitness aus? Hab als ich von NW0 relativ fix auf NW2 gerutscht bin auch übelste Komplexe und Depressionen gekriegt aber das Fitnessstudio hat mir sehr geholfen was das anbelangt. Durch Fin hab ich jetzt auch meinen Haarausfall gestoppt und kann mit der momentanen Situation recht gut leben. Etwas Neuwuchs wär schön aber was solls.

---

Subject: Aw: 26 Jahre / Starker Haarausfall / Minox angefangen!

Posted by [Fidentia-Hair](#) on Mon, 17 Dec 2012 21:27:41 GMT

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

---

Maaaaan Ripper, scheiße ich kann dich so gut verstehen. Als ich das gelesen habe, sind meine Erinnerungen meiner Situation wieder total hochgekommen. Irgendwie muss ich dir jetzt auch erstmal danken, weil du mir gerade einen extremen Motivationsschub gegeben hast, warum ich mich in dem Bereich selbstständig gemacht habe. Ich möchte einfach, Leuten denen es so ging wie mir und dir helfen und das kann ich aber gleichzeitig doch nur mit meiner ganzen

Leidenschaft und zeitlichen Kapazitäten, wenn ich damit auch meinen Lebensunterhalt finanziere.

Ich will dir gar keine Tipps geben, den ich maße es mir nicht an die richtige Lösung für andere zu kennen. Was ich allerdings kann, ist über einzelne Lösungen etwas sagen und über meine ganz persönlichen Erfahrungen zu berichten. Daraus kannst du für dich ableiten, was du für richtig hältst.

Also: meine Situation war sehr ähnlich zu deiner. Ich bin auch schon ausgerastet, war nahe an einer Depression oder schon drin. Insbesondere weil ich davor mit 16, 17 total glücklich war mit meinem Leben. Ich war ein Jahr auf der Highschool, war ein richtiger Partylöwe, hatte die hübscheste Freundin der Schule und wurde Promking. Alles sehr oberflächlich aber ist mir egal. Ich war ja glücklich - vielleicht bin ich auch einfach oberflächlich. Aber alles philosophische Nachdenken bringt doch nichts, es bringt nur etwas an seinem Weg zum Glück zu arbeiten, sich an die Eier zu packen und an der Situation etwas zu ändern. Der alte Partytyp steckt doch in dir, also kehr ihn raus !! Mache das erst im Verborgenen mit kleinen Schritten. Hab aber immer die "Realutopie" in deiner Vorstellung: Du wieder so wie früher! Unter Leuten, sportlich, charmant, offen, mitten im Leben...!

Rufe dir diese Vorstellung so oft es geht ab!! Du bist diese Vorstellung (noch) nicht aber scheiß erst mal drauf. Du musst sie so real vor dir sehen, dass es deine depressiven Gedanken wegbläst.

Ok, jetzt schreibe ich doch als Ratschlag und spreche dich dabei an. Aber genau so war es bei mir. Ich schreib nur ungern so im Egoton ohne dich anzusprechen.

Wenn du das verinnerlichst, dann geh weg von der Couch und setz dich an den PC. Recherchiere STUNDEN hier im Forum, in englischen Foren, auf Anbieterseiten und und und Treff dich mit Leidensgenossen, geh unverbindlich mal zu einem Zweithaarstudio, zu einer Haartransplantationspraxis usw. Sag nicht im Vornherein: Dies und das will ich nicht. Du musst dich darüber informieren und dann erst fälle eine Entscheidung. ES GIBT EINE LÖSUNG für alle! Davon bin ich fest überzeugt.

Mir persönlich hat Schütthaar+Minoxidil enorm geholfen. Ich konnte meinen Bachelor sehr erfolgreich machen, hatte spaßige Phasen aber um ehrlich zu sein subtil hatte ich doch immer diesen Widerstand so richtig glücklich und entspannt zu sein. Das hat sich erst gelegt, als ich mich für ein Haarteil entschieden hab. Warum? Weil ich der Meinung bin, dass man mit einem Haarteil absolut geil aussehendes Haar haben kann, noch besser als man es früher vielleicht von Natur aus hatte!!

Ripper, ich wünsch dir alles Gute! Raff dich auf! Es wird wieder!! Wenn du Fragen hast, kannst du mich gerne kontaktieren. Stell deine Fragen auch weiter hier im Forum, dann hilft es auch anderen.

Gruß  
Michael

P.s.: Ich schreibe hier ja nicht anonym. Wer nach meinem Namen googelt findet wahrscheinlich auch meine Beiträge hier und findet heraus, dass ich ein Haarteil trage. Es weiß eigentlich

kaum jemand, dass ich ein Haarteil trage aber wenn ist es mir völlig scheiß egal! Niemand kann mir etwas, weil ich persönlich glücklich bin. Ich hab meine Realutopie erreicht und das können die wenigsten von sich sagen. Denn die meisten leben nur in den Tag, haben nur wenn überhaupt mittelmäßige Ziele und verletzen aus ihrem Frust gerne andere. Mich kann man nicht verletzen.

Ich kann allen nur sagen: Baut euch eure Realutopie auf. Ihr müsst ganz konkrete Vorstellungen davon haben, wie ihr leben wollte. Jede außergewöhnliche Idee, jede außergewöhnliche Leistung nimmt so ihren Anfang! Von unzähligen Biografien die ich gelesen habe - von Reinhold Messner, der unmenschliches geschafft hat, über Martin Luther King, Ghandi - habe ich immer dieses Prinzip herausgelesen.

---