

---

Subject: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Weareallinthistgether](#) on Thu, 04 Apr 2019 20:58:19 GMT

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

---

Hey!!

Bin neu auf die Seite gestoßen und hab ein Problem. Zu mir ich bin weiblich 20j. Und leide schon seit dem ich ca. 17-18 bin an HA. Letztes Jahr hat der sich aber so drastisch verschlimmert. Ich war bei Ärzten meine Hormone liegen im Normalbereich. Außer etwas Vitamin B12 und D3 fehlt mir nichts. Da nehme ich aber auch scho seit 3 Monaten Tabletten.

Ich war daraufhin bei einer Haarsprechstunde, wo die Ärztin meinte mein HÄ ist androgenetisch. Das sehe sie sofort. Sie hat weder zupfstest noch Tricho gemacht sie hat einfach nur auf mein Kopf geschaut? Minox und PRP sonst hilft nichts sagte sie.

Aber meine Haare werden nicht nur am Scheitel dünner, sondern auch an den Seiten, wenn ich mir ein Dutt, Zopf oder meine Haare nach hinten machen will, sieht man an den Ohren entlang schon die Kopfhaut durch.. die Geheimratsecken sind dabei leichter befallen. Am stärksten meiner einzig mach hinterer Oberkopf und die Seiten. Trotzdem dünnt sich das Haar überall aus.

Ist das denn ein Muster für AGA?

Ich hab zwar ein Termin bei einer anderen Haarsprechstunde doch der ist noch lang voraus.. ich muss die auch alle privat zahlen und recht billig sind die Sprechstunden nicht.. deshalb bitte ich auch hier um eure Meinung. Was meint ihr ?

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [BärtigerNW1](#) on Thu, 04 Apr 2019 23:27:23 GMT

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

---

Vitamin D ist schon sehr wichtig für die Haare, also unbedingt weiterverfolgen, dass du auf einen guten Spiegel kommst.

Außerdem natürlich die Schilddrüsenwerte, allerdings gehe ich davon aus, dass alles passt, wenn die "Hormonwerte" passen.

Dass du überall ausdünnst spricht nicht unbedingt für einen erblich bedingten Ausfall. Das passt sehr gut zum Vitamin D Mangel.

Da Du erst seit 3 Monaten supplementiert dauert das natürlich alles ein wenig, bis sich der Haarausfall bessert.

Weißt Du denn den Wert? Und wie viele Einheiten nimmst Du pro Tag?

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Weareallinthistgether](#) on Fri, 05 Apr 2019 07:47:16 GMT

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

---

Hey danke für deine Nachricht! Aber mein Mangel an Vit D ist so gering dass es doch wahrscheinlich eher nicht davon kommt oder ? Ich Hefte mal meine Werte an. Ich nehme einmal wöchentlich 20 000 I.E. weil die wohl extra Hochdosiert sind nur 1x wöchentlich..

### File Attachments

1) [045B75D5-E5A5-4579-AD95-65B5B8516A9F.png](#), downloaded 319 times

---

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [BärtigerNW1](#) on Fri, 05 Apr 2019 12:26:20 GMT

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

---

Es ist in der Tat nicht ganz so gravierend, dennoch ein ausgeprägter Mangel. Du hast etwa 20 ng/ml. Der optimale Bereich liegt zwischen 40-60 ng/ml. Die Menschen, die in den tropischen Ländern, haben von Natur aus auch gerne mal 70-80 ng/ml im Blut.

Das mit den 20.000 müsste soweit passen, da ja jetzt die Sonne auch wieder hoch genug steht. Das musst du aber unbedingt mit Fett zu dir nehmen, also am besten nach dem Mittagessen oder so. Außerdem wäre es gut, gleichzeitig (hochwertiges) Magnesium zu nehmen. Das verbessert die Aufnahme vom Vitamin D.

---

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Rico777](#) on Sat, 06 Apr 2019 04:12:31 GMT

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

---

An deiner Stelle würde ich mal die Schilddrüse untersuchen lassen du hast eventuell ne leichte Unterfunktion dein Tsh wert ist relativ hoch wenn sonst alle Werte i. Ordnung sind würde ich mal zu einem Endokrinologen

---

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Weareallinthistgether](#) on Sat, 06 Apr 2019 08:59:03 GMT

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

---

Hey danke für den Tipp, die Werte sind tatsächlich vom endokrinoloegen der meinte, dass meine Schilddrüse o.k. Sei. Ich sollte da mal lieber zum Spezialisten, vielen Dank :)

---

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Faraday](#) on Sat, 06 Apr 2019 20:18:46 GMT

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

---

Deine roten Blutkörperchen sind zu klein. Das hätte dem Arzt eigentlich auffallen müssen. Dieser Zustand wird als mikrozytäre Anämie bezeichnet. Das sieht man am MCV-Wert, der mit 67,5 Femtoliter schon sehr niedrig ist. Aus meiner Sicht ist das ein Fall für einen Hämatologen. Die Anämie ist mikrozytär und hypochrom. Dafür kann es verschiedene Ursachen geben.

---

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Weareallinthistgether](#) on Sat, 06 Apr 2019 22:19:56 GMT

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

---

Oh okay das ist ja schon etwas, komisch dass es dem Arzt nicht aufgefallen ist!! Vielen Dank :)

---

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Faraday](#) on Sun, 07 Apr 2019 10:42:07 GMT

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

---

Die Anämie muss auf jeden Fall behandelt werden.  
Bei jungen Frauen ist oft eine zu starke Monatsblutung die Ursache für eine solche Anämie.

Ferner empfehle ich konsequenten Sonnenschutz für die Kopfhaut. Im Frühling wird die Gefahr eines Kopfhaut-Sonnenbrandes oft unterschätzt und wenn das Haar bereits ausgedünnt ist, kann es die Kopfhaut nicht mehr vor der UVB-Strahlung schützen.

---

---

Subject: Aw: Welche art HA ist es denn nun?

Posted by [Weareallinthistgether](#) on Sun, 07 Apr 2019 19:29:32 GMT

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

---

Danke für deine Tipps und Hilfe :)

---