
Subject: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion
Posted by [Axs_589](#) on Mon, 01 Feb 2021 23:18:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich bin M21 und habe seitdem ich 16 Jahre alt bin eine nachgewiesene Schilddrüsenunterfunktion und deshalb stark ausgedünntes Haar. Anfangs wurde das Haar „nur“ dünner und brüchiger bis es wie aktuell insgesamt ausgedünnt und lichter wurde. Ich hab mich im Internet und auch bei meinem Hausarzt sowie Hautarzt informiert und wobei die Ärzte die Sache immer mit einem „ja, da kann man nix machen“ oder „das stellt sich schon mit der Schilddrüse wieder ein“ abgetan ohne genauer drauf zu schauen. Das ganze hat mich psychisch schon ziemlich bedrückt (fast schon depressiv), weil ich mich nirgendwo hingehen traue ohne meinen Kopf zu bedecken, außer bei der Arbeit wobei die komischen Blicke der Kunden da auch extrem weh tun. Es sehr wahrscheinlich diffuser Haarausfall bedingt durch die Unterfunktion, was man vor allem an dem typischen Stellen der Lichtungen (im Seitenbereich um die Ohren vor allem einseitig, Deckhaar außer am vorderen und hinteren Haaransatz, keine Geheimratsecken). Seit November letzten Jahres ist er TSH-Wert ideal eingestellt (laut meinem Hausarzt).

Zusätzlich benutze ich seit 2 Jahren durchgehend Minoxidil-Öl 5% und nehme auch Nährstoff-Präparate ein (mit Zink, Eisen, Vitamin D, Biotin usw.) mit mäßigen bis keinen Erfolg.

Nun wollte ich wissen, ob jmd ähnliche Erfahrungen damit hat/ hatte oder ungefähr weiß wie lange es dauert bis sich das Haar zumindest wieder halbwegs normalisiert nachdem sich die Schilddrüse wieder eingependelt hat. Dauert das wirklich mind. 6 bis 12 Monate wie ich mal gelesen habe?

Ich weiß, dass es wenig bringt nur rumzujammern, aber ich bin mittlerweile nervlich am Ende und verzweifelt. Ich möchte einfach nicht mehr mein Leben durch dieses Thema Tag für Tag bestimmen lassen.

Danke schonmal für die Antworten!

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion
Posted by [Axs_589](#) on Mon, 01 Feb 2021 23:23:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bild 3

File Attachments

1) [A06C6B50-98AA-4231-9A9C-7E22A324C0BE.jpeg](#), downloaded 251 times



Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Homers](#) on Mon, 01 Feb 2021 23:33:14 GMT

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

Dein Fall ist sicherlich nicht leicht zu behandeln. Da deine Werte erst seit November optimal sind, kann sich haartechnisch noch einiges (zum Positiven) tun. Abwarten. Passiert nicht alles von heute auf morgen.

Falls keine Besserung eintritt:

Minoxidil (topisch) kann helfen, muss aber nicht. Alternativ könnte Minoxidil Oral funktionieren, aber da solltest du dich über Wirkung und Nebenwirkungen wirklich gut informieren.

Zink höher dosiert (25mg) + Biotin könntest du probieren, Vitamin D3 auch (ggf. kannst du deinen D3-Spiegel testen lassen).

Ich bezweifle, dass ein Multipräparat was bringt...

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Mon, 01 Feb 2021 23:41:58 GMT

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

Danke für die schnelle Antwort.

Also die Schilddrüsenwerte waren schon immer nicht wirklich „schlecht“ im Sinne von Total erhöht, aber schwankend im Optimalbereich. Seit der letzten Blutprobe im November 2020 war der Wert dann ideal (meinte zumindest der Hausarzt).

Mir ist schon klar, dass das 6 bis 12 Monate dauern kann bis die Haardichte wieder zunimmt - vorausgesetzt der Wert bleibt stabil und die Unterfunktion ist die Ursache dafür.

Liege ich aber richtig, dass es diffuser Haarausfall ist?

Könnten vielleicht Priorin-Kapseln zusätzlich helfen oder ist das nur Geldverschwendung.

LG

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Homers](#) on Tue, 02 Feb 2021 09:36:48 GMT

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

Sieht stark nach diffusem Haarausfall aus, also keine genetische Alopezie.

Ich glaube nicht, dass Priorin helfen kann.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 10:11:33 GMT

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

Gibts sonst irgendwas was man noch zusätzlich tun kann oder sollte ich weiter abwarten?
Versteh mich nicht falsch, ich bin dankbar für die Hilfe, aber ich wurde in den letzten 4 Jahren ständig damit abgespeist einfach abzuwarten.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [pilos](#) on Tue, 02 Feb 2021 11:55:43 GMT

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

Axs_589 schrieb am Tue, 02 February 2021 01:41

Also die Schilddrüsenwerte waren schon immer nicht wirklich „schlecht“ im Sinne von Total erhöht, aber schwankend im Optimalbereich.LG

wo sind die ZAHLEN :!:

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 12:16:22 GMT

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

Also Stand November 2020 liegt der TSH-Wert bei 2,42. Davor hat er immer ein wenig geschwankt um die 3 bis 4. Sollte ich vllt nochmal einen aktuellen Nährstoff-Stand mit testen lassen? Mein Hausarzt hat das am Anfang gemacht, aber keine Auffälligkeiten gesehen.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Dreizackz](#) on Tue, 02 Feb 2021 12:27:14 GMT

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

Vlt solltet du zu einem Arzt gehen, der dir wirklich helfen will und nach den Ursachen forschen warum bei einem 21 Jährigen Patienten bereits schon ein Organ nicht mehr richtig funktioniert.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 12:36:09 GMT

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

Ich hab in 2 Wochen nochmal einen Termin zur Blutabnahme und werde da auch nochmal ausdrücklich drauf hinweisen mir wenigstens eine Überweisung an einen Facharzt oder kompetenten Dermatologen und mit meinen bisherigen Laborwerten zu geben. Mein Hausarzt wirkt nicht inkompetent oder so aber scheint wohl selber nicht weiter zu wissen, und langsam ist meine Geduld auch am Ende.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [pilos](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:00:29 GMT

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

Axs_589 schrieb am Tue, 02 February 2021 14:16Also Stand November 2020 liegt der TSH-Wert bei 2,42. Davor hat er immer ein wenig geschwankt um die 3 bis 4. 2,42 ist zu viel...eher halbieren sonst wird sich auf dem kopf nix tun

Zitat:Sollte ich vllt nochmal einen aktuellen Nährstoff-Stand mit testen lassen? Mein Hausarzt hat das am Anfang gemacht, aber keine Auffälligkeiten gesehen. bezweifel dass dir davon was wirklich fehlt

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:10:57 GMT

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

Oh warte sry hab nochmal in den Unterlagen geschaut: Der letzte Wert lag bei 1,42 !! Hab den mit einem älteren Wert verwechselt! Ist der trotzdem noch zu hoch? Und kann das Minoxidil auf den Haarzyklus bei der Einstellung der Schilddrüsenhormone einen negativen Einfluss nehmen?

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [pilos](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:21:00 GMT

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

Axs_589 schrieb am Tue, 02 February 2021 15:10Oh warte sry hab nochmal in den Unterlagen geschaut: Der letzte Wert lag bei 1,42 !! Hab den mit einem älteren Wert verwechselt! Ist der trotzdem noch zu hoch?
das kann man so nicht sagen
aber wenn sich nicht viel tun sollte...halbieren

wieso Einstellung der Schilddrüsenhormone ?

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:23:49 GMT

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

Ich meine ob der Haarzyklus sich vlt deshalb nicht richtig normalisieren kann weil ich zusätzlich Minoxidil benutze?

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [pilos](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:26:24 GMT

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

Axs_589 schrieb am Tue, 02 February 2021 15:23: Ich meine ob der Haarzyklus sich vlt deshalb nicht richtig normalisieren kann weil ich zusätzlich Minoxidil benutze?
was hat das mit Einstellung der Schilddrüsenhormone zu tun :?:

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:34:41 GMT

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

Keine Ahnung, deswegen frage ich ja ob es das tut. Meine Frage ist ob ich ohne Minoxidil eher auf eine Besserung (von alleine) hoffen kann oder eher mit?

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [pilos](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:47:05 GMT

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

kann dir keiner sagen

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [DetConan](#) on Tue, 02 Feb 2021 13:59:12 GMT

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

Zink fehlt oft den Schilddrüsenpatienten, von diesem würde ich 40mg nehmen. Nimm ein Präparat wo auch Kupfer und Mangan im richtigem Verhältnis stehen. Bitte nichts aus Apotheke oder Drogerie-Markt. Zusätzlich würde ich Silizium von Lebenskraftpur nehmen.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Dreizackz](#) on Tue, 02 Feb 2021 14:19:37 GMT

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

Wenn Minox etwas geholfen hat und du es jetzt absetzt, dann besteht die Gefahr von Schock Loss. So oder so musst du abwarten. Geduld bis November dann kannst du ein Fazit schließen. Wenn du seit 2 Jahren Minox und seit November TSH nimmst und jetzt Minox absetzt, dann veränderst du eine Variable. Wenn sich kein Erfolg oder sogar Verschlechterung zeigt, fängst du dann im November an die Ursache auf das Absetzen von Minox zurückzuführen, weil es auch hier im Forum ein paar Beiträge von Schock Loss und zur "Abhängigkeit" von Minox auf die Haarwurzeln(ohne Evidenz) zu finden sind. Daher würde ich dir empfehlen Minox mindestens bis November weiter zu nehmen, wenn du keine Nebenwirkungen davon hast, aber nicht oral.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 14:30:33 GMT

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

Ich nehme seitdem es diagnostiziert wurde Thyroxin-Tabletten. Das Minoxidil trage ich seit ca. Ende 2017 durchgehend 2-mal täglich als Lösung auf, weil sich in den ungefähr 1,5 Jahren nach Beginn der Thyroxin-Therapie kaum etwas gebessert hat. Mit Minoxidil konnte ich zumindest ein weiteres Ausdünnen der Haare stoppen. Mir ist klar, dass ich beim Absetzen riskiere, dass es weiter voranschreitet (auch wenn ich mir kaum vorstellen kann wie das aussehen würde, wenn es jetzt schon so katastrophal wie bei mir ist). Ich verstehe nur nicht warum sich das so lange hinzieht. Ich hab von Erfahrungsberichten gelesen, dass es sich bei manchen einfach so mit der Thyroxin-Substitution ohne Fremdhilfe innerhalb von 1 Jahr wieder normalisiert hat.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 14:30:47 GMT

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

Ich nehme seitdem es diagnostiziert wurde Thyroxin-Tabletten. Das Minoxidil trage ich seit ca. Ende 2017 durchgehend 2-mal täglich als Lösung auf, weil sich in den ungefähr 1,5 Jahren nach Beginn der Thyroxin-Therapie kaum etwas gebessert hat. Mit Minoxidil konnte ich zumindest ein weiteres Ausdünnen der Haare stoppen. Mir ist klar, dass ich beim Absetzen riskiere, dass es weiter voranschreitet (auch wenn ich mir kaum vorstellen kann wie das aussehen würde, wenn es jetzt schon so katastrophal wie bei mir ist). Ich verstehe nur nicht warum sich das so lange hinzieht. Ich hab von Erfahrungsberichten gelesen, dass es sich bei manchen einfach so mit der Thyroxin-Substitution ohne Fremdhilfe innerhalb von 1 Jahr wieder normalisiert hat.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 14:30:50 GMT

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

Ich nehme seitdem es diagnostiziert wurde Thyroxin-Tabletten. Das Minoxidil trage ich seit ca. Ende 2017 durchgehend 2-mal täglich als Lösung auf, weil sich in den ungefähr 1,5 Jahren nach Beginn der Thyroxin-Therapie kaum etwas gebessert hat. Mit Minoxidil konnte ich zumindest ein weiteres Ausdünnen der Haare stoppen. Mir ist klar, dass ich beim Absetzen riskiere, dass es weiter voranschreitet (auch wenn ich mir kaum vorstellen kann wie das aussehen würde, wenn es jetzt schon so katastrophal wie bei mir ist). Ich verstehe nur nicht warum sich das so lange hinzieht. Ich hab von Erfahrungsberichten gelesen, dass es sich bei manchen einfach so mit der Thyroxin-Substitution ohne Fremdhilfe innerhalb von 1 Jahr wieder normalisiert hat.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 14:30:54 GMT

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

Ich nehme seitdem es diagnostiziert wurde Thyroxin-Tabletten. Das Minoxidil trage ich seit ca. Ende 2017 durchgehend 2-mal täglich als Lösung auf, weil sich in den ungefähr 1,5 Jahren nach Beginn der Thyroxin-Therapie kaum etwas gebessert hat. Mit Minoxidil konnte ich zumindest ein weiteres Ausdünnen der Haare stoppen. Mir ist klar, dass ich beim Absetzen riskiere, dass es weiter voranschreitet (auch wenn ich mir kaum vorstellen kann wie das aussehen würde, wenn es jetzt schon so katastrophal wie bei mir ist). Ich verstehe nur nicht warum sich das so lange hinzieht. Ich hab von Erfahrungsberichten gelesen, dass es sich bei manchen einfach so mit der Thyroxin-Substitution ohne Fremdhilfe innerhalb von 1 Jahr wieder normalisiert hat.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 14:31:02 GMT

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

Ich nehme seitdem es diagnostiziert wurde Thyroxin-Tabletten. Das Minoxidil trage ich seit ca. Ende 2017 durchgehend 2-mal täglich als Lösung auf, weil sich in den ungefähr 1,5 Jahren nach Beginn der Thyroxin-Therapie kaum etwas gebessert hat. Mit Minoxidil konnte ich zumindest ein weiteres Ausdünnen der Haare stoppen. Mir ist klar, dass ich beim Absetzen riskiere, dass es weiter voranschreitet (auch wenn ich mir kaum vorstellen kann wie das aussehen würde, wenn es jetzt schon so katastrophal wie bei mir ist). Ich verstehe nur nicht warum sich das so lange hinzieht. Ich hab von Erfahrungsberichten gelesen, dass es sich bei manchen einfach so mit der Thyroxin-Substitution ohne Fremdhilfe innerhalb von 1 Jahr wieder normalisiert hat.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [Axs_589](#) on Tue, 02 Feb 2021 14:31:11 GMT

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

Ich nehme seitdem es diagnostiziert wurde Thyroxin-Tabletten. Das Minoxidil trage ich seit ca. Ende 2017 durchgehend 2-mal täglich als Lösung auf, weil sich in den ungefähr 1,5 Jahren nach Beginn der Thyroxin-Therapie kaum etwas gebessert hat. Mit Minoxidil konnte ich zumindest ein weiteres Ausdünnen der Haare stoppen. Mir ist klar, dass ich beim Absetzen riskiere, dass es weiter voranschreitet (auch wenn ich mir kaum vorstellen kann wie das aussehen würde,

wenn es jetzt schon so katastrophal wie bei mir ist). Ich versteh nur nicht warum sich das so lange hinzieht. Ich hab von Erfahrungsberichten gelesen, dass es sich bei manchen einfach so mit der Thyroxin-Substitution ohne Fremdhilfe innerhalb von 1 Jahr wieder normalisiert hat.

Subject: Aw: Regeneration nach Schilddrüsenunterfunktion

Posted by [pilos](#) on Tue, 02 Feb 2021 15:44:27 GMT

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

Axs_589 schrieb am Tue, 02 February 2021 16:31 Ich versteh nur nicht warum sich das so lange hinzieht. Ich hab von Erfahrungsberichten gelesen, dass es sich bei manchen einfach so mit der Thyroxin-Substitution ohne Fremdhilfe innerhalb von 1 Jahr wieder normalisiert hat.
zu wenig Thyroxin für deinen bedarf
