

---

Subject: Bitte helft mir (Bilder)

Posted by [TheBroker](#) on Wed, 30 Aug 2006 19:47:35 GMT

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

---

Hallo zusammen,

ich habe hier Bilder von meinen Haaren angehängt. Die Haare sind auf den Bildern feucht.

Ich habe leider wenig Ahnung vom Thema Haarausfall - ich bin 21 Jahre alt und es betrifft mich seit ca. 9 Monaten - zumindest entdeckte ich vor 9 Monaten die ersten Anzeichen.

In den letzten Wochen wurden es nun auf einmal immer schneller immer weniger Haare und ich muss sagen, dass mich die Situation psychisch wirklich belastet.

Einen Termin beim Hautarzt habe ich mir zwar kürzlich geben lassen, dieser ist aber erst in gut 4 Wochen.

Deshalb bitte ich Euch, die ihr mehr Erfahrung mit dem Thema habt, meine angehängten Bilder einfach mal zu kommentieren und mir zu sagen, welche Art Haarausfall das ist, woran das liegen könnte, etc.

Ich danke Euch schon im Voraus für Eure Hilfe. Viele Grüße,  
Marco

### File Attachments

---

1) [haare.jpg](#), downloaded 871 times



Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [kkoo](#) on Wed, 30 Aug 2006 19:53:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

wie alt?  
kopfhautprobleme?  
nimmst du medikamente?  
lebenswandel und ernöhrung normal / gesund?  
andere krankheiten?  
Haarausfall in der Familie (männl. un weibl.)?

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [TheBroker](#) on Wed, 30 Aug 2006 20:02:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kkoo schrieb am Mit, 30 August 2006 21:53  
wie alt?  
kopfhautprobleme?  
nimmst du medikamente?  
lebenswandel und ernöhrung normal / gesund?  
andere krankheiten?  
Haarausfall in der Familie (männl. un weibl.)?

bin 21.

keine Kopfhautprobleme.

keine Medikamente.

ungesundes Essen / 1x pro Woche Sport / Raucher

in der Familie haben nur der Großvater und Onkel mütterlicherseits Haarausfall.

ich benutzte viel Haarspray, falls das relevant ist.

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [lonely](#) on Wed, 30 Aug 2006 20:19:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

TheBroker schrieb am Mit, 30 August 2006 22:02  
bin 21.

keine Kopfhautprobleme.

keine Medikamente.

---

ungesundes Essen / 1x pro Woche Sport / Raucher

in der Familie haben nur der Großvater und Onkel mütterlicherseits Haarausfall.

ich benutzte viel Haarspray, falls das relevant ist.

Wieviele Haare verlierst du am Tag? Hast du früh Haare auf dem Kopfkissen? Wenn ja wieviele? Mit dem Haarspray dürfte das nix zu tun haben (es sei denn es juckt mit Haarspray). Wenn AGA diagnostiziert wird kannst du ja mal über Finasterid (Finpecia oder Proscar) nachdenken.

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)

Posted by [kkoo](#) on Wed, 30 Aug 2006 20:38:45 GMT

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

---

Zitat:bin 21.

keine Kopfhautprobleme.

keine Medikamente.

ungesundes Essen / 1x pro Woche Sport / Raucher

in der Familie haben nur der Großvater und Onkel mütterlicherseits Haarausfall.

ich benutzte viel Haarspray, falls das relevant ist.

rauchen und unges. esen ist natürlich schlecht... deine bilder sehen aus wie "ludwig-muster", also meehr HA vorn auf dem kopf, nicht hinten und keine geheimratsecken.

ist der HA am ganzen kopf diffus, oder nur vorn, wie man es auf den bildern zu erkennen meint?

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)

Posted by [TheBroker](#) on Wed, 30 Aug 2006 20:54:22 GMT

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

---

Auf dem Kopfkissen finde ich keine Haare. Ich glaube das liegt daran, dass ich mit dem Haarspray in den Haaren schlafen gehe. Morgens beim Duschen spüle ich die dann wahrscheinlich raus, kann sie dann aber nicht zählen.

Insgesamt habe ich also leider keine Ahnung, wie viele Haare ich am Tag verliere.

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [TheBroker](#) on Wed, 30 Aug 2006 20:56:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kkoo schrieb am Mit, 30 August 2006 22:38  
ist der HA am ganzen kopf diffus, oder nur vorn, wie man es auf den bildern zu erkennen meint?  
  
scheint nur vorn so zu sein, dort aber ziemlich "flächig" wie ich finde.

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [kkoo](#) on Wed, 30 Aug 2006 21:13:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

TheBroker schrieb am Mit, 30 August 2006 22:56kkoo schrieb am Mit, 30 August 2006 22:38  
ist der HA am ganzen kopf diffus, oder nur vorn, wie man es auf den bildern zu erkennen meint?  
  
scheint nur vorn so zu sein, dort aber ziemlich "flächig" wie ich finde.

na zählen wär auch mal gut, in der dusche mit einem eimer. kopf waschen überdem eimer  
udn dann wasser abgießen und die haare auffangen (sieb o. filter). ist fies, aber zur prüfung  
doch hilfreich.

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 30 Aug 2006 21:38:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich verrate einfach mal meine Zähltechnik. Im Waschenbecken alles dicht machen und ganz  
normal das Wasser auffangen inkl. Haare. Dann mit einem Becher das Wasser auskippen und die  
Haare zaehlen. Ist unter guten Licht absolut problemlos. Oder man kann das Wasser auch ganz  
fein abfließen lassen (z.B. durch ein Hand an einer kleinen Stelle) und dann bleiben nur die  
Haare im Becken übrig...

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [lonely](#) on Wed, 30 Aug 2006 21:46:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

TheBroker schrieb am Mit, 30 August 2006 22:54Auf dem Kopfkissen finde ich keine Haare. Ich  
glaube das liegt daran, dass ich mit dem Haarspray in den Haaren schlafen gehe. Morgends beim  
Duschen spüle ich die dann wahrscheinlich raus, kann sie dann aber nicht zählen.

Insgesamt habe ich also leider keine Ahnung, wie viele Haare ich am Tag verliere.

mit bespraysen Haaren ins Bett? hm ich weiss nicht, ich glaub da wäre früh und abends waschen noch besser...

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [MarcWen](#) on Thu, 31 Aug 2006 06:36:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

TheBroker schrieb am Mit, 30 August 2006 22:02kkoo schrieb am Mit, 30 August 2006 21:53  
wie alt?

kopfhautprobleme?

nimmst du medikamente?

lebenswandel und ernährung normal / gesund?

andere krankheiten?

Haarausfall in der Familie (männl. un weibl.)?

bin 21.

keine Kopfhautprobleme.

keine Medikamente.

ungesundes Essen / 1x pro Woche Sport / Raucher

in der Familie haben nur der Großvater und Onkel mütterlicherseits Haarausfall.

ich benutzte viel Haarspray, falls das relevant ist.

Erblich bedingter Haarausfall wird hauptsächlich über die mütterliche Seite vererbt... so wie Du schreibst bei deinem Opa würde ich zu 90% bei dir auf das Gleiche tippen.

Ab zum Hautarzt... er soll dir Fin verschreiben...

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [MarcWen](#) on Thu, 31 Aug 2006 06:39:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kkoo schrieb am Mit, 30 August 2006 23:13TheBroker schrieb am Mit, 30 August 2006 22:56kkoo schrieb am Mit, 30 August 2006 22:38

ist der HA am ganzen kopf diffus, oder nur vorn, wie man es auf den bildern zu erkennen meint?

scheint nur vorn so zu sein, dort aber ziemlich "flächig" wie ich finde.

na zählen wär auch mal gut, in der dusche mit einem eimer. kopf waschen überdem eimer

und dann wasser abgießen und die haare auffangen (sieb o. filter). ist fies, aber zur prüfung doch hilfreich.

Das ist doch alles augenwischerei... wen interessiert es, ob ich 79 oder 91 Haare beim Waschen verliere...

Genau kann man das eh nicht ermitteln... Man sollte sensibel bei dem Thema sein und ein gewisses Gefühl entwickeln, was liegt im Rahmen und was schlägt darüber hinaus. Ich habe nie einzelne Haare gezählt, kann aber mittlerweile gut abschätzen, ob es mehr oder weniger wird und ob man sich Sorgen machen sollte.

Also laßt die blöde Haarspalterei. Damit macht ihr euch nur selbst fertig. Einfach mal abschätzen und ein Gefühl für entwickeln... etwa weniger als 100, mehr als 100,...

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)

Posted by [Unkreativer](#) on Thu, 31 Aug 2006 06:44:22 GMT

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

---

Es ist aber ein Unterschied, ob man 100 oder 400 verliert... und das bekommt man leider nicht raus, wenn man nicht zählt und so lässt man sich dann von dem Arzt auch nicht einreden, dass man normal viel Haare verliert und es alles kein Problem ist...

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)

Posted by [MarcWen](#) on Thu, 31 Aug 2006 06:57:20 GMT

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

---

Unkreativer schrieb am Don, 31 August 2006 08:44Es ist aber ein Unterschied, ob man 100 oder 400 verliert... und das bekommt man leider nicht raus, wenn man nicht zählt und so lässt man sich dann von dem Arzt auch nicht einreden, dass man normal viel Haare verliert und es alles kein Problem ist...

Sicher ist das nen Unterschied... das habe ich ja auch geschrieben... aber dafür muß man keine Haare auffangen und aus dem Sieb fischen und langwierig zählen... das kann man auch gut schätzen... alles ein wenig Übung... und ob es nun 312 oder 420 sind, das ist dann auch wieder Jacke wie Hose.

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)

Posted by [Unkreativer](#) on Thu, 31 Aug 2006 07:14:14 GMT

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

---

MarcWen schrieb am Don, 31 August 2006 08:57Unkreativer schrieb am Don, 31 August 2006 08:44Es ist aber ein Unterschied, ob man 100 oder 400 verliert... und das bekommt man leider nicht raus, wenn man nicht zählt und so lässt man sich dann von dem Arzt auch nicht

einreden, dass man normal viel Haare verliert und es alles kein Problem ist...

Sicher ist das nen Unterschied... das habe ich ja auch geschrieben... aber dafür muß man keine Haare auffangen und aus dem Sieb fischen und langwierig zählen... das kann man auch gut schätzen... alles ein wenig Übung... und ob es nun 312 oder 420 sind, das ist dann auch wieder Jacke wie Hose.

Ja, das stimmt natürlich. Aber beispielweise dachte ich mir würden wieder Haare ausfallen. Ich wasche mir die Haare immer unter der Dusche. Ich hatte immer so 10-15 Haare im Shampoo in den Händen dabei, als ich dann aber im Waschbecken gezählt habe am nächsten Tag, waren es gleich 250. Das hätte ich nie gedacht und rückgeschlossen auf die Menge, die immer in den Händen war. Dabei dachte ich, dass ich schon recht fit im Abschätzen sei. Ich habe bei meiner Dusche auch keine Möglichkeit ein Filter einzusetzen. Aber es ist natürlich richtig, dass man sich deswegen nicht verrückt machen soll. Ich fand es aber ganz interessant, auszurechnen und dazu eine Exceltabelle zu erstellen und genau Shedding-PHasen abschätzen zu können und so zu sehen wie welches Medikament (wahrscheinlich, richtig exakt ist das ja alles nicht) gewirkt hat.

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [MarcWen](#) on Thu, 31 Aug 2006 07:26:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Und natürlich nicht die Haare vergessen, die beim Bürsten und Fönen noch ausfallen... dann wird es aber schwierig mit auffangen

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [Unkreativer](#) on Thu, 31 Aug 2006 08:26:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

MarcWen schrieb am Don, 31 August 2006 09:26 Und natürlich nicht die Haare vergessen, die beim Bürsten und Fönen noch ausfallen... dann wird es aber schwierig mit auffangen

Ach, ich bin meist schon morgens bei 200, da spielt der Rest tatsächlich keine Rolle mehr...

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [MarcWen](#) on Thu, 31 Aug 2006 09:24:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Unkreativer schrieb am Don, 31 August 2006 10:26 MarcWen schrieb am Don, 31 August 2006 09:26 Und natürlich nicht die Haare vergessen, die beim Bürsten und Fönen noch ausfallen... dann wird es aber schwierig mit auffangen

Ach, ich bin meist schon morgens bei 200, da spielt der Rest tatsächlich keine Rolle mehr...

Womit wir wieder beim Thema wären  
Und wenn man vorher die 200 mühsam einzeln gezählt hat, dann kann man sich das auch gleich schenken...

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [Jiggy](#) on Wed, 06 Sep 2006 09:02:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Jetzt wurde soviel vom Haare zählen geredet dass ich neugierig bin. Wieviel "Dusch-Haarausfall" ist normal? Wann ist's bedenklich? Bei mir sind auch kleine, sehr feine, kurze Haare dabei (Neue oder absterbende?). Zählt man diese auch mit?

Gruß. J

---

---

Subject: Re: Bitte helft mir (Bilder)  
Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 06 Sep 2006 13:08:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Heute morgen waren es bei mir 200. Ist aber nicht normal. Also ich denke man sollte unter 50 Haare im Becken haben, denn schließlich fallen auch den Tag über noch genug aus. Aber im Endeffekt kommt es sicherlich darauf an, wieviele auch nachwachsen. Manche haben kaum Haarauszahl und es lichtet sich immer weiter.

Bei den Haaren, die ich in den letzten 3 Monaten verloren habe, dürfte eigentlich nicht mehr viel davon davon sein.

---