

---

Subject: Evtl. Shedding trotz Fina/E2 und CPA  
Posted by [Sweety1988](#) on Wed, 28 May 2025 13:08:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

Ich weiß nicht ob ich Shedding habe oder nicht. Aber ich denke schon.  
Ich nehme seit 2 3/4 Jahren etwa Fina. Bzw. Januar 2023 , musste ich ne Kurze Pause machen. Da , die Lieferung für Fina etwas gedauert hatte. Also ne kurze Pause.

Seitdem nehm ich Fina Regelmäßig wieder Jeden Tag.  
Sowie seit April 2023, nehme ich auch CPA und E2.

Ich bemerke seit nen paar Wochen, ich weiß nicht woran das liegt.  
Das bei mir wenn am PC bin oder Sitze oder TV Gucke, haare in Mein Gesicht/Mund landen.  
Selbst wenn ich Mittag esse, landen teils mehr als 10-20 Haare im Essen.  
Zwischen Kleinen bis Große Haare. Es nervt ziemlich.

Meine Haare sind jetzt nicht wirklich Lang. Keine 10 CM.

Ist das Normal ? Oder sollte ich irgendwas Ergänzendes noch nehmen/machen?

Ergänzend : Ich hab bisjetzt kein Sichtbaren Haarverlust. Bin Gerade mit nen Normalenspiegel und Kosmetikspiegel , über meine Haare gegangen. Damit ich alles sehe. Die Haare sehen Normal aus .

Sehe keine Kahlen Stellen.

---

---

Subject: Aw: Evtl. Shedding trotz Fina/E2 und CPA  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 29 May 2025 13:04:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hat sich vermutlich Erledigt. Shedding ist zwar noch Vorhanden.  
Hab Chatgpt , nachgefragt.

Ich hab nen Brief an mein urologen/Andrologen Geschickt. Ob es möglich wäre Dutasterid, statt Finasterid zu kriegen 90x0,5 MG.  
Werde Dutasterid auf 3-4x die Woche Begrenzen, gucken wies Läuft. Dann komm ich mit der Verpackung , Mindestens 7 Monate aus.  
Also 9-12 Tabletten Pro Monat.

Hab, mein CPA von 12,5 MG auf 25 MG Erhöht Pro Tag. Sowie werd ,Morgen bei meiner Hausärztin anrufen, sowie wie gegen Bluttest fragen. Evtl , liegt auch an was anderes.

Nen Nährstoffmangel zumindestens an Eisen, ist bei meiner Ernährung nicht auzuschließen ggf. auch Zink.

Das was auch noch habe. Druck Kopfschmerzen ggf. ne Spannung im Hinterkopf. Soll angeblich auch nen Grund für haarausfall sein.

Wir werden sehen.

---

---

Subject: Aw: Evtl. Shedding trotz Fina/E2 und CPA  
Posted by [Sweety1988](#) on Mon, 02 Jun 2025 20:03:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hab rausgefunden, warum ich Haarverlust habe.  
Also trotz fina/cpa/e2.

Wenn ich stehe und Gerade Sitze, hab ich nen Druckgefühl in mein Kopf. Wenn ich Stunden so sitze, mir fliegen haare im Gesicht.

Wenn mit mein Gamingstuhl angelehnt sitze ,also die Lehne weiter nach hinten. Ist alles weg.  
Selbst wenn ich 8 Std so sitze und , über meine Haare streichel, es kommt vlt 1-2 haare runter.

Aber ist kein wunder warum das so ist. Sitze viel(Sehr viel). Sowie Liege auch teils falsch,auffe couch Schlafe aus gewohnheit, auffe couch ,sowie mitten kissen auffe Armlehne.

Meine haare kriegen einfach keine Luft/Nährstoffe so und fallen aus. (Hab ne Verspannung im Nacken/Schultern).

---