

---

Subject: Kopfbedeckung im Winter und nachts  
Posted by [AnnaM](#) on Sun, 01 Oct 2017 08:41:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich habe meinen ersten Sommer mit Alopecia areata univeralis ganz gut überstanden, aber nun wird es kühler und ich würde mich über Tipps freuen, welche Kopfbedeckungen in der kalten Jahreszeit geeignet sind, sofern man - wie ich - keine Perücke tragen möchte.

Für tagsüber suche ich nach einer Möglichkeit, im Haus eine leichte Kopfbedeckung zu tragen, die ich außer Haus mit einer Mütze kombinieren kann - die ich dann auch abnehmen kann, ohne dass darunter alles verrutscht

Für nachts habe ich schon einige Schlafmützen ausprobiert (aus Bambus oder Baumwolle), aber die rutschen mir irgendwann alle vom Kopf, und dann werde ich wach, weil es mich friert.

Ich würde mich freuen, wenn mir da jemand weiterhelfen könnte!

Viele Grüße  
Anna