

---

Subject: Vorstellung und eigene Geschichte

Posted by [Margheritalpha](#) on Mon, 04 Mar 2019 14:46:56 GMT

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

---

Hallo Leute!

Ich möchte mich hier mal kurz vorstellen: Ich habe Alopecia areata seit meiner Kindheit. Die Haare sind dreimal in meinem Leben fast komplett weg gewesen, immer wenn es hormonelle Umschwünge gab: Pubertät, Pille, Schwangerschaft. Außer der AA habe ich auch noch einige andere Autoimmungeschichten, Colitis ulcerosa, Neurodermitis und eine andere unbekannte Sache an den Füßen, sowie (wahrscheinlich) Psoriasis. Ich war so schwer krank, dass ich mir den Dickdarm herausnehmen lassen musste, um überhaupt normal außerhalb des Krankenhauses leben zu können. Um meine Alopecia-Geschichten hab ich mich nie so richtig gekümmert, da ich viel schlimmeres mit der Colitis auszustehen hatte. Dann, acht Jahre später hatte ich ein krasses Erlebnis mit Vitamin D: Ich supplementierte es aufgrund eines Mangels und stieß über die Recherche über Vitamin D auf das mir komplett neue Wissen, dass Autoimmunkrankheiten alle zusammenhängen und man sie DOCH ursächlich behandeln kann, auch wenn die Medizin sie noch nicht vollständig erforscht hat. Nur eben nicht mit "Medikament xy", sondern mit Lebensveränderungen, insbesondere Ernährungsveränderung und massiver Stressreduktion! Ich setzte einiges davon um. In der Folge wurde ich sehr schnell sehr viel gesünder, alle autoimmunen Zustände gingen weg oder besserten sich bis auf ein Minimum. Diesen Wandel fand ich so krass, dass ich einen Blog gestartet habe, um anderen Leuten mit Autoimmunerkrankungen zu helfen. Andere sollen nicht so lange wie ich brauchen, um auf die entscheidenden Infos zu stoßen! Ich darf hier glaub ich keine Links posten. Der Blog heißt "Autoimmuntier" und ist leicht zu googeln. Ich werd daneben auch hier aktiv sein. Freu mich auf den Austausch mit euch und hoffe, jemandem mit meiner Gesundheitsgeschichte eine Hilfe sein zu können!

---