

---

Subject: Entwicklung

Posted by [Krater](#) on Sun, 21 Sep 2008 00:11:31 GMT

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

---

Hallo Leute,

nachdem ich nun seit längerem nichts mehr geschrieben habe hier ein paar Statements:

Ich habe AA seit knapp 3 Jahren. Sie trat in verschiedenen Schüben auf, der letzte vor ca. 6 Monaten. Damals hatte ich noch ca. 50 % meiner Kopfhaare. Auch am Körper (Unterarme und Unterschenkel fehlten und fehlen mir nicht unwesentlich Haare, zudem habe ich eine starke Nagelbeteiligung).

Versucht habe ich in der Zwischenzeit vieles, wie Kortisontinktur, Selen, Entspannungstechniken, Vitamin B, Micanol-Salbe als Reiztherapie. Geholfen hat bei mir nichts. Es gab den krankheitstypischen wellenförmigen Verlauf mit Besserungen während der Thearapien; es gab aber auch bei allen Ansätzen zeitweise Verschlimmerungen.

In den letzten 6 Monaten habe ich nichts mehr gegen die AA unternommen, hatte dabei starken Stress (bin ständig unterwegs, Jetlags, Überlastung, das übliche) und die AA kam erst zum Stillstand und hat sich danach kontinuierlich gebessert. Und zwar ohne Therapie, um das nochmal zu betonen. Ich habe nach wie vor große kahle Areale, bin aber mittlerweile schätzungsweise auf 75 % meiner Kopfhaare zurück (Körper und Nägel sind nach wie vor betroffen). Das heißt nicht, dass es so weitergehen muss. Es kann genauso gut auch wieder in die andere Richtung gehn. Aber das tut es mit und ohne "Therapie".

Insgesamt glaube ich mittlerweile nicht mehr, dass irgendeine der vorgenannten Therapien irgendetwas gebracht hat. Ich schätze, nur Kortisonunterspritzungen und DCP können wirken, habe beides aber nie probiert.

Ich kann aus meiner bisherigen Erfahrung jedem nur empfehlen, lebt Euer Leben, kümmert Euch nicht groß um die AA und wenn Ihr was tun wollt, macht etwas effektives. Schonung oder irgendwelche Vitamin oder Mineralstoffpillchen sind sicher nicht schädlich und mögen dem ein oder anderen helfen - ich glaube es mittlerweile allerdings nicht mehr.

Bei den meisten von Euch tritt irgenwann ganz von alleine wieder Besserung ein und bei vielen wird die AA mit der Zeit ganz verschwinden.

In diesem Sinne, allen alles Gute -  
Krater