

---

Subject: hilfe zur selbsthilfe

Posted by [sevi](#) on Thu, 15 Jul 2010 17:22:09 GMT

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

---

Hallo,

Ich bin seit heute hier im Forum aktiv.

Ich bin 34 Jahre alt und habe seit knapp 20 Jahren Alopecia Areata total ,anfangs kamen noch mal vereinzelt Haarinseln aber das ist schon lange her.

Seitdem trage ich eine Echthaarperücke habe mich damit aber immer irgendwie fremd gefühlt seit einiger zeit denke ich darüber nach die Perücke nicht mehr anzuziehen und einfach mit Glatze raus zugehen. In meinem Freundeskreis ermutigen mich auch einige das so zu machen.Aber wenn man knapp 20 Jahre eine Perücke getragen hat klappt das nicht so einfach,da macht der Kopf nicht mit.

Hat jemand damit Erfahrung oder einen guten Rat dazu?

---