
Subject: Haare nachgewachsen :-)

Posted by [Doreen78](#) on Wed, 18 Jan 2012 19:13:46 GMT

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

Hallo Ihr Lieben,

nachdem ich mich schon lange nicht mehr gemeldet habe im Forum (ganz bewußt), habe ich heute aber ein positives Feedback zu vermelden....und ich denke das Positives immer gut ist

Kurzer Rückblick zu mir: Große kahle Stelle am Hinterkopf entdeckt im Februar 2011, kurz darauf Diagnose AA

Die vom Arzt verordneten Medikamente (Haarwasser ect.) habe ich allerdings nie benutzt und mich auch dagegen gestäubt sie zu nehmen...Ich habe mich dann hier im Forum angemeldet um mich zu informieren und mit Gleichgesinnten auszutauschen....

Die erste Zeit war für mich sehr schlimm, es war ein ewiges Auf und Ab...Teilweise war ich wirklich guten Mutes das die AA wieder verschwindet, dann wurde die kahle Stelle wieder größer und mit jedem Haar das ich verlor verschwand meine Zuversicht immer mehr...

Ich hatte teilweise richtig böse Rückfälle, psychisch wie haartechnisch...Bei jedem Stress begann die Stelle zu jucken und zu prickeln und wieder war ein Areal mehr kahl geworden Fast schon hatte ich mich damit abgefunden das die AA mein ewiger Begleiter werden würde, manchmal schaute ich mich sogar schon nach Perücken um....für den Fall der Fälle....

Zu weiteren Ärzten ging ich aber nicht, weil ich einfach wußte es würde nichts bringen...Und mir war aber von Anfang an klar: Die AA ist durch mich gekommen und wird auch nur durch mich wieder verschwinden. Nicht irgendwelche Ärzte werden mich heilen oder Medikamente, Therapien....Nein, ich selber bin der Schlüssel.

Dann habe ich mich aus dem Forum zurückgezogen, habe es so langsam aber sicher akzeptiert das es nun mal so ist wie es ist.

Gleichzeitig habe ich mir aber immer wieder gesagt, das mein Körper damit klar kommen wird, die Haare werden wachsen und alles wird wie vorher. Da habe ich gar keinen Zweifel gehabt. Egal wie lange es dauern wird, aber der Körper wird sich selber heilen.

Ich habe versucht mich so oft wie möglich zu entspannen und immer wieder daran gedacht, das das Prickeln an der Stelle die nachwachsenden Haare sind, versucht mir vorzustellen, wie sich die Stelle wieder regeneriert, mein Körper ins Gleichgewicht zurückfinden wird. Ich habe versucht wirklich gut zu mir zu sein, habe mich sehr ausgewogen ernährt (seit vielen Monaten vegetarisch, war sicher nicht der Schlüssel für die Heilung, bin aber überzeugt das es zumindest gut tut), habe einfach einen Gang zurück geschaltet...und gewußt das alles wieder gut wird....das hat mir unheimlich geholfen

Dann kam es, das der feine Flaum tatsächlich immer dichter wurde und irgendwann auch alles damit bedeckt war (vorher sind ja immer wieder Stellen ausgefallen und nackt gewesen)...der Flaum wuchs dann auch von außen nach innen zu..ganz langsam, aber stetig....

Anfangs schaute ich noch fast jeden Tag, war ganz aufgeregt....dann immer seltener...Ich behandelte meine Haare auch wieder so wie immer....kämmte sie, wusch und föhnte sie jeden Tag (tat ich Anfangs nicht, aus Angst zuviel Haare dabei zu verlieren)...Irgendwann war alles fein zugewachsen, der Flaum wurde dichter, die Härchen länger...

Heute, Januar 2012, sieht man kaum noch etwas. Wenn der Wind von hinten durch meine Haare pustet ist alles wieder zugewachsen und ich muß keine Angst mehr haben, man sieht meine kahle Stelle...

Ich habe mal zwei Bilder eingestellt....Das Erste ist ganz zu Anfang entstanden, das Zweite ist von heute, also ganz aktuell...Ich hoffe, man erkennt ein bißchen was....

Ich hoffe sehr, ich konnte ein bißchen Mut machen und das Manche wieder zuversichtlich werden bezüglich ihrer AA...

Es ist niemals zu spät, niemals alles verloren und ich bin einfach überzeugt das sich jeder Körper selbst heilen kann.....wenn man es zulässt und sein Denken bzw. seinen Fokus ändert....

Wenn noch Fragen sind, einfach schreiben!

Ich wünsche Euch alles Gute!

Doreen

File Attachments

1) [SNC13131.JPG](#), downloaded 4216 times

