
Subject: Kurzer Zwischenstand (mit Bild)

Posted by [Doreen78](#) on Thu, 26 May 2011 18:15:23 GMT

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

Hallo Ihr Lieben,

ich möchte ein kurzes Feedback geben wie es nun rund 2 Monate nach der Diagnose AA bei mir aussieht....

Die vom Arzt verschriebenen Medikamente für die Kopfhaut habe ich nach wie vor nicht benutzt....Gründe hatte ich ja schon beschrieben und ich möchte mich einfach selber damit auseinandersetzen.

Das Loch an meinem Hinterkopf hat sich leider vergrößert. Aber, der Haarwuchs an der zuerst betroffenen Stelle hat nach wie vor an...sehr langsam und zart, aber er hält an. Das macht mir Mut. Was mir auch auffällt ist, dass die Haare irgendwie kreisförmig von außen nach innen hinten zuzuwachsen scheinen. In der Mitte ist nach wie vor eine "nackte" Stelle.

Nach wie vor verliere ich Haare und die AA wird mir bei jedem Haarewaschen oder Kämmen bewusst. Immer halte ich einige viele Haare in der Hand, schön mit Haarwurzel, schön sichtbar wie sie keinen Halt auf meiner Kopfhaut finden...das macht mich teilweise schon traurig. Oftmals versuche ich das häufige Haarewaschen zu vermeiden, helfe mir ab und zu mit Trockenshampoo aus um meine Haare aufzufrischen...Klar weiß ich, dass es die AA nicht aufhält, aber für mein Gemüt fühlt es sich etwas besser an, wenn ich meine Haare nicht zu sehr strapaziere..

Bisher geht es mir noch recht gut...Ich versuche mir eben selbst Mut zuzusprechen indem ich mir sage, dass die AA mein Leben ja nicht bedroht...Ich bin ja sonst gesund, kann meine Kinder aufwachsen sehen, kann am Leben teilnehmen, mich als Mensch verändert es ja nicht...es ist nur das Äußere...und es gibt so viele Menschen denen es wesentlich schlechter geht als mir...und immer noch habe ich die Hoffnung, dass die AA vielleicht doch wieder verschwindet..es wäre schön.

Ich habe ja auch einmal kurz mit der Knoblauchtherapie angefangen, es dann aber wieder verworfen..Inzwischen denke ich, entweder es verschwindet von alleine oder eben nicht...Ich versuche es gelassen zu sehen..versuche mir und meinem Körper zu vertrauen.

Ich habe auch mal ein Bild angehängt, ganz aktuell, wie meine AA heute aussieht...Ich weiß, viel erkennt man nicht, es ist leider auch unscharf..aber so grundsätzlich erkennt man das Ausmaß am Hinterkopf...Die feinen nachwachsenden Haare sieht man leider nicht, sie sind aber da..

So, das war es heute von mir...
Ich wünsche Euch alles Liebe..

Doreen

File Attachments

1) [SNC13131.JPG](#), downloaded 962 times



Subject: Aw: Kurzer Zwischenstand (mit Bild)
Posted by [lisa](#) on Thu, 26 May 2011 20:16:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey eine meiner Stellen war genauso am gleichen platz wie deine ist und sah genauso aus. Immer wenn der HA wieder ausbricht, fallen die Stellen an genau den gleichen Flecken aus wie zuvor auch, ist das bei euch auch so??

Und wie sieht deine Haarwurzel aus? Hat sie einen dicken weißen Punkt am Ende? So sehen meine aus.

Ich denke da genauso wie du, ich finde es verändert das Leben nicht aber ab und zu (gerade wenn es um das Auftreten bei anderen geht, Beispielsweise Männer) fühle ich mich manchmal dann doch gehemmt, und denke: Eigentlich könntest du viel schöner und Selbstbewusster sein.. Aber würde ich mit vollem Haar so anders aussehen und mehr Selbstbewusstsein haben als jetzt??? Ich denke nur ein bisschen, aber immerhin, wenn man daran denkt was ein neuer Haarschnitt bei manchen Menschen bewirken kann! Aber es ist so wie es ist ich habe mir fest vorgenommen, sobald der HA für andere sichtbar wird: Haare ab und volles Haar drauf, yeah. Wenn das so einfach wäre ^ aber zum Glück ist es ja bei mir noch nicht so weit.

Aber zum Thema Haare waschen gebe ich dir einen Tipp: Dir würde es mehr helfen, wenn du dir jeden Tag die Haare föhnst so dass du findest dass es gut aussieht, die Haare die dir beim 1. Tag Waschen nicht ausgehen gehen dir spätestens beim 2. Tag aus. So denk ich immer und ich bin dadurch ein kleines bisschen Selbstbewusster. Warum soll ich mich nicht hübsch machen dürfen?? Wie du schon sagst: entweder sie kommen oder sie kommen nicht. Sehe ich genauso da hilft kein DCP und kein Cortison! Ich wünsche dir viel Glück und volles Haar

Subject: Aw: Kurzer Zwischenstand (mit Bild)
Posted by [angela](#) on Fri, 27 May 2011 07:48:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Doreen,

nach 2 Monaten kann man eigentlich nicht viel sagen. Wenn es bisher nur diese eine Stelle ist, ist es durchaus möglich das sie auch einfach wieder zuwächst und der Spuk ist vorbei. Aber das weiß natürlich niemand - bei AA ist alles möglich.

Mach dir nicht so viele Gedanken ob und wann du Stress hattest. Auch wenn du dich in eine stressfreie Zeit bringst, heißt das nicht, dass die Haare wieder wachsen. Aber es ist natürlich wichtig sich etwas Gutes zu tun. Positive Einstellung und trotz Haarproblem Spaß am Leben haben ist wichtig.

Hast du mal Biotin, B-Vitamine, Zink ... checken lassen?

Ich wäre froh, wenn es bei mir nur eine Stelle am Hinterkopf wäre....

LG
Angela

Subject: Aw: Kurzer Zwischenstand (mit Bild)

Posted by [Doreen78](#) on Fri, 27 May 2011 13:45:45 GMT

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

@lisa... Vielen lieben Dank für Deine Antwort Seit wann hast Du Deine AA und wie ist sie bisher verlaufen?

Ja, meine Haarwurzeln haben am Ende auch einen dicken weißen Punkt..Ich dachte immer, das ist eben die Haarwurzel so wie sie sein muss....ist das bei der AA anders?

Interessant das ich meine Stelle ebenso platziert habe wie Du...scheint aber eine beliebte Position bei der AA zu sein, wenn man im Internet sich mal Bilder anschaut.

Ja, manchmal fühle ich mich schon gehemmt...Gegenüber anderen Menschen nicht so, aber wenn es zB. draußen recht windig ist, stecke ich meine Haare jetzt immer zusammen, damit man die AA nicht sieht. Ich habe ja sehr feine Haare, da fällt sowas dann schon auf. Ansonsten versuche ich mich morgens natürlich ganz normal zu frisieren, nur das Haarewaschen macht mir eben ein paar Probleme. Wie gesagt sind meine Haare eher dünn und ich brauche zum Shampoo immer eine Kur oder Spülung, sonst sind sie sehr schwer zu kämmen. Und eben das Kämmen der nassen Haare ist mir echt ein Graus, überall bleiben sie hängen, in der Bürste, in der Badewanne, auf dem Boden...Aber was solls, sie fallen ja eh aus, da hast Du Recht.

@Angela: Danke für Deine Antwort

Ja, ich bin mir durchaus bewusst das es natürlich Menschen gibt die weit aus mehr mit der AA betroffen sind als ich. Und natürlich weiß ich, das es auch bei mir weiter voran schreiten kann...wie weit auch immer, wir werden sehen. Ich lasse es auf mich zukommen und werde nicht dagegen ankämpfen...schrittweises vorbereiten sozusagen. Wenn es noch schlimmer werden sollte, dann habe ich mich innerlich wenigstens schon ein Stück weit darauf eingelassen, als wenn ich es ständig nur verdrängt hätte...so sehe ich es für mich.

Mein Hausarzt hat kurz vor der Diagnose AA ein Blutbild mache lassen, da ich dachte ich hätte Schilddrüsenprobleme...War aber alles okay, kein Wert irgendwie auffällig. Wie lässt man Biotin, B-Vitamin und Zink testen? Auch beim Hausarzt?

Er hat bei mir auch die AA diagnostiziert, aber nie etwas diesbezüglich veranlasst...Er meinte, 50 zu 50 das die AA wieder verschwindet (bzw. verschwindet und später doch mal wiederkommt)...Wie auch immer. Werde weiter berichten.

Euch alles Liebe

Doreen

Subject: Aw: Kurzer Zwischenstand (mit Bild)

Posted by [angela](#) on Sat, 28 May 2011 08:51:35 GMT

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

Hallo Doreen,

so ein Blutbild beim Hausarzt (vielleicht war es auch nur ein kleines) ist nicht sehr aussagekräftig. Er wird einfach mal abwarten wollen, ob sich das Problem nicht von alleine löst

(Spontanheilung). Du solltest wenigstens mal zum Hautarzt gehen und mit ihm die Diagnose besprechen. Er wird dann evtl. auch andere Werte untersuchen.

Den Test den ich angesprochen habe, hat mir z.B. meine HNO-Ärztin empfohlen. Ich war damals wegen eines anderen Problemes bei ihr und sie meinte ich sollte mal diese Werte untersuchen lassen. Muss man natürlich selbst zahlen und kostet ca. 100 Euro. Die Labore bieten ja zu den Standarduntersuchungen auch Tests an, die wie in diesem Fall speziell Werte rund ums Haar untersuchen.

Bei dieser Mikronährstoffuntersuchung wurden Zink*, Magnesium*, Vitamin B6+B12*, Biotin*, Erythrozyten, Haemoglobin und Haematokrit getestet.

Alles mit Sternchen war bei mir im Keller. Die Einnahme hat zwar leider nichts für das Haarwachstum gebracht, aber die Haare haben seither wieder mehr Glanz und sind nicht mehr so spröde. Mat hat schon gemerkt das denen etwas gefehlt hat.

Die Einnahme von Zink und Vitamin B Komplex ist sowieso sinnvoll.

LG und schönes Wochenende
Angela

Subject: Aw: Kurzer Zwischenstand (mit Bild)
Posted by [lisa](#) on Sat, 28 May 2011 16:39:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey Doreen,
nein bei uns Menschen mit AA ist das anders, (habe ich zumindest gelesen) eine normale Haarwurzel ist schwarz und gesund und unsere eher krank mehr weiß ich auch nicht ^^

Ich habe bisher schlechte und positive Erfahrungen mit AA gemacht, in Bezug auf den Verlauf. Heute bin ich 19 1/2 Jahre, wo ich 8 war find es an, nur für ein halbes Jahr habe da sogar meine Augenbrauen verloren und nur ein paar kleine kahle Stellen. Davon weiß ich aber nichts mehr. Mit 16 brach die AA dann richtig aus. innerhalb von einem halben Jahr habe ich 60 % meiner Haare verloren und nach einem halben Jahr DCP Therapie waren die Haare 100 % wieder da. Es war ein sehr schönes Gefühl Haarvoll zu sein und ich dachte die Krankheit wäre besiegt. Das war im Dezember. Dann im Mai fingen sie wieder an auszufallen, nur ein ganz bisschen. Der Arzt meinte in der Regel kommt ein ganz gewaltiger Schub und danach nur kleinere. Aber heute (ein Jahr später) wären mir bestimmt insgesamt genauso viele Haare ausgefallen wie damals wenn ich nicht noch einmal die DCP Therapie gemacht hätte. Nun wachsen die kleinen Stellen zu. Die große ist noch da und ich weiß auch nicht wie es mit dem Rest ist, wie schon gesagt die Haare fallen immer an denselben Stellen aus
