

---

Subject: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [Mareen](#) on Wed, 08 Jun 2011 14:07:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Ihr Lieben.

Ich habe mich hier angemeldet weil ich nicht mehr weiter weiß.  
Keiner nimmt mich ernst und will dieses Problem verstehen.

Ich war im Dezember beim Friseur und Sie hat einen kahlen Fleck im oberen Scheitelbereich gefunden. Sie sagte mir das sei kreisrunder Haarausfall. Ein riesen Schock, ich wußte nicht was das ist usw....Ich sollte erst mal abwarten und nichts tun.  
Dann im Februar war ich wieder da und nun entdeckte sie einige Stellen über den ganzen Hinterkopf verteilt. Ich bekam eine riesen Angst...bin dann nach langer Überwindung Ende April zum Hautarzt gegangen. Der hat das alles nicht ernst genommen. Ist doch nicht so schlimm usw. bla,bla. Außer eine Creme zu verschreiben hat er nichts gemacht.

So diese Creme nehme ich seit vier Wochen und es wird immer schlimmer. Mehr und mehr kahle Stellen. Ich bin richtig fertig. Die Angst die Haare komplett zu verlieren kreisen den ganzen Tag im Kopf herum. Kann kaum noch richtig arbeiten....

Könnt ihr mir ein paar Tipps geben? Wie lange dauert der Heilungsverlauf?  
Kann ich außer der Creme andere Medikamente benutzen.

Danke für eure Hilfe!

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [Gerbera](#) on Wed, 08 Jun 2011 15:44:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe Mareen,

ich habe letztes Jahr eine kleine kahle Stelle gehabt. Hatte diese einen Monat lang und dann gingen innerhalb von 1 Woche alle Körper- und Gesichtshaare raus. Die Ärzte wissen alle nicht, was sie tun sollen. Das "wirksamste" ist wohl bislang Cortison und die Behandlung mit DPC, jedoch wirkt das nicht bei allen und hat große Nebenwirkungen. Schau Dich mal bissl im Forum um, da gibts ganz viele Behandlungsansätze. Offiziell ist es aber so, dass man die Ursache nicht sicher ausmachen kann....und sich leider auch in den letzten Jahren nicht so viel getan hat. Es ist halt eine sehr unberechenbare Erkrankung...so wies gekommen ist kann sie auch wieder weggehen...man kann das leider immer nicht sagen.

Ich kann Dich aber sehr sehr sehr gut verstehen, ich hatte auch wahnsinnige Angst in der Zeit und man fühlt sich erstmal richtig richtig schlecht, weil man ja doch net so viel machen kann

und auch weil man das Gefühl hat, kein Arzt nimmt einen ernst.

Ich wünsch Dir ganz viel Kraft das durchzustehen und hoffentlich Freunde/Familie, die Dich unterstützen und tragen!

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [badsalz](#) on Wed, 08 Jun 2011 20:15:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich wünsche Dir viel Kraft. Laß Dich nicht fertig machen von AA, dann wird alles nur noch schlimmer.

Wie zuvor Gerbera geraten hat, schaue Dich im Forum um. Da steht eigentlich alles.

Ansonsten würde ich Dir empfehlen, es entweder sofort mit Knoblauch (siehe die Threads hier) oder mit DCP zu versuchen. Zusätzlich Zink und Selen. Ansonsten findet jeder so seine Mittelchen.

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [badsalz](#) on Wed, 08 Jun 2011 20:23:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mareen,

wollte Dich darauf hinweisen, daß Du deinen Nachnamen bei Deinen Personalien eingetragen hast. So sind Deine Beiträge vielleicht über die Suchmaschinen auffindbar. Würde ich sicherheitshalber herausnehmen. Konnte Dir dies leider nicht per Mail mitteilen, da Du diese Funktion gesperrt hast

VG

badsalz

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [Mareen](#) on Wed, 08 Jun 2011 21:09:03 GMT

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

---

Hallo,

Danke für Deine Info. Habe ich sofort rausgenommen.

VG  
Mareen

---

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [Mareen](#) on Wed, 08 Jun 2011 21:12:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für Deine Tipps, werde ich auf jeden Fall mal versuchen.  
Und außerdem es ist wirklich richtig toll hier mal alles loswerden zu können. Ich fühle mich nicht mehr ganz so allein.

VG  
Mareen

---

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [badsalz](#) on Wed, 08 Jun 2011 21:23:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mareen schrieb am Wed, 08 June 2011 17:12 Und außerdem es ist wirklich richtig toll hier mal alles loswerden zu können. Ich fühle mich nicht mehr ganz so allein.

VG  
Mareen

Ach, irgendwie lerne ich immer wieder Leute persönlich mit AA kennen. Letzte Woche auf einen Geburtstag einen Österreicher, der seit 8 Jahren Totalis hat. War nett, zwei Totale!

Und noch was mit dem sofort anfangen: Ich habe die Sache am Anfang ziemlich ignoriert und erst sehr spät angefangen, etwas zu unternehmen. Ärzte sagten zu mir z.B. je schneller DCP desto besser. Genauso wird es wohl mit dem Knoblauch sein.

---

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [Hausmann](#) on Thu, 09 Jun 2011 06:25:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Am Anfang ist es sehr schwer damit klar zu kommen.  
Wie badsalz schon schrieb. Erst nimmt man es nicht wahr. Der Arzt sagte mir: In drei bis vier

Monaten kommen die Haare wieder. Da brauchen wir nichts zu machen. Gab mir aber irgendeine Cortisonsalbe zur Beruhigung mit. Auch wenn man weiß das man wahrscheinlich nichts machen kann, beruhigt es schon sehr wenn man irgendetwas macht. Man fühlt sich nicht so hilflos.

Nach einiger Zeit, nachdem die Haare nicht nach drei bis vier Monaten wiedergekommen sind, sondern noch mehr ausgefallen sind, habe ich mir gesagt:  
Na gut, so lange es nuur auf dem Kopf ist. Viele Menschen haben eine Glatze.

Dann habe ich gemerkt das mir die Augenbraunen und die Wimpern ausfielen. Mist. Aber man kann nichts machen Mareen. Ich mache mir jetzt immer etwas MakeUp an die noch vorhandenen Stellen. Man sieht nicht sofort das fast alle Brauen weg sind. Gibt etwas Selbstsicherheit

Aber mit der Zeit ist es mir fast egal geworden. Ich mache jede Woche Knoblauch drauf. Das werde ich allerdings ab der nächsten Wochen verdoppeln, heißt zweimal die Woche. Selen und Zink. Das war es.

Den Eindruck den badsalz geschrieben hat, dass man immer mehr mit AA "findet" habe ich auch. Liegt wahrscheinlich aber daran das man AA bevor man sie hatte, nicht kannte.

Ich erwische mich dabei, dass ich durch die Stadt gehe und den Leuten auf den Kopf gucke. Manchmal glaube ich jemanden entdeckt zu haben der auch AA hat. Tut gut. Man ist nicht allein. Und glaub mir, es gibt viele davon.

Ich habe es jetzt seit etwas über einem Jahr Mareen. Der Haarausfall ist nicht so schnell wie bei einigen hier im Forum. Ich habe immer noch die Möglichkeit viele Stellen zu verdecken. Aber es wird der Tag kommen, trotz Knoblauch, an dem ich mir alle Haare auf dem Kopf wegrasieren werde. Das wird einer der schlimmsten Tage in meinem Leben werden. Da bin ich mir sicher. Aber ich werde es schaffen und mein Leben wird weiter gehen. Genau wie vorher. Ich werde kein Anderer sein. Ich werde immer ich bleiben.  
Und ich weiß auch, dass meine Haare wiederkommen werden. Vielleicht sogar bevor ich den Rasierer raushole.

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.

Posted by [Flori](#) on Thu, 09 Jun 2011 10:54:59 GMT

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

---

Hallo, ich kann diese Angst so sehr verstehen, auch ich mußte diese Katastrophe über mich ergehen lassen, denn richtig etwas dagegen tun konnte ich ja leider nicht. Viele Jahre hatte ich kahle Stellen überall auf dem Kopf, aber immer noch so viele das ich sie gut verdecken konnte. Und immer diese Angst wird es mehr, kann es jemand sehen, fallen mir meine ganzen Kopfhare aus????????? Jeden Tag Angst. Nach 8 Jahren habe ich dann meine ganzen Haare verloren dann Augenbraun und Wimpern, und obwohl ich mir nichts mehr wünsche das ich meine Haare wieder bekomme, habe ich keine Angst mehr. Ich bin traurig aber diese panische Angst ist nicht mehr da. Ich kann Nachts wieder schlafen und habe diese Panik nicht mehr, denn ich habe ja schon alles verloren. In dem Moment wenn irgendwann meine Haare wieder wachsen (und das werden sie) wird auch diese Angst wieder kommen. Das was ich hier schreibe mag für einige etwas seltsam klingen aber ich bin ruhiger geworden. Das klingt ziemlich blöd

und klingt wahrscheinlich auch nicht sehr motivierend aber so ist es im Moment bei mir. Natürlich will ich meine Haare zurück und nehme den täglichen Kampf auch gerne auf mich. Vielleicht ist dieses Gefühl was ich jetzt habe, ja auch etwas anderes. Eigentlich wollte ich nur schreiben, wie unerträglich es ist die Haare zu verlieren (das wissen ja alle Betroffenen). Das was ich geschrieben habe soll nicht mißverstanden werden aber manchmal denke ich, jetzt habe ich alles verloren es kann nur noch besser werden. Ich hab jetzt echt Angst das ich mißverstanden werde und ich böse Antworten bekomme. Sorry dann.

---

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [Gerbera](#) on Thu, 09 Jun 2011 13:32:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

HALLO FLORI,

hätte genauso von mir geschrieben sein können, genau so denke ich auch! Und irgendwie hats mich auch befreit, diese panische Angst loszuwerden als alle Härchen weg waren... klingt aber vielleicht komisch für jemanden der das nicht mitgemacht hat?

---

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [Christkind](#) on Fri, 10 Jun 2011 18:19:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo an alle!

Wird jetzt mal eine lange Nachricht, aber ich möchte eben alle Infos so genau wie ich kann loswerden, damit vielleicht ein Paar nicht so ewig googeln müssen wie ich!

Ich, weiblich, 24 Jahre. Leichte Milbenallergie und leichten Heuschnupfen. Erste kahle Stelle: 15.01.2011, Hinterkopf unten, ca. 4cm Durchmesser. Nachdem das bei meiner Mutter in den ihren 20igern auch öfter mal da war erstmal außer Zink nichts unternommen. Irgendwann doch zum Arzt: Cortisonlösung. Sinnfrei. Binnen 4 Monaten habe ich nun eine Ophiasis im Anfangsstadium (möchte ich meinen). Ich habe 8 Löcher in dem Bereich. Am Oberkopf ein einziges, jedoch nur so 1,5cm. Jede neue Stelle bemerke ich erst durch Juckreiz, dann sind statt Haaren nurmehr Stoppeln übrig und irgendwann ist es babyweich. Stress als Auslöser war für mich Anfangs ausgeschlossen, bis mir eine andere Ärztin berichtete, dass zwischen der Stresssituation und dem Haarausfall bis zu 3 Monate vergehen können. Das kommt hin, habe drei Monate zuvor die Uni abgeschlossen und bin schweren Herzens von Köln wieder zurück in das Land der Berge, Land der Seen. Nächster Schritt: Kortison zum Einnehmen. Bereits am 2. Tag nach Beginn nurmehr 10 Haare im Becken/Bürste statt der vorigen 30-40 (ja ich zähle wirklich). Das Loch am Scheitel hat sogar begonnen wieder zu wachsen. Ich wollte die Welt umarmen. Ich habe trotzdem zusätzlich eine Wunderheilerin aufgesucht. Das mein ich nicht respektlos sondern ich hab nur keine Ahnung was die eigentlich macht. Auf jeden Fall hat ihr mein Körper irgendwie mitgeteilt er bräuchte Gelee Royale und Folsäure/Vitamin B. Auf Anraten einer Bekannten nehme ich auch BioHtin. Alles nehme ich seit zwei Wochen. Bereits zwei Tage nachdem ich das Kortison abgesetzt habe war der Haarausfall wieder im alten Ausmaß

zurück. Soviel von mir zu diesem vermeintlichen Allround-Talent. Jedoch glaube ich das die kleine Stelle am Scheitelbereich weiter zuwächst. Kortisonspritzen, was mir die Ärztin als nächstes geben wollen wird, oder DCP werde ich nicht machen. Ich will an dieser Stelle die Beiträge von Dogbert und Anais empfehlen. Sehr lehrreich, und an dieser Stelle Lob und Dank an alle Beide für die Zeit und die Mühe die sie in dieses Forum investiert haben. "Nach Dogbert" werde ich zusätzlich mit der Einnahme von Selen beginnen. Ebenso hab ich gerade eine erste Knoblauchtherapie (allerding die für Feiglinge) durchgezogen. Ich habe mich auch schon mit Perücken angefreundet. Das kann ich jedem nur empfehlen!!! Mir hat es ein wenig von der Angst genommen, denn es gibt sehr schöne Teile! So toll haben sich meine eigenen Haare nie angefühlt. Allerdings abgesehen von den Kosten, gibt es für richtig gute Perücken eine Wartezeit von ca. 2-3 Monaten. Mir jetzt schon eine zu bestellen wäre nichts, da ich ja nicht weiß wie weit meine AA noch gehen wird und vl. komme ich ja mit einzelnen Haarteilen (ja die gibt es auch zum kleben) aus. Oder ich behalte zumindest die Frontpartie meiner eigenen Haare, sodass eine komplette Perücke viel echter wirkt da ich einen eigenen Haaransatz habe. Je mehr eigene Haare noch da sind desto besser. Natürlich wünsche ich mir dass es garnicht so weit kommt. Der Gedanke, dass ich meine kahlen Stellen nichtmehr abdecken kann und aber noch keine Perücke habe... der Gedanke sich selbst mit Glatze zu sehen. Da bekomme ich nach wie vor noch Tränen in den Augen und kann nicht glauben dass mir das passieren soll.

Aber es hilft nichts, da müssen wir alle eben durch!

---

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [badsalz](#) on Fri, 10 Jun 2011 19:40:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christkind schrieb am Fri, 10 June 2011 14:19Hallo an alle!

Aber es hilft nichts, da müssen wir alle eben durch!

Genau!

---

---

Subject: Aw: Ich habe riesen Angst.  
Posted by [badsalz](#) on Fri, 10 Jun 2011 20:19:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hausmann schrieb am Thu, 09 June 2011 02:25

Dann habe ich gemerkt das mir die Augenbraunen und die Wimpern ausfielen. Mist. Aber man kann nichts machen Mareen.Ich mache mir jetzt immer etwas MakeUp an die noch vorhandenen Stellen. Man sieht nicht sofort das fast alle Brauen weg sind. Gibt etwas Selbstsicherheit

Ich habe meinen Haarausfall nie kaschiert und einen gewissen Galgenhumor entwickelt. Bis heute habe ich keine Mütze, die mir wirklich gefällt. Vielleicht bin ich nicht eitel genug.

---