
Subject: Reaktionen von Kollegen

Posted by [paulina30](#) on Sat, 01 Oct 2011 20:12:39 GMT

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

Sorry,

aufgrund eines bestimmten Vorfalles musste ich meinen Eintrag löschen.

Ich bedanke mich aber aufrichtig bei allen, die mir diesbezüglich geantwortet haben.

Beste Grüße

Paulina

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen

Posted by [werner 127](#) on Sat, 01 Oct 2011 20:35:39 GMT

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

hi paulina,

lass dich nicht stressen! es ist nun mal so, dass eine starke äußerliche veränderung starke reaktionen hervorruft. für mich war die erste woche mit glatze auch extrem anstrengend, zumal ich vorher ziemliche zottelhaare hatte. nur dass bei mir die meisten erst mal von ner verlorenen wette ausgegangen sind. von ungefähr 100 kollegen ist nur ein einziger auf die idee gekommen, dass ich an einer karnkheit leiden könnte. aber neugierig oder frotzelig waren sie alle. allerdings muss ich sagen, dass die meisten, wenn ich's erzählt habe, eher rücksichtsvoll waren. bis auf ein zwei böartige kommentare über psychohygiene usw. sag einfach dir gehts gut und dass dich das nicht groß stresst, weil die ursachen eh unbekannt sind. keine weiteren diskussionen! übrigens haben viele unter der hand angedeutet, dass sie das selbst auch schon mal hatten

nach möglichen ursachen würde ich aber schon suchen, man muss sich nicht fatalistisch der aa ergeben. einfach in ruhe untersuchungen machen, nach körperlichen und seelischen schwierigkeiten suchen, und die dann behandeln.

der sturm legt sich schon.

viele grüße

werner

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen

Posted by [lisa](#) on Sun, 02 Oct 2011 01:14:13 GMT

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

Hey =)

das hört sich ja ziehmlich erschreckend an was du da schreibst

Aber hast du nicht schon mal daran gedacht dass deine Arbeitskollegen eifersüchtig sein könnten, dass du trotz Perücke immer noch hübsch aussiehst und immer noch eine "weibliche Konkurrenz" für sie bist??!!

Menschen die versuchen einen nieder zu machen, tun es meistens um von sich selber abzulenken um am ende selber besser da zu stehen.

Ich kenne so sprüche nur von dummen mitschülern, hätte nie gedacht das erwachsene gereifte Personen auch so schräg drauf sein können. Die Menschen sind schon allerhand

Zugegeben, auch ich drehe mich um wenn in der Stadt jemand mit einem Haarlosen Kopf herum läuft und lächle, weil ich auch mal 60 % meiner Haare verloren hatte. Heute sind die Haare wieder da, aber ich kenne die Probleme auch. Aber wenn ich einen Menschen ohne Haare sehe denke ich nichts schlechtes, ich gaffe auch nicht, ich denke einfach nur, ach noch einer obwohl bei mir wieder alles in ordnung ist und grinse weil er nicht weiß dass ich auch eigentlich dazu gehöre (stellen sind verdeckt). Ich denke wow die muss aber mut haben! Oder sieht ja gar nicht so schlecht aus. Aber auf solche gedanken wie deine KKolegen würde ich niemals kommen. Durch AA habe ich die negativen seiten des Lebens kennen gelernt und ich bin stolz drauf, weil ich weiß wie es ist wenn man mal ganz unten in einem Loch sitzt und die welt aus anderen Blickwinkeln sieht! Während alle anderen Idioten auf der Erde einfach keine Ahnung haben!

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [paulina30](#) on Sun, 02 Oct 2011 07:47:16 GMT

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

Sorry, musste den Eintrag löschen.
Siehe oben

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [cayenne](#) on Sun, 02 Oct 2011 11:04:45 GMT

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

Hallo Paulina,

die Reaktionen Deiner Kollegen überraschen mich. Offen, teilweise taktlos. Die Reaktionen spiegeln vielleicht die Ängste wieder, die diese Menschen in Deiner Situation hätten. Sie sind natürlich unangebracht, da Sie Dir nicht helfen. Mein Eindruck ist, dass Du stark genug bist - und das wünsche ich Dir - mit der Situation klar zu kommen. Du würdest es auch ganz ohne Haare schaffen, aber Sie werden wahrscheinlich alle wieder kommen.

LG, cayenne

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen

Posted by [Flori](#) on Sun, 02 Oct 2011 14:33:10 GMT

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

Hy ,ist mir nur ein mal passiert das eine Kollegin nachgefragt hat.Habe nur bestätigt das es eine Perücke ist und das es dazu auch nicht mehr zu sagen gibt.(Punkt).Das ist mir zu privat und ich möchte mich darüber auch nicht mit mir nicht nah stehenden Personen unterhalten.Mich würde aber interesieren wie die Schüler reagiert haben .Bekommt man ja auch nonverbal ganz gut mit.

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen

Posted by [paulina30](#) on Sun, 02 Oct 2011 15:07:22 GMT

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

Sorry, musste ich leider löschen

LG Paulina

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen

Posted by [Mona](#) on Mon, 03 Oct 2011 07:23:03 GMT

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

Hallo Paulina,

deine Geschichte spiegelt eigentlich genau wieder, wie sich Menschen verhalten, wenn man ihnen etwas "Ungewohntes/Unbekanntes" präsentiert. Wärest du mit einem Gipsbein ins Lehrerzimmer gekommen, hätte man sich vermutlich förmlich überschlagen, der Erste zu sein, der dir einen Kaffee an den Tisch bringt und sonstige kleine Gefälligkeiten anbietet. Das kennt man, das hat schon jeder irgendwo gesehen. Ein Gipsbein hat 100%-ige Akzeptanz, da hat man Mitleid, es gab einen Unfall oder Dergleichen, da muss man sich kümmern!

Haarersatz wird in sehr vielen Fällen erstmal (zumindest in Gedanken) mit einer Krebserkrankung in Verbindung gebracht. WENN jemand überhaupt mal eine Perücke an einem Menschen ausgemacht hat, dann handelte es sich meistens um Chemo-Patienten. Wenn aber bestätigt wird, es handelt sich NICHT darum, dann wirds schwierig. Da kommen blitzschnell Gedanken, wie "Ob das wohl etwas Ansteckendes ist , wie soll ich mich denn jetzt nur verhalten?"

Bei großer Unsicherheit ist eigentlich vorprogrammiert, das man in ein Fettnäpfchen tritt und die Reaktion "verletzend" überkommen könnte. Entweder finden die Menschen grad´ keine passenden Worte und bemühen sich sehr angestrengt, ganz normal zu wirken - dann werden sie einen aber von weiter weg "beäugen", um eine weiterreichende Erklärung zu finden - man fühlt sich beobachtet und somit unwohl. Oder sie sprechen es an, verpatzen es aber vollends, weil sie nicht die richtigen Worte gefunden haben - ich bin sicher, so Mancher beißt sich anschließend auf die Zunge und hätte die Zeit gerne eine halbe Stunde zurück gedreht...

Wenn wir uns alle mal fragen, wie wir selber jemandem entgegentreten würden in so einer Situation, dann wäre bestimmt jeder froh, wenn er sich darauf vorbereiten könnte und verschiedene "Wortwahlen" in Gedanken durchspielen könnte, um bloß nicht verletzend zu wirken.

Ich kann deine Gefühle und Gedanken sehr gut nachvollziehen, aber als Betroffener hat man kaum die Möglichkeit, sich im Vorhinein auf die Reaktionen einzustellen. Man kann nur versuchen, sich selber für diese Momente zu stärken und immer wieder vor Augen zu halten, worum es WIRKLICH geht:

- * Man ist Gott-sei-Dank nicht lebensbedrohlich erkrankt
- * Man verrichtet seine Arbeit wie gewohnt zuverlässig
- * Man "stört" niemanden, man hat "nur" eine andere Frisur!!!
- * Man hat GAR keinen Grund, sich für irgendetwas schämen zu müssen!

In dem Moment haben es die Anderen bestimmt schwerer, als man selber. Die basteln nämlich bestimmt immer noch an einem passenden Umgang - während du selber mit Freund und Schwiegermutter schon längst drüber lächeln kannst...

Nach dem, was ich herauslese, bist du auf dem richtigen Weg! DASS man derzeit einen Haarersatz benötigt, ist für den Moment ein unabänderlicher "Faktor". Darüber zu hadern, ist wirklich verschwendete Zeit. WIE LANGE man Haarersatz benötigt - das wird sich zeigen. Aber WENN dem so ist, dann sollte man nur die Vorzüge sehen (die es ja durchaus gibt) und raus ins Leben. Man kann nur das eigene Auftreten und die eigene Einstellung positiv lenken - die Menschen, die einem begegnen werden, kann man leider weder aussuchen, noch beeinflussen...

Und wer sich nachhaltig abfällig/verletzend äußert, oder verhält, der hat meines Erachtens ganz andere "Baustellen", als meinen Haarersatz. Mit solchen Menschen habe ich schon fast Mitleid, sowas ist einfach erbärmlich und ganz sicher Charaktersache... (Kleines Résumé aus 21 Jahren als Haarersatz-Trägerin)

Kopf hochhalten und lächeln, dann bist du nicht so leicht angreifbar. Andere denken eh, was sie wollen...

Alles Gute für dich und viele Grüße von Mona

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [Tanja1](#) on Mon, 03 Oct 2011 15:46:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mona,

ich finde Deine Antwort wirklich klasse. Ich denke genau so muß man versuchen, an die Sache "Haarersatz" ranzugehen.

Aber was mich ein bißchen verunsichert, dass es wirklich anscheinend so vielen Leuten auffällt?!

Seit dem ich an AA erkrankt bin, achte ich auch mehr auf die Haare fremder Leute. Bei einer Frau, von der ich im nachhinein erfahren habe, dass sie Krebs hat und auch Haarersatz trägt, ist mir die Perücke nicht aufgefallen.

Bei einer anderen, ich denke sie hat auch AA, ist mir die Perücke nur aufgefallen, weil mir die tätowierten Augenbrauen aufgefallen sind und ich dann noch stärker drauf geachtet habe. Ich hatte aber nicht den Mut, sie anzusprechen.

Ich kann meine Stellen verdecken, habe mich aber mit Perücken schon beschäftigt und eine Echthaarperücke im Schrank liegen.

Viele Grüße,

Tanja

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen

Posted by [Mona](#) on Tue, 04 Oct 2011 10:08:49 GMT

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

Tanja1 schrieb am Mon, 03 October 2011 17:46Aber was mich ein bißchen verunsichert, dass es wirklich anscheinend so vielen Leuten auffällt?!

Hallo Tanja

Im Grunde gibts da eigentlich nur 2 Kategorien von Betroffenen: Die Einen sagen "Hey - was solls! Ich geh´ da jetzt raus mit neuer "Friseur" und was die Anderen denken und sagen ist mit egal!" SUPEREinstellung - und wer das so "leben" kann - meinen herzlichsten Glückwunsch!

Und dann sind da die Menschen, welche die gleichen Bedenken haben, wie du - und das trifft wohl auf die überwiegende Anzahl der User hier auf dem Board zu.

Und es gibt verschiedene "Wünsche" bei den Betroffenen: Die Einen suchen den Haarersatz nach dem Stand aus, welchen sie VOR dem Haarverlust hatten, dann gibt es natürlich für Außenstehende eine plötzliche und unerklärliche "Mähne" zu bestaunen. Andere lassen sich dahingehend beraten, dass man mit geringer Haardichte beginnt und bei jedem neuen Haarersatz etwas an Fülle/Haardichte dazulegt. Das kommt aber eher in Frage, wenn man davon ausgehen muss, längerfristig auf Haarersatz angewiesen zu sein.

Man kann aber z.B. die kommende optische Veränderung step by step für die Außenstehenden "einpfeifen". Das geht auf unterschiedliche Weise - je nach dem, wie sich der Verlauf des Betroffenen darstellt. Sind jetzt noch gerade so ausreichend Haare da und man weiß aber, es wird sehr schnell weniger werden, dann kann man z.B. im Kollegium in der Mittagspause mal in Frisuren-Heften blättern und irgendwie die Aufmerksamkeit darauf lenken. Irgendwer wird schon über die Schulter sehen (ich schätze mal, fast jeder Betrieb hat eine "Else Kling" an Bord - und GENAU die wollen wir ja überzeugen) Und dann kann man sagen: "Schau´ mal - wäre DAS nicht etwas für mich? Was meinst du!? Irgendwie ist mir meine Friseur viel zu langweilig, ich möchte mal etwas Verrücktes probieren und mal ganz anders

aussehen! Vielleicht auch eine Dauerwelle mit einbringen, damit alles etwas mehr Fülle bekommt!? Da werde ich mich demnächst mal fachkundig beraten lassen..." (Da ist nichts gelogen, nichts erfunden und trotzdem lenkt man die Gedanken der "Normalos" in eine völlig andere Richtung)

Wem sowas nicht liegt, der kann z.B. auch etliche Wochen vor dem Haarsersatz mit dezenten Tüchern, Bändern und anderem "Haarschmuck" kaschieren. Man beginnt damit, dass man zunächst den eigenen, schwindenden Haarstatus kaschiert - das hat den Vorteil, dass man auf Fragen hin immer behaupten kann: "Ja sicher - das sind meine eigenen Haare". Außerdem kann niemand genau ausmachen, wie viel an Eigenhaar unterdessen tatsächlich schon verloren ist.

Mit dem Haarsersatz geht man dann "rückwärts" vor: Zuerst die selben Bänder, Tücher etc. mit einfrisieren, dabei die "neue" Frisur/den Haarsersatz möglichst für ein paar Wochen nicht füllig frisieren, sondern eher der Optik anpassen, welche man VOR dem Haarsersatz hatte. Und dann nach und nach den "Haarschmuck" weglassen und nach Wunsch frisieren.

Menschen sind "Gewohnheitstiere", was sie kennen, ist für die Allermeisten kein Hingucker mehr. Mir hat immer geholfen, wenn ich mich zu bestimmten Situationen selber hinterfragt habe. Was würde für mich bei anderen am Natürlichsten und Unauffälligsten rüberkommen? Und was wäre für mich ein Anlass, nochmal genau hinzuschauen, um eine Erklärung für die krasse Veränderung ausmachen zu können? So kommt man dem Verhalten der Mitmenschen auf die Spur, denn soooo viel anders würde man selber ja auch nicht denken und schauen, wenn man ehrlich ist. Wahrscheinlich "sensibler" und unauffälliger, aber vermutlich nicht weniger neugierig...

So in der Art werde ich demnächst auch vorgehen, weil ich mich entschlossen habe, wieder etwas längere Haare zu tragen. Von jetzt auf gleich würde es meinem direkten Umfeld auffallen. Aber wenn ich erst ein paar Wochen hinten hochstecke, oder anders frisiere, weiß später kein Mensch mehr, wie lang die Haare neulich mal waren...

Liebe Grüße von Mona

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [Arianrhod](#) on Wed, 05 Oct 2011 15:26:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe mittlerweile die "Friss-oder-Stirb Taktik".

Da es sich bei mir gleich am Anfang rumgesprachen hat, dass ich Haarsersatz trage (jmd aus dem Hörsaal hatte ne Mutti mit Perücke), bin ich dazu übergegangen, gleich mit allen Infos rauszurücken, damit keiner hinter meinem Rücken spekulieren muss.

Ist nicht für jede Situation passend, aber dann sieht man auch, wie der GGü eingestellt ist.

Als jmd ein wenig zu laut feststellte, das ich mir Augenbrauen aufgeklebt hab, habe ich mich zum gesamten Hörssal umgedreht und laut gerufen:

"So, ich habe mir Augenbrauen gekauft, hat noch jemand fragen?"

und als ich mir letztens meine neue Perücke aussuchte, die dann letzte Woche kam, hab ich einfach ein Foto vom Haarersatz und eine Infoseite der Firma rumgezeigt, die sowas herstellt.

Und schon war Ruhe

Zum ersten mal habe ich mir auch eine Perücke ausgesucht, die komplett anders ist vom Schnitt und der Farbe.

Bisher kamen nur super Kommentare, die Leute die sonst immer laut tuscheln haben allesamt den Rand gehalten *g*.

LG Andrea

PS:

Meine Top 5 der dämlichen Bemerkungen:

1) Am Tele: Mutti von Ex zu meiner Mutti:

"Wann kommen denn die Haare wieder, meine Männer wollen was zum angeben haben"

2) Beim Sport mit Tuch "Was hastn da fürn Topf auf dem Kopf"

3) "kannstse nichtmal ein wenig was aus dir machen? (bei 30 Grad im Schatten mit Kunsthaarperücke damals)

4) "Ich hab gehört, du hast dir ne neue Matte bestellt?"

5) Während des BWL-Unterrichts "Seit wann hasten Augenbrauen" und zwar laaaaut. (Hab mir welche zum Aufkleben gekauft)

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [esperanza](#) on Wed, 05 Oct 2011 16:19:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Arianrhod,

ich denke, so wie du damit umgehst, ist die einzige Methode, seine Ruhe zu haben. Sollte ich tatsächlich meine Haare verlieren, wie es ein Hautarzt durch eine Sekundendiagnose meinte prognostieren zu müssen, hoffe ich, dass ich genauso cool auf Reaktionen von anderen reagieren werde ...

Zitat:1) Am Tele: Mutti von Ex zu meiner Mutti:

"Wann kommen denn die Haare wieder, meine Männer wollen was zum angeben haben"

Sei froh, diese Schwiegermutter losgeworden zu sein. Einfach unfassbar!

Eine Frage habe ich: Was bedeutet Hashi seit 2 J. und AA seit 0? AA also schon seit der Geburt mit "Löchern" auf dem Kopf?

Weiterhin soviel Stärke wünsche ich dir und liebe Grüße, Esperanza

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [Arianrhod](#) on Wed, 05 Oct 2011 20:03:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also bei mir fing es 2005 mit 21 Jahren mit diffusem Haarausfall an und es fielen mir nach und nach Augenbrauen /Wimpern /Körperbehaarung aus.

Später wurden dann der Scheitel, sowie die Schläfen dünner und bei mir wurde aufgrund der Diagnose Alopezia Areata rumgedoktert.

Im Januar 2006, knapp ein halbes Jahr später fielen mir in einem letzten Rutsch von ca. 2 Wochen alle restlichen Haare aus, sodass ich erstmal eine Glatze hatte.

Dann hab ich mehrere Therapien ausprobiert, bis ich mich nur noch gestresst hab und alles abbrach.

2008 wurde zwar der Verdacht auf Schilddrüse geäußert, aber nie so richtig untersucht vom Hausarzt.

2009 habe ich mich im Bundeswehrzentral Krankenhaus in Koblenz bei der Derma-Abteilung durchgechecken lassen und habe denen meine ganzen Blutwerte seit 05 gezeigt.

Der Arzt dort hat mich kurz untersucht, hat gemeint ich hab garantiert was an der Schilddrüse und mich zur Nuklearmed. weitergeschickt.

Das Schilddrüsen-Sonogramm war so eindeutig, das man mir die Diagnose Hashimoto / Unterfunktion gab.

So glücklich war ich noch nie seit langem, weil man endlich mal was hatte. Der Arzt hat mich ein wenig scheel angeschaut, als ich lächelnd aus der Abteilung bin

Seit Anfang 09 nehme ich jetzt Schilddrüsenmedikamente, Euthyrox 100 mittlerweile.

Das mir die Haare wieder wachsen, auch wenns nur ministoppeln sind, ist ein Zeichen das sich wenigstens was tut. Ob es zu einer Rudi-Völler-Gedächtnismatte reicht steht in den Sternen, aber wat solls

Man hat mir auch gesagt, das Hashis auch oft andere Autoimmunkrankheiten mitschleppen, die gehäuft in der Familie vorkommen. Meine Mum hat z.B. seit x-Jahren starke und stressgeförderte Psoriasis/Schuppenflechte und Arthrose in den Gelenken.

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [esperanza](#) on Fri, 07 Oct 2011 18:50:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Arianrhod,

ganz lieben Dank für die ausführliche Beschreibung deines "Krankheitsverlaufes". Es zeigt mal wieder, dass diese Krankheit tausende Ursachen haben kann.

Ob es bei dir jetzt tatsächlich an der Schilddrüsenunterfunktion liegt ist natürlich fraglich, denn nach 2 fast 3 Jahren Medikamenteneinnahme nur ein paar Haarstoppel ... Man weiß es halt nicht, vielleicht wären sie auch ohne gekommen. Natürlich ist es für deine Schilddrüse auf jeden Fall erforderlich diese zu nehmen.

Ich habe natürlich sofort recherchiert und gelesen, dass es durch diese Unterfunktion zum Verlust von Körperhaaren und Augenbrauen kommen kann, was bei mir ja schon vor 4 J. stattgefunden hat. Bei der normalen Blutuntersuchung durch den Hausarzt waren diese Werte in Ordnung. Werde ihn aber beim nächsten Besuch nochmal darauf hinweisen, dies spezieller zu untersuchen. Heutzutage muss man ja alles selbst in die Hand nehmen, wenn man krank ist bzw. selbst bezahlen.

Langsam werde ich wirklich irre, ich möchte meine Haare behalten! Da wahrscheinlich nur wenige Menschen prozentual von der Alopecia betroffen sind, gibt es keine Forschung, kein Interesse seitens der Pharmazie, weil deshalb damit natürlich nicht die Mega-Kohle zu machen ist.

Vor ein paar Tagen war ich in der Klinik und man sagte mir, viele Therapien, Medikamente wären nicht zugelassen, weil sie einfach zu billig wären und die Pharmaindustrie nichts dran verdienen könnte. So sieht's aus!

Lieben Gruß, Esperanza

Subject: Aw: katastrophale Reaktionen von Kollegen
Posted by [Arianrhod](#) on Tue, 11 Oct 2011 17:47:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mein Internet-Stick macht mich Wahnsinnig! Grml!

Also ob meine Haare wiederkommen, weiss keiner. Ein paar Stoppel kamen auch, während ich keine Behandlung hatte, es waren immer mal 3-4 längere Haare, nicht mit einem Flaum vergleichbar.

Hatte heute meine Besprechung der neuen Blutwerte, die sind mal wieder ganz anders als die letzten, es tut sich also was. Auf jedenfall waren sie in der Norm und ich kriege noch die selbe Hormondosis, wie ich schon ein halbes Jahr einnehme.

Es gibt zwar schon Möglichkeiten die DCP und Kortison, aber das ist meist das letzte vom letzten was helfen könnte.

Durch das DCP hat sich bei einer Freundin der komplette Kopf verfärbt und geholfen hat es auch nur kurz. Sie konnte die ganzen Entzündungen auf dem Schädel nicht ertragen und nachts hat sie sich auch andere Körperteile entzündet wie die Arme, weil sie beim Schlafen an den Kopf gekommen ist.

Vor Kortision hatte ich immer Respekt, weil ich auch ohne schon genug zugenommen hab. Dato wusste ich auch nicht, das ich eine SD Unterfunktion hab...

Mein Arzt hat mir heute 300 Mikrogramm Selen aufgeschrieben, ich muss es, weil es laut Vorschrift unter Nahrungsergänzung fällt, selbst bezahlen. Über Selen gibt es ja schon einige Threads hier