
Subject: Gewichtsabnahme bei Bewegungsmangel???

Posted by [Gerbera](#) on Sun, 08 Apr 2012 16:35:12 GMT

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

Ich habe seit geraumer Zeit Alopezia Universalis. Ungefähr zur gleichen Zeit nahm ich ziemlich an Gewicht ab. Bisherige Untersuchungen haben nichts ergeben. Durch ein Protokoll habe ich nun festgestellt, dass ich an den Tagen, an denen ich mich wenig bewege abnehme und an denen, an denen ich viel körperlich beanspruchendes mache (etwa den ganzen Tag Gartenarbeit), mein Gewicht steigere oder zumindest halte. Egal was und wie viel ich esse. Woran kann das liegen???

Subject: Aw: Gewichtsabnahme bei Bewegungsmangel???

Posted by [123456789](#) on Mon, 09 Apr 2012 06:42:27 GMT

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

Hallo,

welche Untersuchungen haben denn schon stattgefunden? Damit musst du zum Arzt. Aber die Frage hat 100 % nichts mit der AA zu tun.

Und über welche Gewichtsabnahme geht es denn? Du bist sicherlich weiblich, oder? Schwankungen im Gewicht sind doch normal, hat doch auch was mit dem Hormonkreislauf und mir Wassereinlagerungen zu tun.

Ich würde spontan eher sagen, dass du manchmal mehr eiweißhaltige Kost isst oder halt mehr trinkst wenn du Sport machst und dass sich das Wasser einlagert.

Falls es sich wirklich um massive Schwankungen handelt gehörst du 1. zum Hausarzt, 2. zum Endokrinologen und 3. zum Urologen.

Aber das kann ich nicht wirklich und niemand anderes auch nicht beurteilen.

Wie geht es dir denn? Fühlst du dich auch krank und schlapp? Wahrscheinlich nicht, sonst würdest du kein Sport machen. Wie oft gehst du denn zum Sport?

Meine Fragen sind nur für dich zum Nachdenken, also rein rethorisch gemeint. Bitte nicht drauf antworten, denn ich kann dir auch nicht darauf antworten. Liebe Grüße Anais

Subject: Aw: Gewichtsabnahme bei Bewegungsmangel???

Posted by [Gerbera](#) on Mon, 09 Apr 2012 12:00:10 GMT

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

Liebe Anais,

danke für Deine Antwort. Bislang haben sie nur Hormonstatus und diverse Blutwerte untersucht, alles soweit im Rahmen.

Ja, ich bin weiblich =)

Sport mache ich in dem Sinne nicht, nur etwa einmal pro Woche 1/2 Tag Gartenarbeit =) Ich habe aber durch einen meiner Jobs bedingt sehr viel Bewegung an manchen Tagen...

Ich habe quasi kein Durstgefühl (hatte ich noch nie) und muss mich immer zwingen zu trinken

und da ich Vegetarierin bin esse ich tendenziell eher zu wenig Eiweiß....ne Idee ists aber dennoch, ich werde es beobachten.

Im ersten Monat bin ich um 10 kg runter, dann kamen nochmal -5 dazu und nun schwankts im 5kg-Rahmen, jedoch schaffe ich es nicht zu meinem ursprünglichen Gewicht zu kommen (bin 1.80 groß und wog 70 kg, aktuell sinds nur 55). Kleinere Schwankungen hatte ich immer, aber nicht in so großem Rahmen.

Ich hab auch noch andere Symptome (sehr starken Juckreiz etc.), aber zwei Hausärzte und drei Hautärzte meinten, dass sie nicht wissen woran es liegen kann bzw. was man machen kann oder wo sie mich hinschicken sollen und ich mich damit abfinden soll. Eigenrecherche ergab bislang auch nichts...=(

Psychosomatisch kanns eigentlich auch nicht sein da ich abgesehen von meiner Gesundheit mit meiner Lebenssituation zufrieden bin.

Subject: Aw: Gewichtsabnahme bei Bewegungsmangel???

Posted by [123456789](#) on Mon, 09 Apr 2012 12:29:32 GMT

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

Hallo Gerbera,

ich finde deine Gewichtsabnahme sehr bedenklich. Ich würde damit noch mal dringend zum Hausarzt gehen.

Warst du schon immer Vegetarier? Und isst du denn genug? Wieviele Kalorien nimmst du täglich zu dir?

Liebe Grüße Anais

Subject: Aw: Gewichtsabnahme bei Bewegungsmangel???

Posted by [Gerbera](#) on Wed, 11 Apr 2012 08:02:42 GMT

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

Liebe Anais,

jaaaa...Vegetarier bin ich seitdem ich 10 Jahre alt bin, also nun fast 20 Jahre lang schon =) Ich hab alles aufgeschrieben was ich jeden Tag so esse und es sind immer zwischen 2500 und 2800...also nicht gerade allzu wenig.

Naja die Ärzte sagen dass es Psychosomatisch sein muss. Ich schließe das aber aus, denn abgesehen von manchen Tiefs durch die fehlenden Haare gehts mir prima, ich bin glücklich sowohl im Privaten als auch Beruflich =(Ich war gestern wieder beim Arzt und er meinte, man solle es "weiterhin beobachten" und wenn ich mich nicht schlecht fühle soll ich es so hinnehmen. Eine mögliche Ursache konnte er mir abgesehen von der einen nicht nennen.

Ärzte eben =)

Liebe Grüße
Gerbera

Subject: Aw: Gewichtsabnahme bei Bewegungsmangel???
Posted by [blümchen](#) on Wed, 11 Apr 2012 10:25:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Gerbera,
warst du immer beim gleichen Hausarzt ?

Ich denke, dann solltest du dir unbedingt mal eine 2. Meinung einholen.
Würde auch mal ein großes Blutbild machen lassen und Entzündungswerte prüfen lassen.

Auch solltest du überprüfen lassen, ob bei dir noch andere Autoimmunerkrankungen in Frage kämen. AA kann auch noch mit anderen Autoimmunen Erkrankungen Auftreten, die auch zur Gewichtsabnahme führen können, Schilddrüsenwerte, sind auch wichtig .
Und mal an solche Dinge wie Zöliakie denken ! Habe eine Freundin auch Sie wurde immer dünner, man hat recht spät eine Zöliakie diagnostiziert.

Soviel Abnehmen ist schon grenzwertig. Ich hoffe ich verunsichere dich nicht, aber ich habe inzwischen durch sehr viele ärztliche Diagnosen und leider auch Fehldiagnosen gelernt, immer auch eine 2 Meinung einzuholen.

Das ist zwar lästig, aber gerade bei solch diffusen Dingen unabdingbar.
Wünsch dir alles Gute, Blümchen
