
Subject: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [guggl91](#) on Sun, 30 Sep 2012 19:14:52 GMT

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

Hallo liebe Alopezie-Gemeinde

Ich bin noch nicht allzu lange im Forum, habe aber schon viele Threads gelesen.
Bin über ein paar Erfolgsgeschichten gestolpert und Selbstversuche.

Ich würde all diejenigen, die Erfolge hinsichtlich wiedergewonnener Haarpracht hatten, bitten - falls ab und zu noch online - hier zu berichten.

Habe schon einige Sachen gelesen, wie zB Knoblauch-Therapie, Wickel mit Weißkohl, Versteckte Entzündungsherde (Zahnarztbesuch), Selen(it)mangel ...

Finde es aber immer schwierig, sich in die ganzen Geschichten einzulesen.

Wäre gut, wenn hier jmd seine Erfolge schildern könnte und dann mit einem Link auf den jeweiligen Thread verweist.

Ich fände es eben gut, einen übersichtlichen Überblick zu gestalten. Auch als Hilfestellung für neue Mitglieder.

Also, eure Hilfe ist gefragt - was hat Erfolg gebracht ?

PS. Vllt gibt es hier im Forum ja schon so ne "Erfolgssammlung" - dann sorry für das neue Thema und verweist bitte darauf. Danke !!!

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Milly](#) on Mon, 22 Oct 2012 12:18:06 GMT

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

Hey

Ich hab die Kohlwickel geschichte gemacht + den (ekligen/widerlichen/urgh) Saft trinken.
Anfänglich rieb ich mir noch gegen den gestank jeden morgen die Kopfhaut mit Teebaumöl an.

Was soll ich sagen.

Vor 2 monaten begann meine "Therapie". Ich schaffe es 1-2 mal täglich mich zu wickeln. Nachst mach ich dass ab und an mal (schlafe unerholsam wenn ichs auf dem kopf habe)

Zuerst ging der Haarausfall weg und das soo schnell. Dann wuchsen mir die Stellen, wo die haare zu erst raus waren langsam zu (hab hinten jetzt so ein "strausenhaar").

Noch fehlt noch ein wenig (in etwa 5%), aber ich bin soweit, dass ich sage, dass ich morgen zum friöser gehen kann und mir einen hübschen asymentrischen bob schneiden kann und schon gibt es keinen HA und kahle stellen mehr

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [mama3](#) on Thu, 08 Nov 2012 09:00:46 GMT

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

Mein Sohn (12) hat momentan AA totalis auch die Augenbrauen beginnen nun auszufallen.
Habe gerade das mit dem Kraut gelesen.

Glaubst du, dass das was für meinen Sohn wäre. Hilft es wirklich? - auch auf Dauer?

Mein Sohn resigniert schon und lehnt alles ab, da er bis jetzt keine Erfolge gesehen hat.

Wie sieht es mit der Kohl-Salbe aus?

Wäre um jeden Tipp dankbar!

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Milly](#) on Thu, 08 Nov 2012 10:25:58 GMT

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

Also, ich würde dir empfehlen zu versuchen.

Bei mir funktioniert es, wie gesagt sehr gut.

Ich habe mit der Behandlung im August angefangen. Ich hatte da am Hinterkopf ein großes Loch, an beiden Seiten waren mir die Haare ausgefallen, so wie an einigen Stellen oben auf dem Kopf.

Die Haare waren noch am ausfallen, als ich das Buch fand und anfang mir Kohl auf den Kopf zu legen.

3 Tage später schwubs, war der Haarausfall vorbei. .

Ein wenig später, begann an einigen Stellen die Haare wieder zu wachsen.

Noch ein wenig später wurde ich diese grässliche Dauererkältung los. Und momentan bin ich Immunsystem gesehen nicht mehr soo anfällig.

Zum Stand heute:

An der rechten Seite fehlt mir noch Haar und das kommt leider noch nicht nach. Aber ich hab ziemlich große Hoffnung, dass das auch bald so ist.

Ansonsten, ist es an allen Stellen nach gekommen und die Löcher werden immer kleiner und dünner. Sogar an meinen Beinen bekomme ich wieder Haare (gestern das erste Mal rasiert ! (und ich bin 19))

Ob es was für deinen Sohn ist?

Versuchs mal. Die ersten Erfolge sollten relativ schnell kommen, doch dann heißt durchhalten. Es dauert, bis alles nach kommt. Die Frau im Buch hat ja immerhin über ein halbes Jahr gekrautet.

Die Salbe habe ich noch nicht benutzt und würde persönlich auch eher zum Kohl greifen. Es ist am einfachsten (haben meine Eltern und ich festgestellt), wenn man die Blätter mit dem Schnitzelklopfer klopft.

Wir verwenden die ganzen Blätter.

Ich trinke zu dem ein Glas Kohlsaft pro Tag. Super eklig und aufpassen von manchen Sorten wurde mir richtig schlecht.

Achja und wenns stinkt, als ob was auf dem Kopf deines Sohnes gestorben sei, habt ihr alles richtig gemacht.

P.S.: Den Kopf kann man morgens mit Teebaumöl einreiben (nur ganz wenig) dann geht der

gestank weg.

P.S.S.: Ich nehm zu dem noch Bio-H-tin, pantovigar und Zink zum haare wachsen helfen. Zu dem trinke ich noch 1 Glaß milch am tag wegen B12 vitaminen. Das dient alles aber hauptsächlich zum schnellerem wachsen der Haare!

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Milly](#) on Sat, 17 Nov 2012 22:06:04 GMT

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

Achja ,

Ich würde mich freuen, wenn du mir schreibst, ob ihrs jetzt macht. Auch würde ich mich freuen zu wissen, ob es deinem Sohn hilft.

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [P!NK](#) on Mon, 19 Nov 2012 14:03:21 GMT

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

Hallo Milly

also das nach drei Tagen die Haare vom Kohl nachgewachsen oder aufgehört haben auszufallen ist doch nun quatsch....

das wäre auch ohne den Kohl passiert, da es so schnell doch überhaupt nicht geht....wenn eine Therapie wirksam ist dann kann man das auch erst nach ca. 3 Monaten sehen weil so lange dauert es.

Es war einfach nur Zufall und du hast es eben gleich auf den Kohl geschoben

ich habe diese Variante auch schon ausprobiert und?????NICHTS!!!

Nur dreck und gestank.....

MfG

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Milly](#) on Mon, 19 Nov 2012 16:19:10 GMT

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

Ich berichte hier nur von meinen Erfahrungen.

Für mich wäre der Zufall schon sehr groß.

Ich hatte seit April starken HA und nachwachsen wollte es nicht.

Auf meinen Beinen und unter meinen Achseln so wie an *hatschi* hab ich seit dem ich 16 bin keine Haare mehr gehabt. Die wachsen langsam auch nach . Meine Dauererkältung, die ich dank der Immunschwäche den ganzen Sommer hatte, ist weg. Ob das jetzt Zufall ist, dass alles

in den 4 Monaten geschah, nachdem ich mit dem Krauten anfing, sei darf jeder selbst entscheiden.

In dem Buch war es übrigens auch genauso wie ich es beschrieben habe.

Also vom Zeitablauf her.

Und der Gestank heißt übrigens, dass sich was tut. Du hast eine Entzündung in der Kopfhaut und der Kohl zieht Entzündungen aus der Haut.

Das ist übrigens nicht ausgedacht, auch in der Medizin wird das zum Beispiel bei Athrose (also Entzündung im Gelenk) gemacht. Und ich hab auch was davon in einem Rheuma Forum gelesen. Leider weiß ich nicht, was Rheuma ist ?

Naja, und der Gestank, den du riechst ist meiner Ansicht nach der Geruch der Entzündung.

Wie genau und wie lange hast du den gemacht? Hast du AA totalis?

Vielleicht machen wir ja was anders?

Liebe Grüße

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Chrissi79](#) on Tue, 20 Aug 2013 08:42:46 GMT

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

Hallo Milly,

wie geht es dir jetzt, ein Jahr nach dem Beitrag??? Hast du alle deine Haare wieder???

Mache jetzt die Kohlwickel, im Moment nur Weißkohl, gibt ja noch nichts anderes...)

Bei mir stinkt es überhaupt nicht, ist das vl ein Zeichen das es nicht funktioniert???

Welcher Kohl hat dir denn am Besten geholfen??? Der Saft schmeckt mir ganz gut. Esse auch gerne Kolrabi, vl sollte ich mir den auch auf den Kopf schmieren.

Meine FA hat bei mir im Bereich *hatschi* eine Autoimmunkrankheit festgestellt, hoffe auch dort mit der Kohltherapie was bewirken zu können. Hab AA totalis seit mehr als zwanzig Jahren, fing in der Pubertät bei mir an. Hab das Buch auch gelesen und erhoffe mir eine Besserung der Situation durch die Wickel. Ist aber heute erst der zweite Tag und deswegen kann man noch nicht viel sagen, ABER ES STINKT BEI MIR NICHT, vl sagt das ja schon was über den Ausgang der Therapie. Sind deine Blätter denn auch schwarz geworden oder haben sich verfärbt, so wie es im Buch steht???? Bei mir nämlich nicht. Bearbeite sie übrigens auch mit dem Schnitzelklopfer, wie von dir empfohlen.

Wäre nett wenn du dich meldest, es ist so blöd wenn irgendwie nichts funktioniert, aber die Hoffnung stirbt ja bekanntlich zum Schluß...))

Lg, Chrissi

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Nicci](#) on Tue, 20 Aug 2013 12:49:56 GMT

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

Hallo chrissi,
Ich mache es jetzt auch seit über einer Woche zwei mal pro Tag und über Nacht.
Bei mir stinkt auch nichts und Ausfall habe ich auch noch
Ich bearbeite die Blätter mit dem Nudelholz und mit einer Gabel die steche ich Wild drauf rein.
Ich bleibe aber am Ball, meine nämlich am Hinterkopf etwas Flaum zu spüren.
Mal sehen, wie es in der zweiten Woche weiter geht.
Ich mache aber zusätzlich noch eine Entgiftung von meiner Heilpraktikerin!
Lg Nicole

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [Nicci](#) on Tue, 20 Aug 2013 19:48:15 GMT

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

Chrissi, ich habe was ausprobiert! Bisher habe ich wie in dem Buch beschrieben den Kohl mit einem Leinentuch und dann eine Mütze drauf befestigt. Jetzt habe ich es mal mit Frischhaltefolie versucht und dann die Mütze drauf. Und siehe da, jetzt stinke ich auch auf dem Kopf und der Kohl hat eine sehr unappetitliche Farbe angenommen! Puh, also, neben meinen Ausdünstungen die ich von dem Pulver eh schon habe, kommt jetzt noch ein bisschen toter Kohl dazu! Kann froh sein, dass mein Mann mich mit fast keinen Haaren mehr auf dem Kopf und stinkend noch nicht verlassen hat!

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [Chrissi79](#) on Wed, 21 Aug 2013 08:48:37 GMT

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

Hallo Nicci,
ich habe es auch mit Frischhaltefolie gemacht, hab aber nicht ne ganze Nacht durchgehalten, da mich die Blätter gedrückt haben. Hab aber auch wie du eine Gabel benutzt.
Seit Gestern lege ich mir den Trester auf den Kopf und umwickel das mit Alufolie, da man die besser um den Kopf formen kann, dann Leinentuch drüber. Hab die ganze letzte Nacht durchgehalten, aber heute morgen sah das noch genauso aus wie gestern und es hat lediglich warm gerochen, aber nicht gestunken. Heute morgen sah meine Kopfhaut auch eher glänzend aus statt matt.
Seit meiner Schwangerschaft vor über zwei Jahren hab ich auch überall Flaum und oben auf dem Kopf sogar dunkel, aber es kommt nichts dazu oder wird länger, wenn ich dran ziehe hab ich immer Haare (Flaum) in der Hand. Im Moment nehme ich noch Priorin, aber davon wird das auch nicht mehr.
DCP hat mir damals vor 15 Jahren geholfen, aber nach absetzen oder ausschleichen, sind alle wieder ausgefallen, seit dem hab ich nicht mehr großartig was gemacht und jetzt hab ich das mit dem Kohl gelesen.....
Naja, ich probier es einfach weiter, vl bringt es ja doch noch was...

Lg, Chrissi

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Nicci](#) on Thu, 22 Aug 2013 11:50:40 GMT

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

So, für mich gilt die Kohltherapie als gescheitert! Zwei Wochen in jeder freien Zeit und über Nacht gekohlt, leider ohne großen Erfolg, im Gegenteil im Moment habe ich wieder einen Schub! Vielleicht hilft es nur bei totalis oder universalis? Vielleicht lag es daran, dass ich nicht den ganzen Tag kohlen konnte oder weil ich den Kohl nicht als Traeser aufgelegt habe, sondern mit ganzen Blättern? Keine Ahnung. Ich mach jetzt erst mal Urlaub und danach fange ich mit der Knoblauchtherapie an! An alle anderen, die noch kohlen, wünsche euch mehr Erfolg! Lg Nicci

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Milly](#) on Fri, 23 Aug 2013 09:47:13 GMT

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

Ja.

Ich hab volles Haar am Kopf und überall am Rest des Körpers kommt es nach.
(was vorher sogar in der Zeit, wo am Kopf das Haar nachkam nicht so war.)

Mir geht es gut, ich bin nicht mehr so Krankheits anfällig (bin geflogen und hab keine Augenentzündung bekommen).

Ob bei meiner Nächsten Erkältung die Lymphdrüsen anschwellen, weiß ich wohl erst hinterher .

Nicci: Ich hatte niemals Totalis oder Universalis.

Auf Beinen und Armen sind die Haare zwar mit rausgegangen, aber an allen anderen Stellen (Gesicht, Achseln, etc.) blieben sie wie es sich gehört. (Gott sei dank)

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Chrissi79](#) on Sat, 24 Aug 2013 09:17:20 GMT

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

Hallo Milly,
das ist schön.

Bei mir ist ein kleines Problem aufgetreten, ich kohle jetzt seit fünf Tagen. Hab überall auf dem Kopf (da wo der Kohl draufliegt) kleine Pickel bekommen und die jucken ganz schön, bin ich etwa allergisch????? Wenn der Wickel drauf ist, juckt es nicht, nur beim runternehmen. Auf der anderen Seite, meine ich, im vorderen Bereich kleine dunkle Stoppeln zu erkennen. Bin mir nicht ganz sicher, ob die vorher auch schon da waren. Ich hab ja immer Flaum gehabt, aber der war weiß. Hab mir vor dem kohlen die Haare nochmal abrasiert, damit es besser an die Kopfhaut kommt.

Hab das wickeln jetzt schon runtergeschraubt auf einmal am Tag und Nachts. Meint ihr ich sollte es besser ein paar Tage sein lassen und gucken was mit den Pickeln passiert??? Hat das vl schon mal jemand gehabt??? Kann ja sein das es ein gutes Zeichen ist, das sich auf dem Kopf was tut..

Lg, Chrissi

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Milly](#) on Tue, 27 Aug 2013 22:23:38 GMT

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

Das kam bei mir auch vor, aber nur sehr bedingt. (eins zweimal)
Alerdings bei Beinhaaren kommt das doch auch hin und wieder mal vor oder? also, als ich noch epilieren musste (muss ich wohl bald wieder), sind mir beim rauswachsen immer rote Pickel entstanden.

Ich würde, wenn du meinst, dass der Kohl hilft erstmal mit dem Kohl weitermachen um ehrlich zu sein. Weil angeblich nimmt der Kohl ja die Entzündung aus dem Kopf raus und davon könnten die Pickel auch kommen.

Dementsprechend würde das jucken dann irgendwann weggehen.

Wenn du ganz sicher gehen willst, geh zum arzt und lass einen Allergietest machen

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Chrissi79](#) on Wed, 28 Aug 2013 08:30:15 GMT

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

Hab mit meinem Mann gesprochen, er meint auch das da schon Stoppeln sind wo vorher keine waren. Wir haben uns auch überlegt das mit den Pickeln nur was Gutes sein kann, deswegen mach ich weiter. So schlimm juckt das auch wieder nicht..

Weil ich ja schon vorher Flaum hatte und auch ein paar dunkle Haare zwischendrin kann ich nicht sagen, ob es schon hilft. Hab mir vorgenommen das wenigstens bis Weihnachten zu machen. Das wären 3 Monate, drückt mir die Daumen...

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Jennii](#) on Thu, 29 Aug 2013 07:25:43 GMT

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

Hallo guggl91,

ich habe durch eine DCP Behandlung seit 7 Wochen wieder Haare. Vorher war ich 1,5 Jahre am ganzen Körper kahl.

Du findest viele Einträge von mir in den anderen DCP Gruppen.

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Nicci](#) on Wed, 11 Sep 2013 18:17:57 GMT

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

Juhu! Wollte auch mal eben einen Zwischenstand abgeben: Nachdem Kohl auf'n Kopf bei mir ja nichts gebracht hat und ich mich im Urlaub richtig erholen konnte, habe ich vor 1,5 Wochen mit der Knofithherapie angefangen! Was soll ich sagen: Es tut sich was!! Nach vier mal stinken kommt tatsächlich wieder Flaum auch an den Stellen die schon lange kahl waren! Alle Härchen sind noch sehr fein und an einer anderen Stelle fallen auch noch welche aus, aber ich bin ja auch erst kurze Zeit dabei. Zusätzlich habe ich mir noch Biotin 5mg und Zellschutz (gibt es bei Aldi) gekauft, nehme ich beides brav jeden Tag! Je nachdem wieviele Zehen ich presse und je nachdem wie lange ich mit dem Säckchen reibe, ist auch die Wirkung bzw. das Brennen. Puh, gestern habe ich DREI Zehen gepresst und sehr lange eingerieben, vor lauter Schmerz habe ich die Tagesschau nicht mitgekriegt, danach ging es wieder, gegen 22 Uhr habe ich es dann rausgewaschen. Heute morgen hatte ich dann PingPongBall große Lymphknoten am Hals! Unglaublich, seit dem ich angefangen habe die Alopezie irgendwie zu bekämpfen, waren die Lymphknoten immer ein bisschen angeschwollen, aber soooo groß waren die nie. Für mich ein gutes Zeichen. Heute Abend sind die wieder geschrumpft aber morgen geht es wieder los: schälen, pressen, stinken

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Nicci](#) on Fri, 20 Sep 2013 18:11:35 GMT

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

So, nach zwei Wochen Knoblauchstinkerei gibt es für mich folgenden Fazit: Wow! Die Haare wachsen! Zwar noch nicht flächendeckend, aber sie wachsen. Im Nacken auf der linken Seite und in der Mitte am Genick, da wo sie als erstes ausgegangen sind. Zuerst habe ich gedacht, dass es sich um Ausrufezeichenhaare handelt, aber danach sehen sie nicht aus. Sie sind fein und weiß und wachsen nicht am verbliebenen Haaransatz sondern eher mittig. Was mir auch extrem auffällt, mir wachsen Haare im Gesicht! Unterhalb der Ohrläppchen, mein Damenbart wird auch immer fülliger Gott sei dank in hellblond. Ich komme gar nicht mehr nach beim Augenbraun rasieren. Heute ist die Schneiderei CD angekommen, das werde ich jetzt noch unterstützend ausprobieren. Hoffe, dass ich beim nächsten Beitrag immer noch Positives berichten kann.

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Nicci](#) on Mon, 30 Sep 2013 19:22:00 GMT

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

So, weitere 10 Tage sind jetzt um! Die Härchen die gekommen sind seit dem, sind noch da aaaaber, sie sind immer noch hell blond und sehr fein. Man muss das Smartfone Photo schon sehr vergrößern damit man einen Fortschritt sehen kann. Kann mir einer von den ebenfalls nachwachsende Haare Betroffenen berichten, ab wann man mit einer Pikmentierung rechnen kann? Ich habe auch leider noch eine Stelle an der weiterhin einige Haare aus gehen wenn ich jetzt drei bis vier Wochen zurück rechne, da hatte ich bereits mit der Knofithherapie angefangen. Vielleicht bin ich auch einfach zu ungeduldig? Die Schneiderei CD beruhig schon ziemlich gut,

allerdings glaub ich nicht, dass ich wahrhaftig hypnotisiert bin, sondern eher in so einem Ruhezustand, oft ertappe ich mich auch dabei, dass meine Gedanken abschweifen, na, da brauche ich wohl noch etwas mehr Übung.

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [Nicci](#) on Mon, 21 Oct 2013 06:59:53 GMT

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

Mein nächster Bericht zu Lage der Kahlheit! Pikmentierung an einer Stelle der nachwachsenden Haare hat angefangen (juhu). Die restlichen Stellen sind zu 30% mit leichtem Flaum überdeckt. Die Stelle über der linken Schläfe wird immer größer und ich verliere jeden Tag weiterhin Massen an Haaren! Die Knofithherapie setzt ich fort wenn auch nicht mehr so oft also statt 3-4 mal in der Woche nur noch 1-2 mal, da meine Haut im Nacken schon sehr darunter leidet. Neben der schneiderei CD nehme ich jetzt noch Pantovigar, Vitamin C, Selen, Zink, Vitamin B2 und Biotin. Die Lymphknoten am Hals sind wieder kleiner geworden dafür wachsen mir im Moment die Haare im Gesicht weiter, immer noch sehr fein und weiß aber trotzdem ungewöhnlich nicht nur über der Oberlippe und unter den Ohrläppchen sondern jetzt auch auf der Stirn unter dem Haaransatz. Komisch, komisch. Ach so, hat jemand Erfahrung mit Pferdebalsalm? Soll die Durchblutung anregen, hatte mit bei unserem Allgäu Urlaub eine Dose mitgebracht und überlege dies noch unterstützend anzuwenden. (Das Zeug heißt nur so, ist aber für die Humanmedizin)

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [Immermehrhaare](#) on Sun, 27 Oct 2013 21:06:07 GMT

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

Hallo Nicci,

ich wünsche dir ganz viel Glück, und lass dich nicht aus der Ruhe bringen.
Äußere Reizung mit Knofi, alle Vitalstoffe für Haare durch Präparate und Schneiderei zur Meditation (durchhalten täglich wochenlang - nicht nur 21 Tage) damit bist du auf dem richtigen Weg.

Sagt Schneiderei nicht in seiner Einleitung, daß es normal ist, wenn Anfangs noch Haare ausfallen - hör sie dir nochmal an?

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [Nicci](#) on Sun, 27 Oct 2013 21:26:23 GMT

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

Hallo ImmermehrHaare!

Vielen Dank für die Mut-Mach-Antwort! Das tut gut!

Ja, du hast Recht, ich hatte das schon vergessen, dass er das sagt. Ich überlege mir noch die Fortsetzung der CD zu bestellen, steht auf seiner Homepage, denke als Abwechslung kann das

nicht schaden.

Mir ist gestern was ganz großartiges passiert. Ich bin sehr aktiv in unserm Sportverein, in diesem Zusammenhang hatten wir im Januar einen Wettkampf in einer anderen Stadt, da ist mir damals eine junge Frau aufgefallen die eine sehr große kahle Stelle auf ihrem Kopf hatte. Damals hatte ich nur ein kleines Loch und dachte noch wie gut es mir doch geht. Tja, gestern war die Frau auf unserem Heimkampf und siehe da, das Loch war zu, die echten Haare komplett wieder da! Ich habe allen Mut zusammen genommen und sie angesprochen. Wir haben uns sehr intensiv unterhalten und unsere Erfahrungen ausgetauscht. Das tat so gut! Sie hat als Begleiterkrankung Rheuma und hat mit Yoga und Entspannungsübungen nun jetzt alles wieder im Griff. Toll, oder?

Ich gebe nicht auf, bis Weihnachten werde ich es genau so weiter durchführen und erst dann, falls es nicht besser wird, über Alternativen nachdenken.

Bis bald !

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Nicci](#) on Sun, 10 Nov 2013 10:59:54 GMT

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

Hallo liebe Alopeziegemeinde!

Ich hoffe ich nerve hier niemanden mit meine Zwischenberichten, mir tut es gut hier von meinen negativen oder positiven Beobachtungen zu berichten und hoffe der ein oder andere kann was damit anfangen.

Nach dieser ereignisreichen Woche, hoffe ich, dass sich jetzt bald mehr tut: Also, hier mein Bericht: ich habe mich entschieden, mir nun endlich einen Haarersatz zu bestellen, dazu benötige ich ein Rezept, also war ich am vergangenen Dienstag bei meinem Hausarzt, der war entsetzt und nachdem er mir gefühlte drei Millionen mal mitteilte, dass ich doch hätte früher kommen sollen, hat er mir die ausgefüllten Blätter seines Rezeptblocks nur so entgegen geworfen: Haarersatz, Massagen, Ergotherapie und ein leichtes Beruhigungsmittel gegen mein nächtliches Kopfkino. Mit den Worten: "Ich sehe Dich jetzt alle drei Wochen und bitte einmal fünf Liter Blut hier lassen für ein super Riesen Blutbild! Das bekommen wir wieder hin!" Durfte ich die Praxis wieder verlassen! Boar, habe ich jetzt die richtige Therapieform erhalten? Massage und Ergotherapie? Hmm, warum nicht! Seine Erklärung ist sehr einleuchtend: wenn die Blutzufuhr zur Kopfhaut wegen den Verspannungen im Halswirbelbereich gestört ist, kann eine optimale Versorgung der Haarwurzeln nicht stattfinden! Das sagt auch Herr Schneidereidt in seiner neuen CD, komisch, warum bin ich nicht selber drauf gekommen. Einen Tag später hatte ich meinen ersten Massagetermin und auch der Therapeut war entsetzt! "Oh je, du musst aber Schmerzen haben!" Nö, hab ich nicht, aber die Massage tat sehr gut, also, kann nicht schaden! Dann durfte ich ja dieses Medikament gegen mein Kopfkino ausprobieren, seit dem lebe ich in einem Wattebausch und fand den Mut das überfällige Gespräch mit meinem Arbeitgeber zu führen und siehe da: Der befristete Vertrag wird in einen unbefristeten umgewandelt und ich bekomme einen neuen Aufgabenbereich mit anderen Kollegen!

Es geht also wieder Bergauf! Was bedeutet das jetzt für meine Haare? Diese Frage kann ich leider noch nicht beantworten, ich warte noch ab. Es fallen weiterhin Haare aus und viele neue sind noch nicht dazu gekommen aber ich bin viel entspannter und freue mich auf die Zukunft. Werde weiter berichten! Bis bald

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [sommersprosse](#) on Sun, 10 Nov 2013 12:23:02 GMT

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

Hi Nicci, super wenn du schon mal entspannter bist...und massieren why not es tut immer gut...

was nimmst du da für ein Medikament? Ich vermute Antidepressiva? Mir wollte das der Hausarzt damals auch verschreiben habe es aber schlussendlich doch nicht genommen....konnte mir nicht vorstellen dass sich dadurch dann meine Einstellung zu meinem Haarverlust ändert und mir das plötzlich egal ist....ich habe gar nichts mehr getan habe damit gelebt, mich irgendwie damit abgefunden doch die "alte" war ich nicht mehr..seit Juni wachsen sie nach...3mal auf Holz klopfen dass es so bleibt

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Nicci](#) on Sun, 10 Nov 2013 14:53:04 GMT

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

Hallo Sommersprosse,

Ich freue mich für Dich, dass Deine Haare wieder nachwachsen und dass Du dieses Ergebniss ohne Zusatzmittel erreicht hast! Klar, würde ich dies auch bevorzugen, aber ich musste mir eingestehen, obwohl ich es bisher immer belächelt habe, dass es ohne "Kopfkino-Stopp" nicht schaffen werde. Tagsüber ist es gar nicht so schlimm, ich komme dann immer gut damit klar aber seit ca. einem Jahr schlafe ich nicht mehr durch. Manchmal bin ich vier Stunden hell wach und dann kommen immer die doofen Gedanken, seit dem Pilleken welches nicht wirklich ein Antidepressiver ist, kann ich wieder schlafen und bin tagsüber auch nochmal viel ruhiger. Ich habe nicht vor, die Dinger den Rest meines Lebens zu nehmen, aber jetzt erst mal, bis alles andere sich auch beruhigt hat. Ich denke auch mit der Ergotherapie einiges wieder herstellen zu können, was ich jetzt auch seit einem Jahr sehr vernachlässigt habe, nämlich das bewegen und das spüren meines Körpers. Mal schauen ob ich damit auf dem richtigen Weg bin, bisher bin ich sehr zuversichtlich.

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Tanja1](#) on Sun, 17 Nov 2013 19:52:39 GMT

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

Hallo,

bei mir fing es März 2010 an, bin dann im August 2010 schwanger geworden und alle Haare wuchsen wieder nach.

Im August 2011 hatte ich dann nochmal einen leichten Schub. Ich habe dann die Knoblauch-Therapie gemacht und alle Haare wuchsen wieder.

Jetzt habe ich wieder sei September diesen Jahres eine Stelle (recht groß) am Hinterkopf, auch hier habe ich gleich Knoblauch drauf gerieben und es sind schon wieder mittig pigmentierte Haare drauf, auf dem Rest ein leichter Flaum. Eben habe ich eine Mini-Stelle im Scheitel entdeckt, natürlich gleich Knoblauch drauf.

Ich würde jeden raten, es mal mit Knoblauch zu probieren. Brennt zwar ein bißchen, der Gestank ist meiner Meinung nach, gut auszuhalten. Aber es hat schon vielen geholfen.

Ich wünsche allen haarige Zeiten,
Tanja

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [Nicci](#) on Sun, 17 Nov 2013 21:14:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Tanja,
Das freut mich für Dich, dass der Knoblauch bei Dir so gut anschlägt, ich muss gestehen meine anfängliche Euphorie mit diesem Selbstversuch ist ein wenig Enttäuschung gewichen. Leider kann ich keine großen Erfolge damit verbinden. Ich mache es auch nur noch maximal einmal die Woche. Vielleicht versuche ich es später noch mal regelmäßiger aber im Moment konzentriere ich mich mehr auf die Entspannungsübungen. Ich drücke dir die Daumen, dass die Stelle an deinem Scheitel nicht größer wird! Cu Nicci

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [guggl91](#) on Wed, 20 Nov 2013 13:19:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr Lieben,

ich schaue auch mal wieder vorbei...

Mein Stand ist:

Kohl hab ich schon seit März aufgehört, obwohl ich glaube, dass davon evtl eine Stelle im Nacken zugewachsen ist.

Ich habe mich ja für eine Perücke entschieden, weil ich keine Lust mehr auf i.welche Selbstversuche oder Therapien und schon gar nicht Schulmedizin hatte. Was soll ich sagen? Seit ich die Perücke habe, geht es mir sehr viel besser.

Ich bin nicht mehr wie eine Verrückte auf der Suche nach DEM neuen Mittelchen. Ich habe es akzeptiert. Ich habe meine Perrücke und somit sind Haare auf dem Kopf

Am Anfang, ca. ab Anfang August, war es natürlich sehr komisch in den Spiegel zu schauen.

Da war nicht mehr dieser lockige Kopf (sehr ausgedünntes krauses Haar), sondern ein Kopf mit dicken glatten Haaren. Jetzt habe ich mich damit auch arrangiert.

Ich habe also aufgehört, i.was gegen AA zu unternehmen (Kohl war der letzte Versuch, wie gesagt Ende März).

Und siehe da - meine Haare wachsen. Es sind noch genug kahle Stellen vorhanden, aber dennoch wachsen an einigen Stellen Haare (auch schon in Naturhaarfarbe, nicht Flaum).

Ich denke, ich habe einfach aufgehört, mich wegen meines Haarausfalls zu stressen.

Ich habe auch vielen Freunden davon erzählt, das war seeehr befreiend.

Ich trage die Perrücke weiterhin. Vllt ist es im Sommer Zeit für eine natürliche

Kurzhaarfrisur Dann kann ich die Perrücke wegpacken.

Also in diesem Sinne, stresst euch nicht! Be cool

LG Svenja

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [sommersprosse](#) on Wed, 20 Nov 2013 13:35:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Svenja,

mir geht es auch so wie dir..ich habe alles ausprobiert (naja nicht alles aber viel) nichts hat geholfen es fielen alle aus dann hab ich es sein lassen mich damit arrangiert (zufrieden und glücklich war ich nie mit Perücke aber ich habe auch kaum nachgedacht) und sie wachsen seit Juli wieder hoffentlich geht es so weiter 1/3 ist schon bedeckt....

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [guggl91](#) on Wed, 20 Nov 2013 15:58:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi sommersprosse,

ja wahnsinn Das ist super!

Ich glaube, das wichtigste ist, dass man sich keinen Druck macht.

Ich setze meine Haare nicht unter Druck, weil ich keinerlei Erwartungen mehr an sie habe, seitdem ich nichts mehr unternehme.

Also denke ich der Stress ist einfach weg. Keine Erwartungen, keine Enttäuschungen -> Kein Stress.

Optimal fürs Wachstum anscheinend.

LG

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [Tanja1](#) on Wed, 20 Nov 2013 18:51:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Svenja,

ich finde Deine Einstellung sehr gut.

Wie hat denn Dein Umfeld auf die Perücke reagiert, Kollegen etc.?

Ist es überhaupt aufgefallen?

Trägst Du Echt- oder Kunsthaar?

Viele liebe Grüße,

Tanja

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung
Posted by [sommersprosse](#) on Thu, 21 Nov 2013 08:02:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Guggl,

ja da wirst du Recht haben mit den Erwartungen. Auch wenn ich damit nie glücklich war hatte ich keine Erwartungen mehr dass sie kommen.

Obwohl ich in dieser Zeit aber auch sonst sehr viel Stress hatte beruflich - und nicht positiven -und sich dieser negative Streß auch sehr aufs Private ausgewirkt hat - wuchsen sie wieder...
Ja wie gesagt ich hoffe sehr dass es so bleibt und es so weitergeht!

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [guggl91](#) on Sat, 23 Nov 2013 16:27:11 GMT

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

Hallo Tanja,

die Leute haben unterschiedlich reagiert.

Manche haben mich einfach mit Komplimenten überschüttet. Das hat mich einerseits sehr glücklich gemacht,

andererseits hatte ich das Gefühl, Komplimente für etwas zu bekommen, das gar nicht ich bin oder zu mir gehört.

Hat mich auch traurig gemacht.

Daher, dass ich vorher starke Locken hatte, haben sich schon viele gefragt, wie ich das denn jetzt so glatt bekommen habe?!

Chemische Glättung? Und ich hab dann einfach ehrlich geantwortet, dass es eine Perücke ist, ich eine Krankheit habe,

mir die Haare eben ausfallen.

Da hat dann auch weiter keiner nachgehakt. Das fand ich extrem komisch, ich hab doch so viele Geschichten

mit gescheiterten Therapieversuchen auf Lager Naja, dann eben keine Geschichten. Akzeptanz ist da wohl das wichtigste

Ich habe bisher keinerlei negative Erfahrung gemacht. Und jetzt ist es ganz normal.

Manche wissen es immer noch nicht, haben es entweder nicht bemerkt oder trauen sich vllt nicht, mich anzusprechen?!

Und die Freunde, denen ich es kurz bevor ich die Perücke bekommen habe, erzählt hab, dass ich etz bald anders ausschau,

die haben gut reagiert.

Also ich hatte vor diesem Schritt sehr große Angst... Ich bin bald 22 Jahre jung. Das ist echt nicht so einfach.

Aber jedenfalls ist jetzt erst mal dieser Schritt getan. Angst überwunden; Angst war -wie so oft- unbegründet.

Ich trage übrigens Echthaar in meiner Naturhaarfarbe. Echt perfekt. Wenn ich vorher schon glatte Haare gehabt hätte, wäre es wahrscheinlich noch weniger Leuten aufgefallen, außer ein bissl mehr Volumen oder so.

Wie ist denn dein aktueller Stand?

Schon an Haarersatz (es fiel mir am Anfang extrem schwer das Wort Perücke in den Mund zu

nehmen, jetzt nicht mehr) gedacht?

...

Und nochmal zum Thema Stress: Ich glaube nicht, dass allgemeiner Stress, den man in der Arbeit oder privat hat, unbedingt der Auslöser ist; Stress hat jeder mal. Aber ich bin mir sicher, dass wenn man sich wegen seiner Haar keine Gedanken mehr macht und sich diesbezüglich nicht stresst, dass sie eben wieder anfangen zu wachsen. Denn nicht jeder gestresste Mensch hat gleichzeitig kreisrunden Haarausfall.

LG

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Ansuji](#) on Sun, 24 Nov 2013 18:10:13 GMT

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

Nur kurz zur Klärung - Alopecia ist keine Immunschwäche. Auch wird sie nicht von einer hervorgerufen. Eher im Gegenteil - das Immunsystem ist eher überreaktiv. Viele Betroffene sind sogar deutlich weniger gesundheitlich anfällig.

Zu Deinem "Zufall" mit den Kohlwickeln - ich denke eher, dass Deine Dauererkältung was damit zu tun hatte. Als Dein Immunsystem das Ding endlich in den Griff bekam, ließ auch der Haarausfall nach. DAS halte ich eher für einen nachvollziehbaren Zusammenhang...

Subject: Aw: Erfolge - Erfahrungen - Tips - Hinweise - Sammlung

Posted by [Tanja1](#) on Tue, 26 Nov 2013 11:15:39 GMT

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

Hallo guggl,

vielen Dank für deine Antwort.

Es beruhigt, wie gut du mit dem Haarersatz klar kommst.

Ich habe jetzt ja schon zum 3. Mal AA. Konnte und kann es bislang immer noch gut verdecken.

Der 1. Schub war der heftigste, da habe ich immer breite Haarreifen getragen, so dass es niemanden auffiel. Habe es auch nur im engsten Kreis erzählt. Zur Zeit reibe ich die Stellen mit Knoblauch ein, es wachsen auch schon wieder Haare auf den zwei Stellen nach.

Habe mir beim 1. und 2. Schub Perücken besorgt, auch Echthaar in meiner Naturfarbe, aber wirklich wohl fühle ich mich damit nicht. Die eine ist auch noch nicht eingeschnitten. Jedoch zahlt die KK ja nur alle zwei Jahre Echthaar und ich dachte mir, was Du hast, das hast Du. Denn ich habe bislang immer gehört, das man mit einer Perücke nicht lange hinkommt, wenn man sie viel trägt.

GLG

Tanja
