

---

Subject: Bitte um Hilfe!

Posted by [Jill](#) on Sat, 18 May 2013 11:36:51 GMT

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

---

Hallo,

bin eigentlich im anderen Forum unterwegs, aber ich komme in der Diagnose meines Haarausfalls nicht weiter. Kurz zu meiner Geschichte. Habe seit 9 Monaten einen diffusen Haarausfall und seit ca. 4 Monaten verstärkt an den Seiten und im Nacken. Mittlerweile ist mein Haaransatz an diesen Partien um 3- 5 cm zurückgegangen. Im Nacken habe ich dazu noch eine fast haarlose Stelle von 4 cm Durchmesser.

Im Nacken ist noch ein kleiner Flaum zu sehen, die Seiten sind komplett haarlos.

Verändert sich eigentlich die Haarstruktur bei einer Alopecia Areata? Meine Haare hatten immer eine schöne Naturwelle und waren leicht in Form zu bringen(trage die Haare kurz).

Nun sind vor allem die Seiten und der Nacken nur noch kraus, krisselig und komplett strukturverändert. Ich bekomme sie nur noch mit größter Anstrengung über eine Bürste geföhnt. Und diese Struktur bahnt sich immer weiter ihren Weg nach oben.

Die Haare fühlen sich total kraftlos und tot an.

Ich habe vieles untersuchen lassen, aber bis heute keine eindeutige Diagnose bekommen.

Da auch mein Oberkopf ausdünn und die Geheimratsecken größer geworden sind, heißt es natürlich AGA. Was ich aber bei diesem Ausfallmuster nicht eindeutig verstehen kann.

Ich denke eher an diffuse Areata oder Typ Ophiasis.

Ich würde mich sehr über einige Antworten von Euch freuen, bin im Moment sehr ratlos und psychisch am Boden.

LG Jill

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!

Posted by [Nisa](#) on Sat, 18 May 2013 17:07:00 GMT

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

---

Hallo,

in deinem Fall könnte eine Kopfhautbiopsie Klarheit verschaffen. Macht der Hautarzt, dabei wird unter örtlicher Betäubung ein winziges Stück ausgeschnitten und mit 1-2 Stichen vernäht.

Tut nicht weh, wenns abgeheilt ist bleibt nur eine punktförmige Narbe übrig. Nach ca. 2 Wochen bekommst du die Ergebnisse.

LG

Nisa

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!

Posted by [Jill](#) on Sat, 18 May 2013 17:30:55 GMT

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

---

Hallo Nisa,

wäre mit einer Biopsie, eindeutig die Ursache für den Haarausfall zu klären? Habe in 2 Wochen bei einem Berliner Haarspezialisten einen Termin, mal sehen was er dazu sagt, dann wäre dies noch eine Möglichkeit endlich Klarheit ins Dunkel zu bringen.  
Hast Du selbst solch eine Biopsie durchführen lassen?

LG Jill

---

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!

Posted by [Sinéad](#) on Sun, 19 May 2013 06:13:50 GMT

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

---

Hallo Jill,

beim mir hat Alopecia Areata im November 2012 erstmalig zugschlagen mittlerweile habe ich fast eine Vollglatze. Es hat zunächst mit einer Mischung aus einzelnen kreisrunden Stellen und globalem diffusen Haarausfall begonnen.

Und meine Haarstruktur hat sich dabei eindeutig verändert: Hatte ich zuvor immer seidige, glatte Haare, die sich wunderbar frisieren ließen, wurden die Haare immer flusseliger und glanzloser. Mein Friseur war der Meinung, dass das Haar völlig ohne Sprungkraft wäre und sich wie tot anfühlen würde ...

---

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!

Posted by [Nisa](#) on Sun, 19 May 2013 08:45:33 GMT

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

---

Hallo Jill,

ja bei mir wurde 2006 eine Biopsie durchgeführt, weil meine kahle Stelle im Nacken ewig nicht zuwachsen wollte. Man wollte ausschliessen, ob`s was vernarbendes war. Ergebnis war: Zustand nach Alopecia areata. Die Stellen sind dann alle nach ca. 1 Jahr zugewachsen.  
Ich lese auch oft in amerikanischen Foren, dort lassen die Frauen oft eine Biopsie vornehmen, um zwischen chronisch telegonem Effluvium, diffuser Areata und AGA zu unterscheiden. Das habe ich hier noch nicht gelesen. Aber um Gewissheit zu haben finde ich das toll. Je nachdem kann man dann versuchen zu therapieren.  
Seit Sommer 2012 hab ich auch wieder Haarausfall. Zuerst diffus, dann kreisrund und jetzt auch noch einen ausdünnenden Oberkopf. Mal schaun, wie es bei mir weitergeht.

LG Nisa

---

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!  
Posted by [Jill](#) on Mon, 20 May 2013 09:45:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Sinéad und Nisa,

vielen Dank für Eure Antworten.

Irgendwie ähneln Eure Verläufe meinen Haarausfallmuster. Strukturveränderung, diffus und kreisrunde Stellen.

Am liebsten würde ich dem ganzen auch ein Ende setzten und alles runter rasieren, geht aber noch nicht, da es sich der Haarspezi noch anschauen muß.

Wie haltet Ihr diesen Druck aus, ich meine psychisch. Ich kann kaum noch an was anderes denken und beschäftige mich jeden Tag mit diesem Thema.

Muss dazu sagen, ich bin selbst Friseurin und so bekommt man eigentlich nie Abstand von der Sache.

Für mich sind Haare auch nicht nur ein Anhängsel, sondern schon so was wie ein Körperteil.

Es ist als würde mir jemand scheibenweise ein Bein abschneiden.

LG Jill

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!  
Posted by [Sinéad](#) on Mon, 20 May 2013 15:48:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Jill,

mit hat das Rasieren einer Vollglatze geholfen. Die Phase des Haarausfalls empfand ich am schlimmsten. Es war so gruselig, dass mir jeden Tag so viel Haar ausgegangen ist. Ich habe mich fast wie nach eine radioaktiven Katastrophe oder in einem Horrorfilm gefühlt. T\_T

Generell versuche ich sehr offensiv zu sein und das Beste aus meiner Situation zu machen (siehe auch mein Thread "Sexy mit Glatze"). So habe ich mir z.B. eine Sammlung von Bildern verschiedener Frauen angelegt, die mit Vollglatze attraktiv aussehen (einfach zusammengesogelt Stichwörter "bald" und "women"). Diese Aktion hat mir schon einmal geholfen, eine andere Art von Ästhetik zu entwickeln. Den die üblichen medialen weiblichen Vorbilder und die Frauen im Alltag haben ja alle Haare ...

Außerdem habe ich mir eine große Sammlung schicker Mützen zugelegt. Und mein Outfit komplett verändert. Ich kleide mich so Richtung "Clean chic" mit futuristischem Touch. Dieser Look sieht sogar mit Glatze passend und gewollt aus.

Tja ... trotz meines Kampfeswillen habe ich aber natürlich auch schwache Momente, in denen ich sehr verzweifelt bin und mich die Sehnsucht nach meinen Haaren übermannt. Nach den

vielen Frisueren, die gerne gemacht habe. Nach der Bewunderung der anderen ("Hast du schönes Haar! Und so dunkel! Ist das echt deine Naturfarben? Wie toll!") Nach dem unkomplizierten Leben, in dem man sich nicht immer erklären muss ("Nein, nein. Ich mache keine Chemo.")

Kannst du deine kahlen Stellen noch kaschieren?

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!  
Posted by [Jill](#) on Mon, 20 May 2013 16:49:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Sinèad,

welch wahre Worte Du da schreibst. Horrorszenario Tag für Tag diesem Elend zuzuschauen. Ich bewundere Dich für Deinen Mut. Leider bin ich längst nicht so weit, auch wenn der Gedanke daran sich alles vom Kopf zu holen echt befreiend klingt.

Dadurch das ich ja als Friseurin arbeite macht es die Sache nicht einfacher. Schlecht vorzustellen, eine Mitarbeiterin ohne Haare.

Meine kahlen Stellen kann ich gerade noch so verdecken. Wobei mir halt diese fürchterliche Strukturveränderung doll zu schaffen macht. Schlaff, kein Volumen, null Spannung und dazu noch diese toten krissligen Nacken und Seitenhaare.

Und wenn ich das nicht mal mehr als Fachfrau hinbekomme, es ist echt zum heulen.

Du hast meine volle Bewunderung, wie weit Du Dich bereits gefestigt hast in Deinem Tun und Denken. Es ist ja auch noch nicht lange her das es bei Dir mit diesem Horror losging.

Ich vergrabe mich zu Hause und das Leben tobt ohne mich weiter. Dabei war ich eine selbstbewußte und starke Frau, hätte nicht gedacht das mich etwas mal so aus der Bahn wirft.

LG Jill

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!  
Posted by [Immermehrhaare](#) on Mon, 20 May 2013 21:36:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Jill,

ich drücke dir die Daumen, daß du diese Phase gut überstehst, sie ist echt krass.

Die Ärzte können fast gar nicht helfen; und die Diagnose ändert auch nichts am Haarausfall.

Ich bin in die Haarsprechstunde gegangen und habe mich nicht wegschicken lassen.

Das war kein Theater: ich habe denen gesagt ,daß ich nicht mehr kann.

Ich hatte mich auch nicht frisiert ; also nichts versteckt wie sonst immer.

Daraufhin habe ich den Arzt gefragt: ob er ohne Untersuchung eine bedrohliche Erkrankung

ausschließen

kann und dafür die Verantwortung übernimmt - ich war daraufhin drin.

Ich habe mir außerdem eine Psychotherapie verschreiben lassen (hat problemlos geklappt und ich habe trotz langer Warteschlangen sofort einen Termin bekommen- man muss sich natürlich outen, wie es einem wirklich geht.

Mit hat das über diese schlimme Zeit hinweg geholfen , Menschen die uns dann wirklich helfen können.

Verkrieche dich nicht; wir sind soviel mehr als unsere Haare. Die Leute sind so nett und trösten und helfen.

Meine Freunde haben mich liebevoll aufgefangen, diese Freundschaften haben sich eher vertieft und dafür sind Freunde da.

Man kann -alles- mit unserer Krankheit machen, und sie schränkt uns ansonsten keineswegs ein.

Die Situation läßt sich ja nicht ändern, aber unsere Einstellung und die Art damit umzugehen.

Ich wünsche dir ganz viel Glück .

Ich kann auch gut verstehen, daß du in deinem Beruf einfach gut frisiert sein möchtest und das vielleicht auch besser ist.

Bestimmt bekommst du über Kontakte im Friseurgeschäft an Adressen von guten Zweithaarhändlern und Haarersatzteilen.

Eine schöne Perücke kann da auch helfen, oder die Vollrasur - dann hat mans hinter sich und kann wieder nach vorne gucken.

Die Geduld mit der Krankheit kommt mit der Zeit, und sie hilft und man wird stärker.

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!

Posted by [Sinéad](#) on Tue, 21 May 2013 05:43:05 GMT

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

---

Immerwenigerhaare schrieb am Mon, 20 May 2013 17:36Hallo Jill,

Meine Freunde haben mich liebevoll aufgefangen, diese Freundschaften haben sich eher vertieft und dafür sind Freunde da.

Man kann -alles- mit unserer Krankheit machen, und sie schränkt uns ansonsten keineswegs ein.

Die Situation läßt sich ja nicht ändern, aber unsere Einstellung und die Art damit umzugehen.

Das ist ein sehr wichtiger Aspekt! Das Gefühl mit der vertieften Freundschaft (und Liebe) habe ich vor allem bei meinem Lebensgefährten. Mit ihm bin ich schon seit fast 13 Jahren zusammen, und mir ist sehr wichtig, dass unsere Beziehung nicht unter dem mistigen Haarausfall leidet.

Im Forum habe ich von einigen Frauen gelesen, die sich total von ihrem Partner abkapseln, sich ihm nicht mehr zeigen, nicht mehr das gemeinsame Bett teilen wollen, jegliche Zärtlichkeit ablehnen etc. weil sie sich nicht mehr als Frau fühlen und sich als zu häßlich wahrnehmen. Solche Beziehungen leiden dann oft sehr stark und zwar nicht weil die Frau nicht mehr attraktiv genug wäre, sondern weil der gegenseitige Umgang massiv gestört ist.

Es ist mir extrem wichtig, meinem Partner zu kommunizieren, dass mich der Haarausfall in gewisserweise belastet, ich aber immer noch eine attraktive Frau bin und dieser Look eben meine neue Identität ist! Außerdem war/ist mir wichtig zu vermitteln, dass das Äußere mehr Facetten hat wie nur die Haare. Gewöhnt man sich an das neue Erscheinungsbild, kann der Look durchaus sehr attraktiv sein! Die ganze Gesichtsform und vor allem die Augen kommen richtig gut zur Geltung. Darüber hinaus gibt es ja auch wichtige Aspekte wie die Ausstrahlung, Mimik und Gestik, die einen Menschen anziehend wirken lässt.

Ich wünsche dir auf jeden Fall ganz viel Kraft und Mut, Jill! Hast du eigentlich einen guten Draht zu deinem Chef? Hast du bei ihm schon mal etwas angedeutet?

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!

Posted by [MyMo74](#) on Tue, 21 May 2013 09:13:45 GMT

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

Hallo Jill!

auch ich wünsche dir ganz viel Kraft für diese schwere Zeit. bei mir (35,w) begann der Haarausfall im Januar 2013 - mit verschiedenen kreisrunden Stellen, diffus und das in rasender Geschwindigkeit. die Haarstruktur war vorher schon schlechter, da ich aber schon ewig blondiert hatte und es Winter war, habe ich mir da erst keine Gedanken gemacht.

die Zeit des Haarausfalls war blanker Horror für mich und ich habe in dieser Zeit 3 Hautärzte (inkl Biopsie) und die Haarsprechstunde der Uniklinik aufgesucht. Gebracht hat es mir NICHTS!!!!!!!!!!!! Im März habe ich dann beschlossen, dem Drama ein Ende zu setzen und habe mir von meinen besten Freundinnen eine Glatze rasieren lassen. Danach ging es mir wesentlich besser. Ich muss nicht mehr ständig um jedes Haar bangen, Kopfkissen und Ausfluss sehen wieder normal aus...tjy...seit März ist aber auch kein einziges Haar wieder gewachsen. Im Gegenteil - ich habe ALLE verloren. Von Kopf bis Fuß. Nun bin ich an dem Punkt wo ich mir sage - es kann nicht mehr schlimmer werden sondern nur noch besser

Glatze zu tragen in der Öffentlichkeit ist aber nicht mein Ding auch wenn ich vor anderen den Hut ziehe, die das schaffen. Ich habe mir gleich ganz schnell ne hübsche Perücke zugelegt, bin mittlerweile sogar von schönen langen blonden auf kurze Haare umgestiegen, da ja der Sommer naht und ich es praktisch will.

Ich finde, man muss aus der Not eine Tugend und für sich das Beste draus machen. Es bringt uns nicht weiter, uns zu vergraben und zu verstecken. Habe erst heute wieder von einer Freundin mit einer ganz schlimmen Erkrankung erfahren (Muskelschwund) und da sage ich mir - es geht viel schlimmer und das ist nun mal die Prüfung die uns das Leben auferlegt. Vielleicht hat es

einen Sinn?!

Wie alt bist Du denn und glaubst Du, dass es irgendeinen Auslöser gibt bei Dir?

Ich kann nur abschließend den Rat geben, zu versuchen das die Krankheit nicht die Oberhand in Deinem Leben und Deinen Gedanken gewinnt. Aber das ist natürlich am Anfang leicht gesagt. Die Gedanken können auch einen großen Einfluss auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden haben. Nutze Deine Krankheit gerade in Deinem Job, um anderen Menschen zu zeigen, dass man immer schön sein kann! Mit Glatze oder auch mit tollen verschiedenen Perücken. Aber vor allem durch eine positive und offene Ausstrahlung.

LG Katja

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!  
Posted by [Jill](#) on Tue, 21 May 2013 18:45:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich möchte mich ganz doll für Eure lieben und mutmachenden Zeilen bedanken. Es ist gut zu wissen nicht allein mit dem Problem dazustehen.

Was bei mir der Auslöser sein könnte, ich habe keine Ahnung. Pille im letzten Jahr April nach 1 Monat Einnahme abgesetzt, nicht verarbeitete Trauer nach zwei Todesfällen in meiner Familie vor zwei Jahren, Wechseljahre sollen es laut Ärzten nicht sein( ich bin 41 Jahre).

Noch stehe ich ohne Diagnose da und kann denn Auslöser nicht ausmachen, weil es kein eindeutiges Haarausfallschema ist.

Auf meiner Arbeit sind alle eingeweiht, ist auch nicht mehr zu übersehen, wenn zwei Drittel der Haare fehlen.

Die Anteilnahme hält sich aber in Grenzen, bis auf eine Kollegin mit der ich gut darüber reden kann, wird es unter den Teppich gekehrt.

Schade, ich selbst war immer ein Mensch der sich alle Probleme und Sorgen anderer angenommen hat. Aber es gibt gute Freunde und die Familie die in dieser Zeit da sind und einen unterstützen.

Es ist schön sich hier austauschen zu können und auch einfach mal seinen Kummer los zu werden. Habt nochmals lieben Dank.

LG Jill

---

Subject: Aw: Bitte um Hilfe!  
Posted by [Sein-chippi](#) on Wed, 22 May 2013 20:28:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leute kleine frage ich mach jetzt seit 2 Wochen eine Knoblauchtherapie das heißt jeden

abend vor dem schlafen die ganze kopfhaut mit Knoblauch einreiben..nun habe ich seit 1-2 Tagen kleine pickel auf dem kopf die ziemlich jucken :/ kennt das jemand von euch und hatte das auch schon oder ist das jetzt ein echtes Problem:/  
Den Beitrag einem Moderator melden

---