
Subject: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Wed, 10 Jul 2013 16:44:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Zusammen,
ich bin total panisch und weiß nicht wo ich mir Rat holen kann.
Ich habe gestern an der Schläfe eine größere kahle Stelle entdeckt, ich dachte erst da wären meine Haare abgebrochen weil ich sehr oft Clip-in extensions benutze.
Ich kann diese Stelle auch noch nicht so lange haben weil vor 3-4 Wochen war ich im Urlaub und hatte die Haare eigentlich jeden Tag nach hinten gebunden und da war noch gar nichts.
Bin dann gestern zum Hautarzt und der meinte ganz locke4r 'scheint Kreislunderhaarausfall zu sein' auf meine Fragen ist er nicht eingegangen und meinte nur 'iwann wird das wieder wachsen ich kann ihnen nur nicht sagen wann'
Bin dann zur Apotheke und die meinte ich solle auf jedenfall ein Blutbild machen etc.
Heute habe ich dann ein Stückchen drunter eine weitere Stelle gefunden aber ganz ganz klein.
Die Stellen sehen aus als ob sie abrasiert worden wären und teilweise wieder nachwachsen also nicht ganz glatt sondern so 2cm lange Haare. Der Arzt hat an den Haaren gezogen und meinte die gehen nicht raus... Morgen habe ich einen Termin bei meinem Hausarzt wgn eines Blutbildes..
Die Probe wird aber erst am Freitag weggeschickt.
Ich habe nun ein bisschen gelesen und habe so panische Angst, dass ich an meinem ganzen Kopf die Haare verliere.
Ist es denn immer so, dass die Haare komplett ausfallen oder kann es auch sein, dass es bei diesen 2 Kreisen bleibt?
Ich danke für die Antworten.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [lisa](#) on Wed, 10 Jul 2013 17:47:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo erstmal
Ich denke die Fragen die du dir gerade stellst hat sich jeder von uns am Anfang gestellt.

Nur leider wird dir darauf keiner eine Antwort geben können.

Mach dir aber vorerst wirklich nicht zu viel Gedanken. Dass die Haare bei Zug nicht sofort ausgehen ist schonmal ein Gutes Zeichen.

Die Chance auf Spontanheilung ist eigentlich immer da.

Die abgebrochenen Haare sind auch ein Anzeichen für kreisrunden Haarausfall.

Bitte mach dir erst mal keine Gedanken dazu was passieren könnte & ab wann deine Haare wieder kommen. Das kann noch nicht mal mehr der beste Arzt wissen.

Du solltest auch noch gar nicht daran denken das dir alles ausfällt, ich gehöre auch zu den Glücklichen, die ihre Haare wieder hat, bzw. so dass der Haarausfall stehen geblieben ist und man nichts sieht. Und ich bin da nicht die einzige

Dir werden hier sicherlich einige Leute gute Therapie Tipps geben können. Mach aber nicht den Fehler, alles auszuprobieren was helfen soll. Lass das ganze am besten erst mal kurz ruhen.

Was sagt dein privates Umfeld dazu?

Dass du ein Blutbild machst ist schon mal gut, um mögliche Krankheitsursachen auszuschließen.

Und ich habe auch zu den Spontanheilern gehört um dir Mut zu machen.

Und ich habe bei meiner jetzigen 'Heilung' eigentlich keine Therapie gemacht.

Wenn es dich interessiert, wie ich damit umgehe und wie ich meinen Haarausfall stoppen konnte kann ich dir gerne auch eine PN schreiben.

Am Anfang erging es mir so wie dir, ich habe haufenweise Therapien ausprobiert die mir letztenendes eher geschadet haben als genützt. Das einzigste was mir geholfen hat (damals wo ich noch Therapien machte) war die DCP Therapie. Diese halte ich persönlich sehr umstritten und auch da gilt höchste Vorsicht. Ich selbst bin an eine Klinik geraten die es in meinen Augen falsch machte. Es werden dir hier aber sicher viele eine gute Klinik nennen können.. Ich persönlich bin der Meinung, das leider keine Therapie richtig nützt. Sie helfen dir die Haare wieder zu bekommen, erhöhen vll die Chance, aber dass die Haare dann auch bleiben hängt von dir ab. Deswegen gehe doch erst mal vom Positiven aus. Auch wenn es schwer wird. Erstmal Kopf hoch!! Du bist mit Sicherheit immer noch Hübsch !!

Und nein, es ist NICHT immer so, dass die Haare immer komplett ausfallen.

Mein Arzt sagte mal (Homöopath): Zuerst kommt der ganz große Schub (ich hatte 60% meiner Haare beim ersten Ausfall verloren), die Haare kommen bei den meisten wieder und darauf folgen immer mehr abgeschwächte Formen bis hin dass es wirklich kaum bemerkbar ist. Der Spruch stimmt teils, danach kamen immer kleinere Stellen, nie so extrem wie damals. Nachdem mir 60% meiner Haare ausfielen, diese wieder kamen musste ich nie wieder Haarersatz tragen. Der stehengebliebene Schub den ich momentan habe (Der sogar zu 60% wieder nachgewachsen ist von allein) ist zwar etwas größer als der kleine Schub davor (ich hatte ungefähr 3-4) aber ich kann alle Frisuren tragen, da bisher die Haare immer wieder kamen und auch jetzt nach 6 Jahren noch. Und da es eben deutlich kleinere Stellen sind und so langsam ist es nicht mehr ganz so glatt. Glaube nicht alles was im Internet steht, das macht dich nur noch mehr verrückt. Und je verrückter du dich machst, desto schneller fallen die Haare aus. Das ist meine Meinung. Und wie gesagt, dazu kann ich dir auch einiges erzählen wie ich es schaffe mich nicht mehr verrückt zu machen, möchte nur hier nicht alles vollschreiben.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Thu, 11 Jul 2013 17:03:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

danke Lisa habe dir ja eine PN geschrieben.

habe ich eigentlich den Ophiasis Typ sobald ich an der Schläfe Kreistrundenhaarausfall habe

und bspw nicht am Hinterkopf?

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Monstamausi](#) on Thu, 11 Jul 2013 20:18:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bin ophiasistyp.
ophiasis ist nicht die eine stelle an der schläfe zu haben. da gehen die haare meist flächendeckend bis komplett in Nacken, schläfen und hinter den Ohren aus, Man hat dann quasi noch das deckhaar aber der Rest fällt fast komplett aus. Hat wohl die schlechteste prognose laut statistik.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Sun, 14 Jul 2013 15:14:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ah ok vielen Dank,
ich dachte weil ich das hinterm Ohr und ne Mini-Stelle unterm Ohr habe.
Haben heute eine 3. mini mini Stelle am Hinterkopf entdeckt.
Ich war die letzten 2 Tage sehr motiviert meine Lebensweise / Ernährung etc zu ändern.
Aber ich fühle mich tatsächlich verloren bei dem was mir die Ärzte so sagen - nämlich gar nichts.
Kann man denn sagen wieviele kahle Stellen die meisten Menschen durchschnittlich haben oder ist es tatsächlich so verschieden?

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Sun, 14 Jul 2013 15:53:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ach und noch eine Frage, tut mir leid, dass ich hier so viele Fragen stelle
meine komplette Kopfhaut juckt sehr.
Ich dreht natürlich mal wieder durch weil ich gelesen habe, dass der Juckreiz drauf hinweisen kann dass genau dort noch mehr Haare ausfallen. Hab den Juckreiz aber am ganzen Kopf ständig

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [lisa](#) on Sun, 14 Jul 2013 17:45:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann mich daran erinnern, dass bei mir auch der ganze Kopf gejuckt hat, aber alle Haare sind

mir nicht ausgefallen. Wie gesagt, soviel solltest du gar nicht lesen, weil es wirklich, bei jedem Menschen anders und individuell ist. Zudem kann es auch sein das du das falsche Shampoo benutzt.

Subject: Aw: bitte HILFE :(

Posted by [Monstamausi](#) on Mon, 15 Jul 2013 11:14:58 GMT

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

wie viele haare gehen dir denn beim kämmen und waschen so aus?

Ich hatte keinen juckreiz damals, mir waren die haare an den runden stellen erst abgebrochen, dann ausgefallen. außer an den ophiasis stellen, da sind sie halt flächendeckend aus gegangen.

benutze jetzt aber auch ziemlich milde shampoos. hab mir extra eins aus der Apotheke geholt, speziell für haarausfall (hilft natürlich bei alopezie nicht, wirkt aber juckreiz super entgegen) und ein babyshampoo. außerdem hab ich die chance genutzt um das haarewaschen von alle 2 Tage auf alle 4 zu reduzieren.

Du wirst jetzt spontan bei deinen haaren eh nichts ändern können, die, die ausfallen wollen, werden es auch. das einzige was du machen kannst, ist denen Körper mal gründlich durchchecken.

Ich war beim allgemeinmediziner, der hat einen eisenmangel festgestellt.hab 6 wochen eiseninfusionen bekommen.

gynäkologin hat sexualhormone abgeklärt,

internist (hämatologe!) hat das blut untersucht und herausgefunden, dass mein körper überlastet ist und ich einfach mal 4kg zu nehmen soll.

heilpraktiker meinte, mein körper ist zu alkalisch.

Zahnarzt hat mal alle zähne und füllungen gescheckt (entzündungen aller Art auch im mund stehen im Verdacht, alopezie zu begünstigen).

1. dermatologin hat anfangs gesagt der haarausfall wäre durch den eisenmangel bedingt, dann war ich bei einer zweiten dermatologin in einer uniklinik, die mit ner cortisonstoßtherapie angefangen hat.

also einfach in alle Richtungen denken.

Subject: Aw: bitte HILFE :(

Posted by [Liah](#) on Mon, 15 Jul 2013 11:36:17 GMT

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

beim waschen und kämmen gehen kaum Haare weg, das ist ja das was mich so verwirrt. also nicht mehr und nicht weniger als sonst.

heute eine 4. Stelle entdeckt wieviel sollen denn da noch kommen

danke, das hab ich auch vor bin jetzt schon unterwegs von arzt zu arzt aber die meisten sagen mir leider kaum was.

wurde es bei dir denn besser? also nachdem du wusstest woran du vllt arbeiten musst

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Mon, 15 Jul 2013 15:59:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kurze Info: die Blutwerte sind alle Top!
weiß nicht wie ich das finden soll, klar bin ich dankbar, dass ich gesund bin - aber hätte gehofft, dass sich doch eine Ursache rausstellt

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Monstamausi](#) on Mon, 15 Jul 2013 16:47:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich weiß, wie du dich fühlst. hab auch gehofft, dass irgendein arzt was findet und der sache endlich einen Namen gibt. bis auf den Eisenmangel erfreue ich mich auch bester gesundheit. gegen den alkalischen pH-Zustand einfach morgens und abends milchsäurebakterien.

bei mir fing das alles im märz an, zu spitzenzeiten hab ich am tag alleine beim auskämmen an die 800 Haare verloren. nachdem ich mit der kortisontherapie angefangen hab, wurde es nach ein paar wochen weniger (trotzdem immernoch 300-400haare täglich beim kämmen) zur zeit bin ich bei bei 200 Haare, vllt mehr, zähle nicht mehr.

Du musst dir drüber klar sein, dass alles was Haare betrifft, gefühlte Ewigkeiten dauert. Selbst wenn man eine Ursache findet und diese behandelt, bis die Wirkung mal an den Haaren ankommt, dauert es Wochen, sogar Monate.

Meine neuen Haare haben seit Anfang Juni wieder begonnen zu wachsen, allerdings wachsen die zuerst komplett weiß und dünn. Erst nach ein paar Wochen bis ein Monat setzt die Pigmentierung ein. Das neue Haare wachsen zeigt mir, dass scheinbar dass schlimmste Vorbei ist, jedoch gehen die alten Haare immernoch aus. Allerdings: Es dauert ja eh 2 bis 3 Monate, bis ein vom Körper abgestoßenes auch wirklich ausfällt.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Mon, 15 Jul 2013 17:44:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mittlerweile habe ich 5 Stellen. ich bin so traurig.
Ein Arzt meinte in den meisten & normalen Fällen bekommt man nicht so viele Stellen & wenn es bei mir nichtmal einen richtigen "Grund" gibt, hört das vielleicht nie auf:(
An den Stellen an denen ich diese Lösung auftrage kommen teilweise schon wieder Haare manche blond und manche sind weiss und so ganz komisch lockig, die fallen aber auch schon wieder aus. & teilweise kommt n flaum aber dunkel ?

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Monstamausi](#) on Mon, 15 Jul 2013 19:25:38 GMT

jaja, die ärzte. außer kortison können die meisten eh nichts machen.

was für eine lösung trägst du denn auf?

die ersten haare, die mir nachwuchsen, sind innerhalb von 2 wochen ausgegangen. das waren sogenannte "ausrufezeichenhaare". die kommen sehr stoppelig und pigmentiert, werden vllt 3mm lang, verjüngen sich jedoch zur kopfhaut. das sind keine "richtigen" haare. erst nachdem die bei mir flächendeckend kamen und wieder gingen, fingen die richtigen Haare an zu wachsen. Wenn man jedoch eine Reizung hervorruft (durch irgendwelche lösungen) oder einfach die veranlagung hat, kann es wohl passieren, dass sie auch schon pigmentiert kommen.

ich weiß ja nicht wie weit du dich mit alopezie auseinander gesetzt hast. es ist ja plump gesagt ein angriff von leukozyten auf die haarwurzeln aufgrund einer fehlregulation. wenn man es schafft, die weißen blutkörperchen von den haaren abzulenken, sodass sie etwas anderes angreifen, sollte man es stoppen können. Als Reizstoff gibt es ja unterschiedliche hausmittelchen. vllt kann dir sowas helfen, das einzudämmen?

bei mir hats nicht geklappt, war einfach zu weit fortgeschritten und hab es auch nicht durchgezogen.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Mon, 15 Jul 2013 21:15:36 GMT

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

danke für deine Antworten, ich hatte da schon bisschen dazu gelesen. aber da wollte ich fragen ob ich das parallel zur Kortison-Lösung machen kann?

Und habe ich richtig verstanden dass ich mir in die Haut davor 'reinschneiden' muss?

Übrigens bekomme ich die momegalen Lösung

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [lisa](#) on Tue, 16 Jul 2013 10:13:13 GMT

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

Was auch helfen soll ist Knoblauch..

Kortison würde ich lassen, habe dir dazu ja auch schon was geschrieben bringt nix.. Und auch hier habe ich noch keine erfolge gelesen..

und nein, ich würde da nix einschneiden oder verletzen

seufz... ich kann verstehen wie du dich fühlst, aber ich glaube ehrlich gesagt dass du dich da (was berechtigt ist) zu sehr verrückt machst.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Monstamausi](#) on Tue, 16 Jul 2013 19:54:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kortison ist immer sowas umstrittenes. Ich bin froh, dass ich es probiert habe, jedoch glaube ich, es hat insgesamt den Prozess nur verlangsamt.

bei dem Knoblauch musst du die haut nicht einritzen, aufrauen tut es auch, nimm dafür vllt nen peeling schwamm. dann mit frischem Knoblauch rüber, den würde ich allerdings einritzen damit die Flüssigkeit besser austritt. Vorsicht, brennt in Verbindung mit kortisonschaum würde ich das allerdings nicht machen.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Tue, 16 Jul 2013 21:00:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Monstamausi hast du schon versucht dir das Kortison spritzen zu lassen? oder willst du das bewusst nicht?

Hab übrigens auch n 'loch' in der Augenbraue.

Ist das normal dass es auf die Augenbrauen übergeht? ich dachte das wäre immer in den extremen fällen.

Und ja ich weiß ich mach mir zu viel stress vielleicht habe ich genau deswegen das ganze erst bekommen weil ich mir bei allllem so nen kopf mache, leider

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Milly](#) on Wed, 17 Jul 2013 09:41:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich will auch kurz meine Erfahrungen dazu schreiben,

Kortison hilft nicht wirklich. Also bzw ich kenne kaum jemanden, dem das was gebracht hat. Ich habe lustigerweise darauf Allergisch reagiert, obwohl man dass ja eigentlich nicht sollte. (Rote Pickelchen, die weh getan haben, damit war Kortision für mich gestorben.)

Bei mir Haben Kohlwickel geholfen, die ich persönlich als angenehmer empfinde als den Knoblauch, auch wenn die meisten hier auf Knoblauch schwören.

Bei Kohlwickeln lägst du dir einfach Kohlblätter auf den Kopf, die vorher mit dem Schnitzelklopfer bearbeitet wurden. Dass stinkt dann erstmal hölisch, aber nach einer kurzen Zeit, kommen dann auch die Haare wieder.

Unterstützend trinkt man dann noch jeden Tag ein schönes Glas Kohlsaft.

Helfen tut meiner Erfahrung auch die Stellen mit Teebaumöl einzureiben. Auch das ist entzündungshemmend.

Ich hab auch von Leuten gehört, die Angefangen haben Milchprodukte weg zu lassen, soll auch

helfen (Meiner Meinung nach Schwachsinn)

Akkupunktur soll ebenfalls helfen, wenn man sich gerne Zerstechen lässt.

Mein tipp für dich ist einfach mal Alles auszuprobieren, aber gleichzeitig damit Leben zu lernen. Fang bitte nicht an dich über deine Haare zu definieren. Zu meiner Schande muss ich sagen, dass ich das gemacht habe, aber im Nachhinein werde ich es niemals mehr tun. Fang damit an, dass du mal einem Menschen erzählst, dass du Haarausfall hast und du wirst sehen, wie gut er darauf reagiert.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Monstamausi](#) on Wed, 17 Jul 2013 11:34:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liah:

Ich hab Kortison mir nicht spritzen lassen, hatte es als Tablettenstoßtherapie versucht (davon höllisch viele nebenwirkungen abgegriffen sodass ich nur zwei Zyklen geschafft habe) und als lokale Behandlung mit Schaum. Das Spritzen war irgendwie bei den Ärzten nie Thema gewesen und ist vllt daher auch nicht in Frage gekommen. Im Nachhinein würde ich es mir trotzdem nicht Spritzen lassen.

Es ist für Alopecia durchaus nichts außergewöhnliches, dass nicht nur auf dem Kopf die Haare ausgehen, sondern auch Wimpern, Augenbrauen, Körperbehaarung. Das heißt nicht, dass du unbedingt alles verlieren musst, bei manchen passiert das, bei vielen nicht.

Darf ich fragen wie alt du bist bzw was genau dich so stresst?

Milly:

Mir hat das Kortison geholfen, auch wenn es mehr Nebenwirkungen hatte, als erwartet. Es hat den Ausfall zwar nicht beendet, aber den akuten Schub gelindert, sodass ich von 700 Haaren täglich auf ca. 200-300Haare täglich runter bin. Ich denke, es kann einem Zeit verschaffen, bis der Körper sich wieder fängt und merkt, dass die Reaktion überflüssig ist.

WUnderheilmittel ist das Teufelszeug aber (zumindest bei mir) nicht.

Das mit der Allergie auf Kortison bezweifel ich. Es ist bei Kortison durchaus normal, mit Pickeln zu reagieren. Das nennt sich dann z.B: Steroidakne (tut weh, juckt, sieht scheiße aus), da Kortison zur Medikamentengruppe der GlukokortikoSTEROIDE gehört. Als ich mit dem Schaum begonnen hab, hatte ich das stellenweise auf dem Kopf, als ich es systemisch mit Tabletten versucht habe, war mein ganzer Rücken voll

Genau wie du habe ich auch allerdings dazu gelernt, mich nicht mehr über mein Aussehen bzw über meine Haare zu definieren. Es ist unglaublich wie sich das Erscheinungsbild im Spiegel ändern kann, aber trotz der großen Veränderung: man bleibt, wer man ist.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Wed, 17 Jul 2013 14:36:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Milly, wie lange hast du diese Wickel auf den Stellen dann gelassen und wie oft in der Woche hast du das gemacht?

-

Monstamausi ich bin 24 Jahre alt & ich kann dir gar nicht sagen was mich stresst. Ich hatte eine für mich schwierige Phase mit Verlust und auch an der Uni etc die war aber schon im Februar März.

Die einzige Phase die ich stressiger als sonst bezeichnen könnte wäre 2-4 Wochen vor der AA was ja eigentlich zeitlich zu knapp wäre? Trennung von meinem Partner.

Bei mir ist es so, dass ich nicht einfach etwas aus meinen Gedanken bekomme und alles mögliche überdenke, war schon als Kind so. Hatte übrigens in der Kindheit nie AA dafür aber schlimme Ausschläge an den Händen

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Milly](#) on Wed, 17 Jul 2013 14:58:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

-> Sowas entwickelt sich meistens nicht unmittelbar, aber um ehrlich zu sein, weiß nie jemand so genau, woran es liegt.

Es ist nur nicht ansteckend ;D, sonst hätten es wohl einige Leute mehr.

Die Wickel musst du anfänglich so oft drauf machen wie du kannst. Also mindestens übernacht.

Wir haben es so handgehabt, dass ich sie alle 4 stunden gewechselt habe und dann die volle Nacht draufgelassen habe. (wenn du jede nacht 2 mal aufstehst um Wickel zu wechseln zerbrichst du ganz schnell dran).

Teebaumöl hilft übrigens den Strengen geruch gut aus den Haaren rauszubekommen

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Wed, 17 Jul 2013 15:47:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

jaa an teebaumöl hatte ich schon gedacht allerdings ist das wohl für meine trockene Kopfhaut nichts.

Hab ne extrem trockene und schuppige Kopfhaut, Teebaumöl würde dies noch mehr fördern.

-

Monstamausi mir ist noch eingefallen, dass mir ne Ärztin von einem neueren Medikament erzählt hatte, ist wohl eigentlich was gegen Schuppenflechte. Vielleicht wäre das was für dich?

Subject: Aw: bitte HILFE :(

Posted by [Milly](#) on Wed, 17 Jul 2013 17:32:51 GMT

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

Warte mal, aber mein Teebaumölshampoo ist gegen Trockene Kopfhaut???

Gegen die Trockene Kopfhaut hilft übrigens eine Feuchtigkeitscremekur.

Sobald ich schuppen bekomme nehme ich eine Feuchtigkeitscreme (irgentwas sanftes unpafümiertes) und verteile es großzügig auf dem Kopf (man braucht eine ganze Menge, damit es auch durchs haar hindurch kommt.)

Übernacht einwirken lassen und dann Morgens haare ausspülen. Danach hat sich bei mir noch jeder Schuppenanfall in luft aufgelöst.

Subject: Aw: bitte HILFE :(

Posted by [Monstamausi](#) on Wed, 17 Jul 2013 17:46:56 GMT

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

Ich bin 22, hab auch ein beziehungs-drama hinter mir, das sich von Dezember bis Februar gezogen hat, im Februar ist dann die Bombe geplatzt. 3 Wochen später ging der haarausfall los. War zu dieser Zeit körperlich auch nicht ganz auf der Höhe...

von dem schuppenflechtenmedikament hab ich gehört, werde aber nichts mehr machen, da überall auf meinem Kopf die haare schon nachgewachsen. die langen haare gehen noch aus und kommen morgen ab.

wenn deine Kopfhaut schon so empfindlich ist, würde ich da extrem vorsichtig rangehen. oft vllt ist ja dieses schuppenflechtenmedikament was für dich?

Subject: Aw: bitte HILFE :(

Posted by [Liah](#) on Sat, 20 Jul 2013 09:19:39 GMT

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

Milly ich habe mir jetzt ersteinmal Kohlsaft gekauft

Monstamausi ich hoffe dir geht es jetzt besser (wgn der Trennung etc) & dass die Haare wirklich alle nachkommen!

meine Ärztin meinte, dieses Medikament für Schuppenflechte könnte in Frage kommen allerdings will sie erst einmal abwarten.

-

kurzes Update: meine Kopfhaut juckt nicht mehr ganz so extrem wie am Anfang aber auf den Stellen auf die ich das Kortison auftrage bilden sich gaaanz üble Schuppen und das Jucken ist auch nicht ganz weg. Außerdem sehen die Stellen leicht gerötet aus (sieht aus wie ein Ausschlag)

War dann gestern in der Apotheke zwecks Teebaumöl und Kamillenextrakt da mir jmd Kamille statt Teebaumöl empfohlen hat - da wie schon gesagt die Kopfhaut noch mehr austrocknen könnte.

Die Dame in der Apotheke meinte aber, dass Kamille genauso austrocknet weil da Alkohol enthalten ist // oder das ganze irgendwie mit Alkohol hergestellt wird. Habe mir deswegen ein

Shampoo von Eucerin zugelegt. Hoffe das hilft

Sie meinte ich soll die Haare nicht so oft waschen, allerdings sind die nach 2 Tagen fettig und mir bleibt nichts anderes übrig.

Habe von meiner Ärztin Zink-Tabletten hochdosiert bekommen welche ich 50 Tage nehmen soll

Subject: Aw: bitte HILFE :(

Posted by [Milly](#) on Sat, 20 Jul 2013 10:06:53 GMT

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

Ich behaupte Immernoch, dass Teebaumöl gegen Schuppen hilft.

<http://www.teebaumoel.net/teebaumol-gegen-schuppen.html>.

Benutze das Teebaumöl aber niemals Unverdünnt! Als etherisches Öl ist das nämlich ein bisschen zu stark.

Wie wäre es, wenn du das Kamille Zeug selber machst?

Dass ist garnicht so schwer und wenn es im Nachhinein nicht beim HA hilft, kannst du es immernoch in eine Schöne Flasche machen und an jemanden verschenken.

http://www.olionatura.de/_pflanzen/oelauszuege.php.

Ich hab es noch nie gemacht, werde aber glaube ich gleich mal ein paar Lavendel blüten pflücken gehn ;D.

Um nicht so oft Haare waschen zu müssen, kannst du anfänglich wenn die fettig werden Babypuder in die Haare machen.

(<http://www.frag-mutti.de/Babypuder-gegen-fettige-Haare-a25600/>)

Die Haare regulieren sich dann irgendwann selber.

Du hast zwei Optionen.

Entweder Cold Turkey.

Also eine Woche lang dass mit dem Babypuder und dem nicht Haare waschen machen. Dann waschen und dann wieder eine Woche lang warten.

Anfänglich Eklig, aber breits nach dem 3ten mal solltest du einen Unterschied erkennen.

Oder du machst es langsamer, in dem du immer wieder etwas länger wartest, bis du die Haare wäscht.

Also erstmal alle 3 tage nicht waschen, wenn das geht, dann auf 4 tage rauf, wenn das geht, dann auf 5 tage rauf, und dann auf sechs, solange bis du nurnoch einmal die woche waschen musst.

Bei unangenehmen gerüchen kannst du ja ein bisschen parfüm benutzen oder so.

Achja, kauf dir einen Entsafter anstelle des Kohlsaftes. Kohlsaft ist relativ teuer und den Entsafter hast du schnell drinnen. Zumal man den Tresen auch gut auf den Kopf legen kann, wenn man keinen netten Helfer hat, der einem die Blätter auf den Kopf legt ;D.

Achja und als letzen Tipp, Hau dir nicht zuviel in die Haare.

Zum einen weißt du dann nicht, was geholfen hat, zum anderen könnten sich zwei Sachen auch durchaus beißen und das Problem verschlimmern.

So ich gehe jetzt Lavendel pflücken ;D. Ich mach mir ein Lavendel Öl

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Liah](#) on Sat, 20 Jul 2013 10:46:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die tollen Infos!!)
mit dem Haare waschen sollte ich tatsächlich so versuchen - übrigens ist der Kohlsaft nicht so
super für meinen Darm wie ich grad eben gemerkt habe

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Alexander Belov](#) on Sun, 11 Aug 2013 14:06:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

hast du in der Zeit als du die Haare verloren hast eventuell an sehr viel Stress gelitten? Probleme
in der Familie Freunde etc? Ich weißes z.B von mir, das ich kurz vor der Trennung auch eine
Haarlose stelle am Kopf hatte. Nach dem Aus der Beziehung wuchs diese wieder zu.

Subject: Aw: bitte HILFE :(
Posted by [Immermehrhaare](#) on Sun, 11 Aug 2013 20:33:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Liah,
wenn ich das lese, denke ich an diese schlimmste Zeit für mich selber zurück.

Ich kann dir aus eigener Erfahrung nur empfehlen:
schalte diesen Stress mit dem Haarausfall selber runter!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!
Versuche irgendwie diese verständliche Panik zu reduzieren, denn sie ist nochmals ein
zusätzlich verstärkender Stressor. Glaube daran , daß du es schaffst!!!!!!!
ich bin von Arzt zu Arzt gelaufen und die konnten nicht helfen.
Wenn du einen Zinkmangel hast, ist das schonmal ein Hinweis.
Cortison ist nur eine temporäre Hilfe, nach Absetzen läßt die Wirkung nach.

Wenn du eine Uniklinik erreichbar in der Nähe hast, melde dich einfach in der Haarsprechstunde
dort an; die Wartezeiten belaufen sich auf mehrere Wochen .
Ich kann dir den Thread "Uralte Studie - Kopftrauma" -weiter unten von Granga empfehlen.
Es ist vorstellbar, daß die Krankheit eine psychosomatische Ursache hat.
Wenn du Glück hast ,hört es von selber auf, Bei den meisten gelingt das auch.
Geniesse deinen Alltag, mach schöne Dinge, treff dich mitFreunden und
lass es dir gut gehen. Viel Glück
