
Subject: Leidensweg

Posted by [martin.r95](#) on Sun, 09 Feb 2014 20:02:13 GMT

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

Hallo erstmal,

die letzten Monate beschäftige ich mich gezwungenermaßen sehr viel mit dem Thema AA, deswegen wollte ich heute mal meine Geschichte weitergeben. Nach meinen bisherigen Informationen scheint sich AA ja leider kaum behandeln zu lassen, aber vielleicht hat trotzdem jemand einen Tipp oder eine Erfahrung die mir helfen könnte. Auch wenn mein Eintrag etwas länger geraten ist wäre es also nett wenn ihr euch die Zeit nehmt ihn zu lesen

Ich bin momentan 18 Jahre alt, männlich und stehe soweit ich das beurteilen kann mitten im Leben. Meine Haare haben mir nie auch nur die geringsten Schwierigkeiten gemacht, auch von erblichem Haarausfall scheint meine gesamte Familie weitgehend verschont zu bleiben. Letztes Jahr jedoch (ca. April-Mai) fiel meiner Friseurin nach dem Haare schneiden eine, etwa 2x3 cm große, kahle Stelle am Hinterkopf auf. Wie der Hautarzt mir mitteilte: alopecia areata. Wie die meisten hier sicher besser verstehen als jeder andere, ging für mich eine Welt unter. Ich fühlte mich hässlich, unnormale, krank und hoffnungslos. Doch damit nicht genug, verabschiedeten sich in den nächsten Wochen immer mehr Haare, zuerst am Hinterkopf, dann auch mittiger auf dem Schädel, bis es irgendwann nicht mehr tragbar war und ich mir eine Glatze schneiden musste. Während dieses ganzen Vorgangs versuchte ich positiv zu denken, dachte mir: anderen geht es viel schlechter; es sind nur Haare; wenigstens hast du noch Augenbrauen... Doch wie ihr sicher wisst helfen diese Gedanken nur extrem begrenzt. Trotz meiner Freunde, die versuchten keine große Sache daraus zu machen, nahm meine Lebensqualität leider während der haarlosen Zeit sehr ab. Ich hatte z.B. einfach keine Lust mehr feiern zu gehen, weil ich mich unwohl in meiner Haut fühlte.

Gerade als ich das Gefühl hatte nun auch meine Augenbrauen zu verlieren, erholten sich meine Haare schlagartig. Die nächsten Wochen war ich unfassbar glücklich, bis dann nur 8 Wochen später erneut zwei kleine kahle Stellen am Hinterkopf sichtbar wurden.

Da ich von Grund auf nicht an Zufälle glaube, suchte ich natürlich nach einem Grund, ich wollte um alles in der Welt wenigstens wissen woran das alles lag. Und mir kam auch eine Idee: Ich spiele American Football (wobei ein Helm getragen wird). Da meine Haare sich exakt in einer Trainingsfreien Zeit erholten, und nach erneutem Training wieder ausfielen, brachte ich die AA mit einer Allergie gegen das Futter des Helms in Verbindung. Obwohl ich sehr geknickt war den Sport, der mir sehr viel bedeutet, aufhören zu müssen, war ich froh eine Antwort gefunden zu haben. Meine Hoffnung war, dass sich nun mit relativer Sicherheit ein erneutes Ausfallen verhindern lassen könnte, indem ich keinen Helm mehr trage.

Zunächst fühlte ich mich in meiner Annahme gestärkt, da die kahlen Stellen sich erneut schlossen, nachdem ich aufhörte den Helm zu tragen.

Nun jedoch, vor ca. 5 Wochen, bemerkte ich beim Durchfahren meiner Haare erneut ungewöhnlich viele ausgefallene. Sofort war mir klar, dass die AA zurück war. Doch warum? Ich hatte keinen Helm getragen, war nicht sonst mit etwas ähnlichem in Kontakt gekommen. Stress ist meiner Meinung nach absolut auszuschließen, da das einzige, das mich tatsächlich stresst die AA ist :/ Es bahnt sich erneut eine Glatze bei mir an, was in meinem Alter eine extreme Belastung darstellt, da die verständliche Suggestion Krebskrank, oder leider auch häufig Nazi lautet. Meine Hoffnung, nun ein für alle mal zu wissen warum die AA bei mir auftritt scheint leider auch hinfällig zu sein.

Bin ich dieser Krankheit tatsächlich hilflos ausgeliefert?

Muss ich mich, da ich jetzt schon zum 2-3 mal betroffen bin, darauf einstellen die nächsten Jahre (oder mein ganzen Leben?) mit AA zu leben?
Besteht irgend ein Sinn darin, Faktoren die ich für einen Möglichen Auslöser halte (Helm, andere allergie-auslösende dinge) strikt zu meiden, oder hat das keinen Einfluss?
Hat irgendjemand einen ähnlichen Verlauf beobachtet und kann mir erzählen wie es vielleicht weitergeht?
So das war genug Text denke ich, wer Rechtschreibfehler findet darf sie behalten.

Subject: Aw: Leidensweg
Posted by [mutter](#) on Tue, 11 Feb 2014 19:50:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo. Hängt ihr Haarwachstum/Haarausfall mit der Jahreszeit zusammen? Bei unserem Kind ist das so. Im Sommer beginnen die Haare zu wachsen/im Herbst-Winter verliert sie sie wieder. Kann mir nicht vorstellen, dass es am Helm liegt. Genießen Sie ihren Sport. Und gehen Sie nach draußen. Das tut unserem Kind am besten. Sonst hilft bei uns leider nichts. Alles Gute für Sie.
Eine Mutter

Subject: Aw: Leidensweg
Posted by [Patagonia1899](#) on Tue, 11 Feb 2014 21:49:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi!
Habe selbst vor 3-4 Monaten mit American Football angefangen und denke nicht, dass es am Helm liegt.
Ich würde weiterhin Sport machen, das tut dem Körper gut!
Ansonsten viel Glück

Subject: Aw: Leidensweg
Posted by [lusitana](#) on Sat, 31 May 2014 21:24:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hay martin

Ich habe deinen text gelesen und er hat mich ein wenig an meine geschichte erinnert. Am anfang hatte ich einfach nur panik... Ich dachte ich hätte eine schlimme krankheit! Nach der diagnose AA habe ich dann im internet nach antworten gesucht. Das einzige was wirklich zu meiner situation passte, war dass es bei vielen nach einem belastenden lebensereignis anfängt. Ich habe nahrungsergänzungsmittel versucht, pillen wie priorin, salben, shampoos... Ich hatte beim shampoo sogar ärgerliche nebenwirkungen. Glaub mir dein haar macht was es will. Egal was du tust! Genau wie du, war mein grösste stress dieses: nach antworten suchen... Also habe ich beschlossen diese krankheit zu ignorieren. Ich lebe jetzt damit, dass ich meine augenbrauen nachfärbe, neue frisuren zur abdeckung erfinde und zwischendurch einen zehennagel verliere.

Ganz zu schweigen von den wimpern die auch ausfallen. Zerbrich dir nicht den kopf darüber, denn vielleicht begleitet es dich dein leben lang.

Ich hoffe du findest einen weg dich damit abzufinden. Nicht die krankheit soll über dein leben entscheiden.

Gruss
