
Subject: Think positiv

Posted by [Sonnenschein142](#) on Sun, 12 Oct 2014 20:10:32 GMT

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

Hallo zusammen,

ich wage nunmal den Schritt hier auch etwas über mich persönlich zu erzählen. Eigentlich habe ich keine Lust mehr mich mit Alopecia auseinander zusetzen, denn irgendwie habe ich das Gefühl, dass man sich manchmal damit auch verrückt macht. Aber ignorieren geht irgendwie auch nicht wenn man eine Glatze hat ist man ja tagtäglich damit konfrontiert.

Nun zu mir: Ich bin eine 26 Jahr junge Frau, stehe im Berufsleben, wohne nun in einem tollen Haus und habe eine langjährige Beziehung . Alles Super !

Bei mir fing alles vor ca. 2,5 Jahren an. Ganz langsam und über Monate hinweg sind alle Haare auf dem Kopf ausgefallen. Zunächst konnte man es gut kaschieren mit Kopftüchern, Blumen im Haar etc., dann kamen Beanie Mützen und Caps und vor circa 8 Monaten habe ich dann aus lauter Frust den winzigen Haarrest der noch da war abrasiert. Ich trage jetzt auch schon 1,5 Jahre Perrücke. Bin mir relativ sicher dass alles mit Stress zu tun hat da ich ein "burnout" hatte damit bin ich ja zur Zeit vermutlich trendsetter. Habe dann einiges geändert. Habe eine Therapie gemacht um mich psychisch wieder zu stärken, Reha (sie war allerdings sinnlos), Autogenes Training, Job gewechselt, gesündere Ernährung, umgezogen, innere Einstellung geändert.... es hat sich also vieles in meinem Leben verändert. Nun kommen seit ca. 3 Monaten langsam ein paar Babyhaare wieder, aber ich habe das Gefühl es geht nicht weiter, die Haare kommen einfach nicht richtig durch. Einerseits bin ich positiv gestimmt andererseits auch angespannt. Eine positive Einstellung ist wichtig das habe ich gelernt. trotzdem bin ich manchmal einfach von mir selbst genervt. Würde mich freuen, ob ihr ähnliche Erfahrungen gemacht habt und wie es mit euren Babyhaaren aussieht ???

Komme aus Bremen und würde mich gerne auch mal persönlich mit jemanden der evt. die gleichen Probleme hat unterhalten (dazu hatte ich bisher noch nicht den Mut).

Freue mich über ein paar Antworten.

Subject: Aw: Think positiv

Posted by [hope09](#) on Mon, 13 Oct 2014 08:59:48 GMT

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

Hi,

schön zu hören! Immerhin tut sich doch etwas. Kann verstehen, dass man dann ungeduldig wird... Aber freue Dich doch schon mal über den Erfolg, den Du bisher hattest und bleib dran !!!

Babyhaare stärken, mit dem was es landläufig dazu so gibt, fällt mir da ansonsten noch zu ein (Biotin, Silicea etc.)!?

Toi, toi, toi!

Ich bin habe gerade auch eine Phase, wo ich genervt bin von "Perücke", vielleicht muss einfach mal wieder ein neuer look her!? Trage "mein" modell jetzt auch schon wieder im zweiten Jahr. Und irgendwann kann man das immer Gleiche irgendwie nicht mehr sehen, finde ich

Lg,
hope09

Subject: Aw: Think positiv
Posted by [Sonnenschein142](#) on Mon, 13 Oct 2014 17:36:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

du hast soo recht. Man geht ja auch wenn man Haar hat zum Friseur und ändert die Frisur ab und an mal. Hab jetzt meine 2. Perrücke und als ich die bekommen hab (ist nun leider auch schon etwas her) fühlte ich mich viel besser. Aber leider sind die ja so teuer... Ich nehme zur Zeit Zink. Meine Fingernägel wachsen wie blöd ... naja dass kann bald Mal auf die Haare überspringen.

Subject: Aw: Think positiv
Posted by [werner 127](#) on Fri, 17 Oct 2014 14:25:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Sonnenschein,

Die Babyhaare können der Anfang vom Ende sein. Es dauert aber einfach seine Zeit. Bei mir waren's glaub ich zwei Jahre, bis alles wieder nachgewachsen ist. Und ich weiß noch genau, wie ich mehrmals täglich in den Spiegel geschaut habe, ob eins dazu gekommen ist, und wie nervös und ungeduldig ich war. Bringt alles nix, die Krankheit und auch die Heilung gehen ihren eigenen Weg. Durchaus normal, wren's mal ne Pause gibt, oder die härchen sogar nochmal ausfallen, weil sie noch nicht stabil genug sind. Aber so geht die Heilung immer los, auch wenn das natürlich keine Garantie ist. Also Geduld! Und dein Konzept ist absolut richtig. Verbessern, was man verbessern kann und den Glauben nicht verlieren . Genauso hab ich's auch gehalten und hatte am Ende Erfolg damit.

Drück dir die Daumen!
Werner
