

---

Subject: Versteckspiel

Posted by [Jumo](#) on Sun, 03 Jan 2016 20:38:04 GMT

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

---

Hey ihr Lieben,

Ich habe seit bald 2 Jahren Alopecia Areata, bei mir ist hauptsächlich der Hinterkopf betroffen. (Genaueres zu mir in meinem ersten Beitrag:

<http://www.alopezie.de/foren/aareata/index.php/t/2004/>)

Wenn ich einen Zopf trage, kann ich die auffälligsten Stellen verbergen. Meine Kopfhaut und meine Haarwurzeln sind empfindlich und oft gereizt, der Zopf fühlt sich nicht angenehm an, vor allem, wenn ich ihn lange trage. Außerdem fühle ich mich dadurch, wie versteckt und als müsste ich immer auf der Hut sein. Habe irgendwie immer Angst, dass es jemand bemerkt. Ich genieße es alleine zu sein und meine Haare offen zu tragen, denn nur dann stört es mich nicht, wenn die kahlen Stellen deutlich zu sehen sind.

Über Silvester war ich bei Freunden meines Partners, ich kam mit nassem Haar aus der Dusche um den Fön aus meinem Koffer zu holen und merkte erst dann, dass meine größte kahle Stelle deutlich rausschaut. Ich habe es nicht angesprochen und mir gleich wieder einen Zopf gemacht.

Es fehlt mir, mich über solche "Kleinigkeiten" auszutauschen.

Versteckt ihr euch?

Bin ich feige, mich fortwährend zu verstecken?

Wem und wann öffnet ihr euch?

Wie handhabt ihr es im Arbeitsleben?

Liebe Grüße, Jule

---

---

Subject: Aw: Versteckspiel

Posted by [annalina84](#) on Sun, 03 Jan 2016 21:34:41 GMT

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

---

Hallo Jule,

ich war schon länger nicht mehr im Forum, aber irgendwie hat mich dein Beitrag berührt, da mich dieses Thema selbst oft beschäftigt (hat). Ich selbst trage Perücke und habe lange überlegt wie offen ich damit umgehen soll. Irgendwie fand ich für mich selbst erst vor Kurzem die Lösung: bei Menschen, bei denen ich das Gefühl habe, dass das Vertrauen passt, geh ich offen damit um. Bei allen anderen fällt das Perücken-Thema unter "Privatsphäre". Was gegen mein Verhalten spricht, ist die Neugierde der anderen ("Trägt sie nun eine oder nicht?") Die wäre wohl bestimmt schneller gestillt wenn man die Sache einmal offen ansprechen würde und fertig. Also wenn es einem wichtig ist, dass es für das Gegenüber möglichst wenig Thema ist, sollte man wahrscheinlich offen dazu stehen und darüber sprechen. Dann wissen es die anderen und es ist vermutlich/in der Regel kein Thema mehr für sie. Ich für meinen Teil habe mich allerdings dazu entschieden, dass es für mein Gefühl passen muss. Und genau so wie ich mich frei entscheiden kann, mit wem ich wann über diverse andere

(privaten) Themen spreche, möchte ich das auch bei meinem Haarproblem können.

Ich glaube, das allerwichtigste ist, dass man mit dem Weg, den man einschlägt, ein gutes Gefühl hat- denn dann weiß man, dass es der richtige für einen ist

Alles Liebe, Annalina

---

---

Subject: Aw: Versteckspiel

Posted by [Floh1207](#) on Wed, 06 Jan 2016 21:47:18 GMT

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

---

Hallo Jule.

Auch ich hatte "nur" teilweise kreisrunden Haarausfall. Es hat im Nacken angefangen und über beiden Ohren weiter gemacht. Bei mir ging es nach dem abstillen unseres Sohnes los.

Ich habe dann auch eine alternative Behandlung bei einer Chinesischen Praxis angefangen. Mit Akupunktur und Kräuter Tee.

Hat auch sehr geholfen mich physisch und psychisch wieder auf die Höhe zu bringen.

Meine Haare kamen jedoch leider nicht zurück. Auch eine Neuraltherapie blieb ohne Erfolg.

Geholfen haben mir Wickel mit Weißkohl, wie im Buch "Der kreisrunde Haarausfall" beschrieben.

Nach einer Woche Weißkohl Trester auftragen (4Std. Einwirkzeit auf dem Kopf) sah man die ersten feinen Stopeln.

Habe das ganze dann ca 4 Monate durchgeführt. Anfangs 2 bis 3 mal täglich dann 1 mal am Tag. Als ich sah, dass der Erfolg da war und anhielt habe ich nicht mehr so oft gewickelt.

Stinkt halt ziemlich das Ganze

Ich habe hierzu auch schon einen eigenen Beitrag hier im Forum verfasst.

Falls du noch mehr wissen magst, kannst du mich gerne kontaktieren.

LG Ines

---

---

Subject: Aw: Versteckspiel

Posted by [Jumo](#) on Wed, 18 May 2016 18:43:26 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

ich habe eure Antworten sofort als ihr sie geschrieben hattet gelesen. Leider hatte ich damals nicht die Ruhe um mich zu melden. Nun stöbere ich seit zwei Tagen wieder durch das Forum und wollte mich herzlich bedanken. Ich habe mich über eure Antworten sehr gefreut und sie haben mir Kraft gegeben, auch wenn ich nicht direkt darauf reagiert hatte.

Also vielen Dank und liebe Grüße,

