
Subject: Haarausfall Tochter 11 Jahre durch Vit D mangel

Posted by [melanie78](#) on Wed, 06 Jul 2016 08:42:16 GMT

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

hallo alle zusammen.

nun möchte ich doch auch gerne mal was positives mitteilen und hoffe damit einigen mut zu machen.

bei meiner tochter fing es plötzlich an, dass sie seit september 2015 haarausfall bekam.

hinter den ohren ,am nacken und oben auf dem kopf am scheitel. bei jedem kämmen und waschen hatten wir ein busch in der hand.

ab zum kinderarzt, der nahm blut ab. mhhh komisch nix im blut zu sehen!

dann meinte er wir sollen zum hautarzt. der war so krass ! er kam rein, sagte kreisrunder haarausfall und ging wieder raus! ich war so wütend das kann man sich nicht vorstellen. er gab ihr kortison creme zum raufschmieren.

mein gefühl sagte mir immer,nein das ist es definitiv nicht. und die stellen waren auch nicht kreisrund und aal glatt.

ich ging dann zu einer anderen hautärztin.

sie meinte doch tatsächlich,das es kein kreisrunder haarausfall ist, sondern das sie vermutet, das sie sich die haare wohl selber ausreißen tut ich war entsetzt! und zum ersten mal an dem punkt, wo ich jede hoffnung verloren habe!

warum glaubte mir keiner und warum hilft uns keiner! seit diesem zeitpunkt glaube ich nicht mehr an die schulmedizin. solche enttäuschung durch ärzte und mein armes kind leidet und verliert immer mehr haare.

ab dezember wurde es so schlimm, das die haare auch einfach nur beim laufen ausfielen.

dann fing ich an nach einem heilpraktiker zu suchen.

zum glück wurde ich sehr schnell fündig.

bei ihr angekommen, kam gleich die erste frage!

ist mein kind auch in der sonne öfters?

ich sagte ja, aber mit creme!

das wars es!

sofort blut abnehmen, eisen zink kalium vit d alles im VOLLBLUT testen lassen!

ein paar tage später waren die ergebnisse da!

absoluter vit d mangel und alle arten von mikronährstoffen waren bei kaum noch vorhanden die heilpraktikerin wunderte sich, dass meine tochter überhaupt noch gerade stehen kann bei dem blutbild.

ich fragte sie warum man das nicht im blutbild bei dem kinderarzt gesehen hat.

ganz klare antwort: das blutbild welches von der krankenkasse bezahlt wird, ist unbrauchbar und nicht aussage kräftig da sie nicht ins vollblut und in den speicher gehen! billig halt.

meine tochter bekam dann seit januar sehr hochdosiertes vit d,welches jetzt niedriger dosiert ist und sie jetzt im sommer und im winter immer nehmen muss)

,zink,natrium chloratum lm v , kalium phosphoricum d6 , und ferrum phosphoricum d4

sie bekam kurz nach der einnahme auch wieder richtig appetit und durst, so dass sie am tag bestimmt 2 liter wasser getrunken hat, was mich natürlich erfreut hat

und endlich seit mai wachsen die haare wieder!!!!!!!!!!!! alle! der ganze kopf ! noch sind sie hell und feiner,aber in einigen wochen,kann und wird sie ohne ihr tuch laufen können und wollen. und ihr gemüztzustand hat sich so viel verbessert, sie ist wieder so fröhlich wie früher, hat viel mehr farbe im gesicht, (sie hatte immer augenringe) und ihre abgeschlagenheit und müdigkeit ist verschwunden! dank des vit d und eisen.

nachdem ihr nun wirklich durch die ganze zeit verschwundung alle haare ausfielen (glatze) wurde es zeit endlich den erfolg zu sehen!

ich bin wirklich in den letzten monaten gestorben!

zuzusehen,wie das kind alle haare verliert und es so aussieht als ob einem keiner helfen kann!

dann das diskutieren wegen einer perrücke und mutter kind kur mit der krankenkasse, (dak) nicht zu empfehlen.

ich kann es wirklich nur jedem raten,sich sein vit d wert checken zu lassen. viele ärzte wissen nicht, das soviel damit zusammen hängt! (depressionen, brüchige nägel,weisse flecken auf den nägeln, haarausfall, etc...)
kostet ca 40 euro.

wir haben jetzt wirklich sehr viel selber zahlen müssen durch die heilpraktekerin, medizin, blutabnahmen etc..; aber man sieht ja, das anscheinend leider nur dann einem geholfen werden kann.

ich wünsche jedem alles gute und hoffe das ich mit meinem beitrag jemanden helfen konnte.

herzliche grüsse
melanie

Subject: Aw: Haarausfall Tochter 11 Jahre durch Vit D mangel

Posted by [Faraday](#) on Wed, 06 Jul 2016 09:58:41 GMT

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

Über einen ähnlich gelagerten Fall wurde auch schon in einem anderen Forum berichtet:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/361880/#msg_361880

Leider ist der mögliche Zusammenhang zwischen Vitamin-D-Mangel und Haarausfall nur wenigen

Ärzten bekannt. Wichtig ist, dass man den 25(OH)D-Serumspiegel regelmäßig (einmal pro Jahr

im März genügt meist) überwachen lässt. Sobald der akute Vitamin-D-Mangel behoben ist,

sollte

man von den hochdosierten Präparaten auf niedrigdosierte umsteigen. In der Regel genügen 4000

I.E. pro Tag, um ein erneutes Auftreten des Vitamin-D-Mangels sicher zu verhindern. Die offiziellen

Empfehlungen zur notwendigen Tagesdosis sind durch einen fatalen Rechenfehler meist um den Faktor fünf bis zehn zu niedrig:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4210929/>

Subject: Aw: Haarausfall Tochter 11 Jahre durch Vit D mangel

Posted by [melanie78](#) on Wed, 06 Jul 2016 10:05:46 GMT

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

genau! ich lasss den wert jetzt auch jedes jahr checken und angefangen hat sie mit 6000 einheiten täglich dann runter auf 4000 täglich und jetzt im hochsommer nimmt sie 2000 einheiten täglich.. im winter wieder sicherlich etwas mehr

Subject: Aw: Haarausfall Tochter 11 Jahre durch Vit D mangel

Posted by [Faraday](#) on Fri, 08 Jul 2016 03:00:01 GMT

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

Die Tagesdosis sollte man am besten zunächst nach dem Körpergewicht festlegen. Als Richtwert kann man hier 1000 I.E. pro 25 kg Körpergewicht annehmen. Eine Person, die zum Beispiel 50 kg wiegt, benötigt eine Tagesdosis von 2000 I.E., um einen Vitamin-D-Mangel zu verhindern. Das entspricht 50 Mikrogramm Colecalciferol. Oder noch einfacher: Pro Kilogramm Körpergewicht braucht man ein Mikrogramm Colecalciferol jeden Tag. Diese Tagesdosis sollte man konstant das ganze Jahr lang einnehmen. Eine Anhebung oder Absenkung dieser Tagesdosis ist nur unter bestimmten Umständen erforderlich.

Die nächste Kontrolle des 25(OH)D-Serumspiegels sollte dann im März 2017 erfolgen. Im Idealfall sollte dieser Wert größer als 32 ng/ml sein. Falls der Wert kleiner als 32 ng/ml ist, sollte die Tagesdosis um 1000 I.E. (im Beispiel also auf 3000 I.E.) erhöht werden.

Falls eine Hyperkalzämie auftritt, muss die Tagesdosis abgesenkt werden.

Unter bestimmten Umständen kann auch eine Verdoppelung der Tagesdosis sinnvoll sein und zwar dann, wenn bestimmte Erkrankungen (zum Beispiel Heuschnupfen oder allergisches Asthma) vorliegen.

Bei schweren Vitamin-D-Mangelzuständen kann auch direkt Calcifediol anstelle des Colecalciferols benutzt werden. Die Wirkung des Calcifediols ist (bezogen auf die

Stoffmenge) ungefähr fünfmal so stark wie die Wirkung des Colecalciferols. Im Beispiel (50 kg KG) wären also täglich etwa zehn Mikrogramm Calcifediol ausreichend.

Subject: Aw: Haarausfall Tochter 11 Jahre durch Vit D mangel
Posted by [tolga](#) on Mon, 12 Mar 2018 13:41:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Melanie,

hat deine Tochter einen Rückfall bekommen? wie gehts ihr jetzt? Könntest du berichten?

liebe Grüße
Tolga
