
Subject: Alopecia Areata - Erfahrung, Behandlung, Wien

Posted by [Max01](#) on Wed, 10 May 2017 11:36:07 GMT

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

Hallo,

ich möchte euch kurz meine Erfahrung mit kreisrundem Haarausfall (krHA) schreiben - vielleicht hilft es ja dem einen oder anderen.

Ich habe (höchstwahrscheinlich) aufgrund von extremen Stress einen krHA bekommen. Daher habe ich zuerst versucht mich zu beruhigen und die Sache nicht zu ernst zu nehmen (klingt leichter als es ist). Das ist mir auch relativ gut gelungen, wobei es wahrscheinlich ein Vorteil ist, dass ich ein Mann bin und nur eine (relativ gut versteckbare) Stelle auf der Oberseite des Kopfes betroffen war. Trotzdem ist es ziemlich wichtig sich zu beruhigen - vielleicht auch Atemübungen zu machen um den Herzschlag zu verlangsamen. Sonst macht man sich noch nervöser und es sind weitere Stellen am Kopf betroffen - aber wie gesagt, ist es in der Theorie leichter als in der Praxis.

Danach bin ich zu meiner Hausärztin gegangen (Dr. Danner-de Mendelsson, 1010 Wien, Kassenarzt). Sie hat die Diagnose krHA gestellt und ein Blutbild gemacht. Da dieses unauffällig war, hat sie mir die Therapiemöglichkeiten aufgezählt und mich zur weiteren Behandlung an einen Hautarzt überwiesen. Ich habe mich für Herrn Dr. Tögl (1150 Wien, Kassenarzt) entschieden, da ich bei ihm sehr schnell einen Termin bekommen habe. Er ist ein äußerst ruhiger, netter und lustiger Typ mit langjähriger Erfahrung als Hautarzt. Hat mir alles erklärt, hat ein ergänzendes Blutbild beauftragt und mir eine Rezept verschrieben. Es handelte sich um eine Lösung aus 30g Dermovate Crin Lsg und 30g Dimethylsulfoxidum, die ich mir dreimal täglich auf die betroffene Stelle auftragen musste. Einen Monat später kam ich mit dem ergänzenden Blutbild zu ihm und er hat sich die Stelle noch einmal angeschaut und meinte, dass schon sehr feine und sehr helle Haare wieder zu sehen sind - das sei aber normal und es dauert auch einige Wochen bzw Monate bis die Haare wieder vollständig vorhanden sind. Er hat mir auch gesagt, welche anderen Therapiemöglichkeiten es noch gibt, aber er hat mir davon abgeraten, da die Therapie mit der erwähnten Lösung Wirkung zeigt. Nächster Kontrolltermin in zwei Monaten

Jeden Morgen habe ich mir auch noch Rosmarin-Hydrolat auf die betroffene Stelle gesprüht (soll die Durchblutung anregen - gibt es bei feeling zu kaufen).

Eine Koryphäe auf dem Gebiet der Alopecia areata soll Univ.Prof. Daisy Maria Kopera in Graz sein. Sie ist aber eine Wahlärztin, hat also keinen Kassenvertrag und muss privat bezahlt werden.

LG Max

Subject: Aw: Alopecia Areata - Erfahrung, Behandlung, Wien

Posted by [Max01](#) on Thu, 11 May 2017 07:51:45 GMT

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

Kleines Addendum zum oben Geschriebenen:

Ich habe bis zu meinem kreisrunden Haarausfall meine Haare immer mit gewöhnlichem

Duschgel gewaschen - nachlässig, ich weiß ^^

Nachdem ich die kahle Stelle entdeckt habe, habe ich mich auf die Suche nach einem vollkommenen Naturprodukt, frei von Chemie und Konservierungsstoffen gemacht und bin über eine Yogalehrerin zu einem milden Shampoo eines Naturprodukte-Herstellers gekommen. Es ist zwar etwas teurer als normale Shampoos, aber für die Dauer der Alopecia leiste ich mir das.

<http://www.ringana.com/389826>

Auf dieser Seite sind auch die genauen Inhaltsstoffe angegeben.

Zusammenfassend habe ich also dreimal täglich die verschriebene Lösung meines Arztes, einmal täglich das Rosmarin-Hydrolat und einmal täglich das milde Natur-Haarshampoo benutzt.

Ich habe mir auch überlegt ein pflegendes Haaröl (fettes Pflanzenöl angereichert mit ätherischen Ölen) bei einer diplomierten Aromapraktikerin mischen zu lassen. Eine befreundete Aromapraktikerin hat mir von einer schottischen Studie erzählt, wo ein solches Pflanzenöl gute Wirkungen erzielt hat.

Ich habe ein solches Haaröl aber noch nicht gekauft, da ich nicht zu viele Therapien vermischen wollte und außerdem die von meinem Arzt verschriebene Lösung bereits Wirkung zeigt.

LG
Max

Subject: Aw: Alopecia Areata - Erfahrung, Behandlung, Wien

Posted by [F-Type](#) on Thu, 11 May 2017 08:09:13 GMT

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

Du sprichst mir auf der Seele.

Ich bin 25 Jahre alt und habe einen kreisrunden Haarausfall im Sommer 2016 bekommen. Ich denke der Auslöser war einfach nur mega Stress.

Mein Körper war einfach am Ende. Ich hatte Physischen und Körperlichen Stress. Ich habe Prüfungen geschrieben und nebenher ein Haus gebaut. Ich war einfach nur kaputt und übermüdet (sehr sehr wenig schlaf).

Es fing mit einer kleinen Fläche an die ich total ignoriert habe. Nach ca. 2 Monaten wurde sie so groß dass vorne die hälfte fehlte. Ich habe mir natürlich sorgen gemacht und bin sofort zum Hautarzt.

Dieser verschrieb mir flüssiges Kortison. 3x täglich auch die Kopfhaut. Ich habe persönlich nicht daran geglaubt wenn man die Erfahrungsberichte liest. Ich habe zum glück lange Haare für einen Mann und konnte sie

seitlich stylen sodass man "kaum" was gesehen hat. Beim Sport habe ich auf die Stelle noch zusätzlich ein Spray benutzt von L'OREAL Magic Retouch in der Farbe meiner Haare. Da hat man Garnichts mehr gesehen.

Es fielen immer mehr Haare aus aber das hat mich nicht wirklich interessiert da es schlimmer kommen kann. Ich habe mir dann im Dezember 10 Tage Urlaub gegönnt (wortwörtlich gegönnt). Ich war in Wien und habe total abgeschaltet.

Kein Handy, kein Stress ich habe gemacht was ich wollte (mit meiner Freundin). Und die Haare

fingen nach 4 Tagen an zu wachsen. Richtig kleine feine Haare aber sie sind gewachsen, da die Stelle davor total glatt war.

Inzwischen haben wir Mai und sie sind vollständig gewachsen

Ich will damit sagen dass man echt Ruhe bewahren muss und sich nicht stressen darf. Macht Urlaub, haut einfach vor dem Alltag ab und entspannt euch das bewirkt wunder. Zusätzlich habe ich noch ein Knoblauchshampoo genutzt das die Haare stärken soll. (ohne Geruch).

Ich habe nie aufgehört daran zu glauben dass es nachwächst. Glaube und Ruhe für den Körper ist der Schlüssel. Bestimmt hat das Kortison auch geholfen.

Ich hoffe es bleibt so und wünsche jedem Kraft denn das ist nicht ganz einfach. Meine Stelle war echt groß aber keiner außer meiner Familie hat es gewusst oder bemerkt.