
Subject: Frei von Alopecia Areata

Posted by [pijoe](#) on Mon, 27 Nov 2017 09:10:17 GMT

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

Hallo zusammen,

in diesem Beitrag möchte ich meine Erfahrungen mit kreisrundem Haarausfall erzählen.

Meine ersten kahlen Stellen am Kopf hatte ich schon im Alter von 4 Jahren. Erinnern kann ich mich daran jedoch nicht mehr so richtig da diese dann auch wieder verschwanden. Meine Eltern hatten damals einen befreundeten Heilpraktiker der eine Verbindung zu Neurodermitis erkannte. Beides hatte sich aber relativ schnell wieder erledigt. Welche Homöopathischen Mittelchen ich damals bekam weiß leider keiner mehr so genau. Darauf komme ich aber später nochmal zurück.

Mit 16 ging das Ganze dann wieder los. Kahle Stellen am Kopf. Immer 3-4 Stück in der Größe eines 2 Euro Stückes. Diese verschwanden nach einigen Wochen wieder und kamen an anderen Stellen nach.

Damals ging es auch von Arzt zu Arzt. Kortisonsalbe, Kortisonspritzen...nichts hat geholfen. Am Schluss kam die Diagnose, es könnte die hormonelle Umstellung während der Pubertät sein, sowie der Einfluss von Stresssituationen. Ich hatte ein Jahr danach sogar eine Zeit lang Ruhe und keine weiteren kahlen Stellen.

Während meinem Abitur und dem Anfang meines Studiums ging der Zirkus wieder von vorne los. Ich dachte mir dabei erst einmal nichts, weil die Stellen in der Vergangenheit ja immer wieder verschwunden sind. Als sich nach über 2 Jahren und diversen Selbstversuchen (Vitamine, Sport, Stressvermeidung, etc...) aber keine Besserung zeigte und das ganze in meinen Augen zu eskalieren drohte, (Hinterkopf, vorne in der Mitte und sogar am Schienbein) konnte ich mich endlich überwinden und wieder einen Arzt aufsuchen. Erste Station, Hautarzt mit Fachgebiet Haarausfall. Nach der Untersuchung meinte die Ärztin wir versuchen es mit einer Mesotherapie. Kleine Nadeln die eine Flüssigkeit unter die Kopfhaut spritzen, angeblich völlig ohne Chemie (Vitamine, Spurenelemente, etc). Das half Anfangs sogar ein bisschen und es wuchsen weiße Haare nach, jedoch war das Erfolgserlebnis nur von kurzer Dauer. Nebenbei schickte mich die Hautärztin aber noch zu einem befreundeten Allgemeinarzt und meinte ich soll mal alles durchchecken lassen um Dinge wie Schilddrüse oder auch andere Probleme auszuschließen. (Ist ja nicht so das sowas nicht schon gemacht wurde). Nun aber zu dem Punkt der die Wendung brachte. Dieser Allgemeinarzt sah in meinem Blutbild das ich mittlerweile über einen längeren Zeitraum unter enormem Stress litt. Serotonin war total im Keller, meine Entzündungsmarker waren stark erhöht, und im Allgemeinen fehlten einfach ein paar Nährstoffe. Durch diesen permanent erhöhten Entzündungsmarker war meine Schilddrüse zwar ein bisschen angegriffen, aber sonst völlig OK. Ich bekam von diesem Arzt dann eine ganze Laterne an natürlichen Präparaten verschrieben um meine Depots wieder aufzufüllen. Diverse Vitamine, Spurenelemente...

Ich fühlte mich zu der Zeit wirklich mies. Antriebslos, reizbar... Meine Ehefrau musste schon einiges aushalten.

An diesem Punkt kam aber dann endlich die Wendung, ich fühlte mich besser, konnte wieder gut schlafen und meine Kahlen stellen fingen an zu verschwinden. Ohne Chemie, Haartransplantation oder was auch immer. Es stellte sich am Schluss raus, das Selen die

Lösung war. Alle anderen Vitamine und Aufbaupräparate...nehme ich seit dem sie aufgebraucht sind nicht mehr. Nur Selen blieb übrig und mit Absprache meines Arztes werde ich dabei auch bleiben. Das sind 50 Euro aus eigener Kasse, die auch meine Privatversicherung nicht bezahlt. Für dieses Ergebnis nehme ich das aber gerne in Kauf.

Fazit: Ich habe so ziemlich alles durchgemacht was ihr auch kennt. Am Schluss ist so eine banale Sache übrig geblieben die hoffentlich auch bei dem ein oder anderen von euch funktioniert.

Ich hatte zwischenzeitlich wirklich den Mut verloren und war kurz davor alle Haar abzurazieren und eine Glatze zu akzeptieren. Steht mir übrigens kein bisschen.

Ich vermute, dass in meiner frühen Kindheit, als dieses Problem zum ersten Mal auftauchte, auch Selen mit im Spiel war. Nur war es damals entweder nicht möglich festzustellen was genau anschlägt, oder ich habe dieses Mal einfach Glück gehabt und einen Arzt erwischt der einen Treffer landete und dem sehr wichtig war, nicht auf Chemie, etc zu bauen.

Wer an meinen genauen medizinischen befunden interessiert ist, kann sich gerne bei mir per PN melden.

Subject: Aw: Frei von Alopecia Areata
Posted by [Ataraxis](#) on Tue, 28 Nov 2017 22:43:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe folgende Ergänzungsmitel:

Dosis pro Tag

1)300mg OPC

2)200µg Selen (natriumselenit anhydrat)

3)(2mg B6 + 1000µg B12 + 400µg Folsäure)

4)6.000IE Vitamin D3

5)200mcg K2 MK7

6)400mg Magnesium

und es tut sich gar nichts. Es werden immer weniger Haare.

AA seit 04/2016

Subject: Aw: Frei von Alopecia Areata
Posted by [pijoe](#) on Wed, 29 Nov 2017 06:59:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie lange nimmst die Ergänzungsmitel schon? Sind bei dir Schilddrüsenerkrankungen diagnostiziert worden?

Ich als Leihe habe es so verstanden, wenn die Schilddrüse schon verändert oder geschädigt

ist könnten nur Ergänzungsmittel ein Schritt zu wenig sein.

Laut der Aussage meines Arztes war meine Schilddrüse noch nicht dauerhaft geschädigt und es reicht der kleine Unterstützer Selen.

Wäre das nicht der Fall gewesen, wäre er wohl tiefer in die Thematik Schilddrüsenerkrankung eingestiegen.

Ich checke mal bei meinem ersten Rezept was alles noch an Ergänzer verschrieben wurde und wir vergleichen einfach mal.

Subject: Aw: Frei von Alopecia Areata
Posted by [Ataraxis](#) on Wed, 29 Nov 2017 21:20:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Selen seit 2 Wochen. 200µg täglich

Das kleine Blutbild hat Normalwerte gezeigt. TSH-Wert wird doch denke ich auch mitbestimmt.

Vielleicht sollte man sich auf Begleiterkrankungen untersuchen lassen.
Welcher Arzt ist dafür zuständig?

Subject: Aw: Frei von Alopecia Areata
Posted by [pijoe](#) on Thu, 30 Nov 2017 06:32:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir hat das ganze erst nach ca. 1-1,5 Monaten angeschlagen. Der Körper braucht da seine Zeit.

2 Woche ist sicher zu kurz um eine signifikante Veränderung festzustellen.

Ich war bei einem Immunologen, der hat die gesamte Palette gemacht. Großes Blutbild und Stuhluntersuchung um Darmerkrankungen auszuschließen.