
Subject: Mikrohaarpigmentierung und AA

Posted by [map-head-girl](#) on Mon, 09 Jul 2018 21:20:39 GMT

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

Hallo liebe Mitbetroffenen.

Vorweg:

Mikrohaarpigmentierung ist vereinfacht gesagt, wenn man sich Stoppeln tätowieren lässt (nur besser und kostspieliger ^^).

Meine Fragen:

Hat hier jemand langjährige Erfahrung mit Mikrohaarpigmentierung und AA? Wie wird das gemacht? Und sieht das dann nicht unregelmäßig aus, wenn die kahlen Stellen ihre Position und Größe ändern?

Ich habe ein Video gesehen, da wurden nur die kahlen Stellen tätowiert, da wurde wohl nicht so lange drüber nachgedacht... Die Frage ist: Sind hier Betroffene die sich den ganzen Kopf haben mikrohaarpigmentieren lassen und mir sagen können ob die Stellen wo Haare nachgewachsen sind dichter aussehen, sodass immer noch ein komisches Muster auf dem Kopf bleibt? Oder habt ihr vorher eine permanente Haarentfernung gemacht? Könnte man die Haarentfernung auch nachher machen? Jeder Erfahrungsbericht könnte mir weiterhelfen. Ich würde mich freuen, auch über Fotos wer mag per PN.

Mich interessiert zweitraging auch wie wahrscheinlich die Krankenkasse das übernimmt.

Danke schon mal.

Liebe Grüße euer map-head-girl.

Subject: Aw: Mikrohaarpigmentierung und AA

Posted by [Jiasonn](#) on Tue, 16 Oct 2018 09:29:26 GMT

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

Hallo map-head-girl,

ich befasse mich aktuell auch mit dieser Technik und habe nun schon einiges gelesen. Ich habe leider aktuell noch gar keine Vorstellung von dem preislichen Rahmen, hast du da bereits etwas herausfinden können?

Am besten suche ich mal nach einer Beratung. Kostet so etwas Geld?

Ich hoffe ihr könnt mir mit meinen Fragen helfen.

LG

Subject: Aw: Mikrohaarpigmentierung und AA

Posted by [map-head-girl](#) on Sun, 20 Jan 2019 17:56:59 GMT

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

Hi Jiasonn,

Der Preis beträgt ungefähr zwischen 2.000 und 5.000 Euro abhängig von der Größe der zu pigmentierenden Fläche.

Für den ganzen Kopf also dann der Höchstpreis.

Die Preise sind teilweise auch auf den Internetseiten der Kliniken zu finden und wenn nicht kannst du sie sicher erfragen.

Ein Antrag auf Kostenübernahme an die Krankenkasse kann nicht schaden. Meine KK hat mich auch nett beraten wie ich das am besten mache und was alles in den Antrag sollte.

Mehr Informationen kann ich derzeit leider nicht liefern, da ich noch ein Jahr diese Vitamin D Sache ausprobieren will bevor ich es aufgebe.

Mein nächster Schritt wäre dann auch gewesen, da hier ja anscheinend niemand helfen kann, einen Beratungstermin bei einer der Schönheits-OP-Kliniken zu machen die Mikrohaarpigmentierung anbieten (ca. 40 Euro).

Was mir zwar unlieb ist, denn die wollen ihr Produkt ja verkaufen und werden mir eh erzählen, dass es am Ende super toll aussehen wird auch wenn die Löcher ständig größer und kleiner werden, aber was soll man machen. ^^

Ich werde dann in einem Jahr sehen, falls die Vitamin D Behandlung nicht anschlägt, ob und in welchem Rahmen das mit der Kostenübernahme klappt, dann melde ich mich gern wieder.

LG.

Subject: Aw: Mikrohaarpigmentierung und AA

Posted by [me_julie](#) on Mon, 24 Feb 2020 21:18:55 GMT

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

Hallo map-head-girl,

da ich ebenfalls ein map-head-girl bin, spiele ich auch mit dem Gedanken, mir eine Mikrohaarpigmentierung machen zu lassen. Mich beschäftigt die gleiche Frage, wie das ganze optisch an den wenigen Stellen, an denen die Haare nicht ausgefallen sind, aussieht? Nicht, dass man am Ende dann doch wieder ein Karte auf dem Kopf hat ;) Persönliche Berichte zur Mikrohaarpigmentierung im Zusammenhang mit AA konnte ich bisher leider keine finden (außer auf den Websites der Anbieter selbst ^^) Hast du inzwischen weitere Erfahrungsberichte dazu erhalten oder es sogar selbst schon durchgezogen?

Liebe Grüße

Julie

Hallo Julie,

ich habe den Ansatz nicht sehr viel weiter verfolgt, da ich einen Selbsttest mache, der gut anzuschlagen scheint.

Allerdings habe ich eine kompetente Hautärztin sprechen können, die mir versichern konnte, dass man die permanente Haarentfernung problemlos auch noch NACH der Mikrohaarpigmentierung machen könne. Da war sie sich zu 100% sicher. Sie war ansonsten auch vorsichtig mit Versprechungen und sehr ehrlich. Sie sagte z.B. auch, dass eine Mikrohaarpigmentierung bei AA evtl. unregelmäßig aussehen könnte, dass sie da aber keine Erfahrung hätte. (Ihre herkömmliche Hautarztpraxis bietet keine Mikrohaarpigmentierung an nur Haarentfernungen.) Sie kam auch auf eine Methode zuspochen, wo man Spritzen in die Kopfhaut bekommt, damit die Haare wieder wachsen. Obwohl sie diese Behandlung auch selbst anbietet, hat sie von vornherein gesagt, dass sie keinen Erfolg versprechen kann, dass es bei manchen wirkt und bei manchen nicht und mir für den Fall, dass ich es trotzdem versuchen will direkt einen Antrag für die Krankenkasse mitgegeben. Noch zu meinem Selbsttest:

Mein bisher erfolgreicher Selbsttest:

Zunächst habe ich eine Behandlung mit Vitamin D Tabletten versucht, einen ganzen Herbst, Winter und Frühling lang, die haben garnicht gewirkt. Im Sommer jedoch hat es mit Sonneneinstrahlung geklappt. Jeden Tag 10 Min ohne Sonnencreme von jeder Seite möglichst leicht bekleidet. (Bei europäischer Hautfarbe auf keinen Fall länger, wg. Hautkrebs!!!) Die Sonne muss nicht auf den Kopf scheinen, ich habe mich immer mit Perücke gesonnt. Es ist schon fast wieder alles zugewachsen (hatte ca. 70% Haarverlust, seit der Sommer vorbei ist sind es nur noch 2 kleine stellen die auch über den Winter nicht wieder größer geworden sind, erst seit 1 Woche hat der Haarausfall bei mir wieder angefangen, aber bald ist ja wieder Sommer. ^^) Die Heilung über den Sommer war langsam aber stetig, erwarte also keine Spontanheilung, falls du das auch ausprobieren möchtest. (Eine Spontanheilung hatte ich allerdings auch mal und wie ich inzwischen vermute nicht rein zufällig nach einem Urlaub auf der sonnigen Insel Fuerteventura. ^^ Habe AA seit 8 Jahren nach dem Urlaub hatte ich 3 Jahre keinen Haarausfall mehr, obwohl ich die ganze Woche dort im Schatten verbracht hatte. Es ist also wirklich nicht nötig sich braun zu bruzzeln. Ich habe den Zusammenhang damals bloß nicht erkannt, da ich Ende Sommer in den Urlaub geflogen bin und mich nach dem Sommer ohnehin schon auf dem Weg der Besserung befand. Generell habe ich die Theorie mit der Sonne erst hier im Forum entdeckt. Vlt. wäre das mal einen Versuch wert, dauert halt etwas. Habe den ganzen Sommer 2019 für den Selbsttest gebraucht, mal sehen wie es nach Sommer 2020 aussieht.

Die Mikrohaarpigmentierung bleibt für mich nach der neuen Erkenntnis aber auf jeden Fall ein Plan B, sollte sich der Erfolg meines Selbsttests doch noch als Zufall herausstellen: Erstmal Mikrohaarpigmentierung machen lassen, gucken wie es aussieht und wenns doof aussieht kann man immer noch überlegen die Haare weg machen zu lassen. Schlimmer als vorher sieht es eh nicht aus und man hat sich auch noch keine Möglichkeiten verbaut, da die Haarentfernung immer noch möglich ist. :)

Liebe Grüße und beste Wünsche,
dein mit-map-head-girl

Subject: Aw: Mikrohaarpigmentierung und AA
Posted by [me_julie](#) on Sun, 22 Mar 2020 16:52:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo mit-map-head-girl,

ganz lieben Dank für deine Antwort.

Es freut mich sehr zu lesen, dass du inzwischen so einen tollen Erfolg erzielt hast, und ich drücke dir fest die Daumen, dass der derzeitige Haarausfall schnell wieder stoppen wird. Du hast jedenfalls genau die richtige gelassene Einstellung dazu!

Vitamin D Tabletten nehme ich auch schon eine ganze Weile erfolglos. Dein Selbsttest mit der Sonneneinstrahlung scheint mir jedoch auch sehr vielversprechender zu sein. AA habe ich ebenfalls seit knapp 8 Jahren und zwischendurch sind meine Haare auch wieder voll nachgewachsen. Zu der Zeit bin ich noch zur Lichttherapie in die Klinik um die Ecke gegangen, welche dort inzwischen leider nicht mehr angeboten wird. Damals hatte ich den Erfolg einer Kortison-Stoßbehandlung zugeschrieben, aber wenn ich das jetzt so von dir lese, scheint die Lichttherapie doch den entscheidenden Beitrag dazu geleistet zu haben. Die letzten Sommer und Urlaube, u. a. auch auf Fuerteventura ;), hatte ich mich immer fleißig mit Sonnencreme eingecremt ^^ . Dann werde ich mich nun wirklich mal täglich für ca. 10 Minuten auf den Balkon setzen und mich sonnen 8)

Genau die Vermutung, die deine Hautärztin geäußert hat, habe ich eben auch, dass eine Mikrohaarpigmentierung bei AA evtl. unregelmäßig aussehen könnte. Es ist jedoch gut zu wissen, dass danach auch eine permanente Haarentfernung problemlos sei. Mal abwarten wie es weiter gehen wird; in den letzten Wochen sind fast alle meine Haare bzw. Stoppeln ausgefallen und ich schätze, ich werde demnächst komplett kahlköpfig sein. Dann hätte sich zumindest das Problem mit der Landkarte auf dem Kopf gelöst, aber dein Erfolg mit der Sonneneinstrahlung macht mir wieder Mut :)

Ich wünsche dir alles Gute!
Liebe Grüße
Dein fast-ohne-map-head-girl

Subject: Aw: Mikrohaarpigmentierung und AA
Posted by [map-head-girl](#) on Fri, 27 Mar 2020 15:15:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo fast-ohne-map-head-girl. ;)

Vielen Dank, ich drücke dir auch die Daumen. Ich hoffe es ist nicht nur ein Zufall mit der Sonne.

^^

Während des Urlaubes hatte ich allerdings auch Sonnencreme getragen, da ich die Theorie da noch nicht kannte (vergessen zu erwähnen). War aber auch zwischendurch mal kurz Schwimmen, die Creme war zwar wasserfest, aber wer weiß, aufgefrischt habe ich sie auch nicht groß, da ich ansonsten im Schatten war. Sonst soll man wohl nach den 10 Minuten erst eincremen wenn man länger in der Sonne sein möchte. Ich hatte die Zahlen aus einem Artikel. Den Artikel den ich gelesen hatte finde ich nicht wieder aber habe 2 ähnliche Artikel gefunden:

[https:// www.gaed.de/informationen/merkblaetter/sonnenlicht-und-vitam in-d.html](https://www.gaed.de/informationen/merkblaetter/sonnenlicht-und-vitam-in-d.html)

Bei diesem ist sogar eine Tabelle dabei, bei welchem Hauttyp man wie lange in die Sonne kann:

<https://vitamin-d.info/vitamin-d-und-sonne/>

Ich wünsche dir, dass es funktionieren wird.

Die Idee mit der Lichttherapie klingt auch nicht schlecht, vielen Dank dafür, vlt. werde ich dem mal nachgehen wenn es wieder auf den Winter zu geht.

Ja, die Bedenken mit der Unregelmäßigkeit hatte ich auch von Anfang an, sonst hätte ich die Mikrohaarpigmentierung vmtl. schon längst machen lassen. Wie oft dachte ich "jetzt fällt doch wenigstens endlich alle aus." Wenn darauf dann auch Verlass wäre, dass sie weg bleiben. ^^ War auch einmal beim Frisör um mal zu sehen wie das aussieht wenn mans ordentlich weg rasiert, der ist da sogar mit so nem Klap-Barbier-Messer ran, nix zu machen, man hat den Unterschied immer noch gesehen von Stoppeln zu ausgefallener Fläche (Habe dunkle Haare). Von daher bin ich sehr froh jetzt zu wissen, dass ich sie auch nachträglich noch weg machen lassen könnte.

Liebe Grüße und beste Wünsche,
Dein Hoffentlich-nicht-bald-wieder-map-head-girl. XD

Subject: Aw: Mikrohaarpigmentierung und AA
Posted by [me_julie](#) on Sun, 26 Apr 2020 19:42:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Hoffentlich-nicht-bald-wieder-map-head-girl ;)

vielen lieben Dank für die Links zu den beiden sehr interessanten Artikeln.
Momentan haben wir ja wirklich Glück mit dem vielen Sonnenschein. Ich setze mich nun auch öfter mal ohne Sonnencreme raus und meine Haut scheint das auch ganz gut zu vertragen. Seit ich mir die Haare abrasiert habe, bin ich auch so viel entspannter, was die Alopecie betrifft. Manchmal denke ich mir sogar, es wäre besser, die Haare würden gar nicht mehr nachwachsen, weil sonst immer wieder die Angst aufkommt, dass der Haarausfall und der daraus resultierende Stress wieder von vorne losgeht. Irgendwie absurd, dafür dass ich davor so sehr um meine Haare gekämpft habe. Aber auch gerade in der aktuellen Zeit, bin ich einfach dankbar, dass ich sonst soweit gesund bin.

Liebe Grüße & bleib gesund,
Dein fast-ohne-map-girl
