
Subject: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Lebensfreundin](#) on Mon, 17 Sep 2007 17:32:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr Lieben,

seit einigen Tagen lese ich begeistert eure Beiträge hier im Forum und es hilft mir zu wissen, dass es auch noch andere Menschen mit AA gibt.

Seit ca 3 Monaten habe ich schrecklichen Haarausfall. Vor 2 Monaten hatte ich im Schläfenbereich, über dem linken Ohr eine ca. 7x5 cm große kahle Stelle, nun ist die Stelle schon 10x7cm groß. Auf der anderen Seite hat sich an genau der gleichen Stelle auch schon ein Kahlschlag breit gemacht. Der Hautarzt hat mich direkt in eine Klinik überwiesen. Bis ich da einen Termin bekomme dauert natürlich ewig und dieses Warten macht mich total verrückt.

Im Nacken fehlen auch schon Haare und mein Haaransatz hat sich um ein paar cm nach oben geschoben. Handelt es sich hier um AA im Typen Ophiasis?
Ich weiß, dass die Heilungschancen sehr schlecht stehen. Nun nehme ich Priorin, Vitamin B Komplex, Zink, Selen und Eisen.

Zusätzlich wurde bei mir die Autoimmune Schilddrüsenerkrankung Hashimoto Thyreoiditis diagnostiziert.

Kann es sein, dass alle mein Haare ausfallen? Oder bleiben die Deckhaare?
Wie lange hat es bei euch gedauert, bis alle Haare ausgefallen sind? Seit 3 Monaten liegen überall Haare herum!

Auf der Seite mit der größten kahlen Stelle ist ein kleiner Flaum. Sind das Resthaare oder schon neue Haare?

Muss ich mit meinen 25 Jahren eine Perücke tragen? Wie ist das bei euch?

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Kratel](#) on Mon, 17 Sep 2007 23:34:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lebensfreundin,

wenn einem so etwas passiert ist das erstmal ein Schock. Ich kann das sehr gut nachvollziehen was Du gerade durchmachst. Die meisten hier haben etwas in der Art erlebt.
Zum Trost kann ich Dir erstmal nur sagen, dass es in den allermeisten Fällen früher oder später wieder weg geht. Es kann allerdings dauern und sich auch zunächst (sogar über Jahre) erstmal erheblich verschlimmern. Manchmal bleibt es auch, dann muss man lernen damit zu leben, was übrigens den meisten - nach einiger Zeit - sehr gut gelingt. Schließlich ist es keine tödliche Krankheit (allerdings eine psychisch belastende).

Was die "Heilungschancen" bei A. Ophiasis konkret betrifft kann ich das nicht beurteilen. Fakt ist,

dass jede AA anders verläuft und eine Vorhersage des Verlaufs im Einzelfall ausgeschlossen ist. Also nicht alles glauben was im Internet steht. Selbst wenn es eine AAO ist, hat das erstmal gar nichts zu sagen.

Was Du als nächstes tun solltest ist Deinen Selen-Spiegel messen. Wie Du vorgehen musst, steht in diversen Anais-Beiträgen. Z.B. in dem ganz oben. Selen hilft Dir gegen die AA und auch gegen Hashi. Allerdings muss es in ausreichender Menge genommen werden und nicht irgendwie.

Alles weitere, z.B. zu Vit B und Zink findest Du in diversen Beiträgen oder eröffne einfach jeweils einen neuen Thread falls Du Fragen hast.

Viele Grüße,
Krater

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Baldhead](#) on Tue, 18 Sep 2007 11:03:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lebensfreundin,

Krater hat recht: a) gibt es nicht den Verlauf und b) sollte man sowieso nie den Mut verlieren.

Es klingt bei Dir in der Tat nach Ophiasis, aber absichern sollte das natürlich ein qualifizierter Arzt.

Auch ich bin Hashi-Patientin und auch bei mir fing es mit Ophiasis an. Beim ersten Mal sind die Haare von allein komplett nachgewachsen, beim nächsten Schub ein paar Jahre später hab ich sie dann alle verloren. Die Prognose, die die Ärzte daraufhin abgaben, war alles andere als ermutigend.

Psychisch bin ich in dieser Zeit durch die Hölle gegangen - wie wohl alle hier. Aber irgendwann hab ich tatsächlich festgestellt, dass es eine Menge Leute gibt, mit denen ich trotz allem nicht tauschen möchte, weil ihr Schicksal unendlich viel tragischer ist als meines. Also hab ich über die Zeit doch zu irgendeiner Art von Routine im Umgang mit dem Ganzen gefunden. Und damit auch zu einer entspannteren Einstellung.

Seit November vergangenen Jahres nehme ich Natriumselenit und seit Februar wachsen die Haare wieder. Mit etwas Glück kann ich die Perücke in absehbarer Zeit wieder in den Schrank hängen.
Das zum Thema Prognosen...

Und so komisch es klingt: Die Krankheit hat für mich vieles ins Lot gebracht. Zusammen mit den Haaren hab ich jede Menge Ballast abgeworfen. Ich achte heute viel mehr darauf, dass es mir gutgeht mit dem, was ich tue und mit den Menschen um mich herum. Ich hab beschlossen, es nicht mehr jedem recht machen zu müssen - weder äußerlich noch mit dem, was ich so

denke und empfinde.

Ich wünsche Dir alles Gute, lass Dich nicht unterkriegen.

Ganz viel Kraft schickt Dir
Baldhead

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Lebensfreundin](#) on Tue, 18 Sep 2007 12:10:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das sind ja keine so tollen Aussichten. Aber Baldhead hat Recht, andere Menschen haben mit schlimmeren Krankheiten zu kämpfen.

Als bei Euch die Haare nachgewachsen sind, kamen da eher Stoppel oder weiche Flusen?

Musstet Ihr etwas bezahlen, um den Selenspiegel messen zu lassen? Oder bezahlt das die BKK?

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Galileo](#) on Tue, 18 Sep 2007 14:10:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Lebensfreundin,

ich bin 25 und habe auch seit ein paar Monaten eine AA. is ne echt beschissene Sache aber man darf sich davon nicht runter kriegen lassen. Andere haben Krebs oder andere tödliche Krankheiten... da sind wir mit unserem Verlust "gut" bedient...

Seelenmessungen im wird meines Wissens nicht bezahlt von der Kasse. Jedoch kannst du unter biosyn.de dies machen lassen. Wie das funktioniert wird hier im Forum in einigen Threads ausführlich beschrieben.

Viel Glück und Erfolg!

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Baldhead](#) on Tue, 18 Sep 2007 15:06:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lebensfreundin schrieb am Die, 18 September 2007 14:10Als bei Euch die Haare nachgewachsen sind, kamen da eher Stoppel oder weiche Flusen?

Nachwachsende Haare sind in der Regel farblos, weich und flaumig. Stoppeln sind abgebrochene

Haare ("Kommahaare"), die auf eine aktive Stelle hinweisen.

Der Test bei Biosyn kostet 9,80 EUR.

Grüße
Baldhead

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Lebensfreundin](#) on Wed, 19 Sep 2007 10:06:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn ihr diesen schlimmen Haarausfall hattet, wie lange hat es gedauert, bis alle Haare ausgefallen sind? Ich habe gelesen, dass normalerweise innerhalb kürzester Zeit alle Haare weg sein können. Oder kann es auch sein, dass mein Haarausfall über ein Jahr oder so anhält?

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Baldhead](#) on Wed, 19 Sep 2007 10:29:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lebensfreundin,

auch das ist ganz unterschiedlich und hängt davon ab, wie viele Deiner Haare sich aktuell bereits in der Ruhephase befinden.

Einen Anhaltspunkt dafür gibt ein Trichogramm, aber man sollte sich natürlich vorher fragen, ob man sich mit der Auskunft, dass ganz sicher noch mindestens 70% der Haare ausfallen werden, wirklich besser fühlt. Zudem ist das ja immer eine Momentaufnahme, die keine Vorhersagen erlaubt.

Bei mir verlief der erste große Schub eher allmählich, der zweite fing gleichfalls gemächlich an, entwickelte sich nach einer Kortisontherapie dann aber plötzlich sehr dramatisch: Ich habe dann innerhalb von 2 Monaten alle verbliebenen Haare (schätzungsweise 60-70 % dessen, was ich ursprünglich hatte) verloren, nachdem die vorangegangenen 30% über einen Zeitraum von ungefähr einem Dreivierteljahr ausgegangen sind.

Alles Gute
Baldhead

Subject: AA und Hashimoto/Basedow - JOD???

Posted by [angela](#) on Sat, 07 Jun 2008 17:24:08 GMT

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

Hallo Lebensfreundin,

du hast ja Hashimoto. Vielleicht habe ich dich auch schon gefragt, aber ich habe im Moment keine Lust die alten Beiträge durchzustöbern.

Ernährst du dich "normal" oder jodfrei. Kurz zur Erklärung: In Deutschland ist bis auf Obst und Gemüse alles jodiert! Bei Hashimoto und Morbus Basedow sollte Jod unbedingt vermieden werden. Mich würde interessieren, ob dir dein Arzt das gesagt hat - wahrscheinlich nicht.

Falls du es noch nicht getan hast, solltest du dich damit beschäftigen. Ich (Basedow) bin im Moment im Selbstversuch und nehme seit 2 Wochen kein Jod zu mir und will einfach damit feststellen, ob sich an meinem Allgemeinzustand etwas verändert.

Für die Haare kann man in dem Zeitraum natürlich keine Veränderung spüren, aber vielleicht ist es ja eine Fährte in die richtige Richtung....

Schönes Wochenende

Angela

Subject: Re: AA und Hashimoto/Basedow - JOD???

Posted by [nina181124](#) on Sat, 07 Jun 2008 20:12:45 GMT

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

Hallo Angela,

ich habe neben AA auch Hashimoto. Und war vor kurzem bei einem Schilddrüsenspezialisten (angeblich einer der besten in Österreich), weil meine Werte schwer einzustellen sind.

Und er hat mir gesagt - ohne dass ich danach gefragt habe - ich solle achten, dass ich nicht zu viel Jod einnehme. ZB Schellfisch und Kabljau haben viel Jod. Auf keinen Fall soll ich Vitamintabletten nehmen, die Jod enthalten. In sämtlichen Präparaten, die man halt so ab und zu nimmt (zB Supradyn) sei dies der Fall. Auf meine Frage nach jodiertem Speisesalz meinte er, wenn man es sparsam verwendet, wäre es kein Problem.

Dessenungeachtet, bin ich schon seit einem dreiviertel Jahr auf Steinsalz umgestiegen (aufgrund Deiner Informationen in diesem Forum - danke übrigens! - und aufgrund anderer nachfolgender Recherchen). Da ich wegen sämtlicher Unverträglichkeiten hauptsächlich nur das esse, was ich selber zubereite, kann ich das auch gut steuern. Und ich muss sagen, ich fühle mich subjektiv wirklich besser! Auch die Haare haben begonnen auf dem Hinterkopf zu wachsen, zwar sehr spärlich, aber doch. Obwohl sich trotzdem neue Löcher immer wieder bilden (seufz) - allein die Tatsache, dass überhaupt neue Haare wachsen, ist schon phänomenal, zumal dies bei mir schon seit sicher 5 Jahren nicht mehr der Fall war.

Ich habe aber seit dieser Zeit auch alle Milchprodukte gestrichen. Es gibt nämlich zumindest bei den Kälbern eine Milcheiweißunverträglichkeit, mit der Folge, dass ihnen die Haare ausfallen. Hat mir übrigens mein Bruder, welcher Tierarzt ist, gesagt. Aber dies nur nebenbei. Außerdem habe ich kurzfristig auch Natriumselenit genommen, das ich jedoch nicht vertragen habe.

Viele Grüße
Nina181124

Subject: Re: AA und Hashimoto/Basedow - JOD???
Posted by [Lebensfreundin](#) on Sun, 08 Jun 2008 10:16:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr Lieben,

ich weiß, dass man mit Jod vorsichtig sein sollte. Ich habe das Buch "Leben mit Hashimoto Thyreoiditis" und da steht einiges über die Krankheit drin.

Ich habe zwar auch unjodiertes Salz im Schrank und benutze meistens nur das. Ich habe jedoch schon beides probiert und kann keinen Unterschied zu jodarmer oder normaler Ernährung feststellen. Ich nehme mein L Thyroxin und damit geht es mir eigneltich ganz gut.

Merkt ihr denn einen Unterschied wenn ihr zu viel Jod esst?

Subject: Re: AA und Hashimoto/Basedow - JOD???
Posted by [angela](#) on Mon, 09 Jun 2008 06:33:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

da hast du ja mit deinem Arzt schon etwas Glück gehabt. Mein SD-Spezialist hat mir als Therapieempfehlung die Verwendung von Jodsalz mit auf den Weg gegeben. Erst sieben Jahre später lese ich zufällig, dass ich kein Jod nehmen sollte .

Allerdings glaube ich nicht, dass es reicht auf das Jodsalz zu verzichten. Auch Steinsalz enthält Jod, aber das natürliche ist wohl besser verträglich als das Kaliumjodat, welchen dem Speisesalz zugefügt wird. Flächendeckend jodiert wird in D, AT und CH. Somit sind alle Milchprodukte, Fleisch, Eier ... Jodbomben. Auch ist Jodsalz nicht deklarierungspflichtig, Bäcker, Metzger und die Nahrungsmittelindustrie verwenden Jodsalz. Man hat überhaupt nicht die Möglichkeit zu kontrollieren wieviel man davon zu sich nimmt. Wir nehmen auf jeden Fall ein vielfaches davon mit der Nahrung auf als die WHO empfiehlt.

Interessante Seiten dazu sind [jodkrank.de](#) oder [jod-kritik.de](#).

Ob es für mich gesundheitlich schädlich ist oder nicht - mich ärgert total, dass wir Bürger nicht frei entscheiden können, was wir in unserer Nahrung haben wollen. Schließlich werden die Nahrungsmittel auch nicht mit Schmerzmittel angereicht, nur weil viele häufig Kopfschmerzen haben.

LG

Angela

Subject: Re: AA und Hashimoto/Basedow - JOD???
Posted by [angela](#) on Mon, 09 Jun 2008 07:41:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lebensfreundin,

ich versuche seit 2 Wochen auf JOD zu verzichten. Mein Speiseplan ist ganz schon eingeschränkt. Bis jetzt kann ich keine gravierende Veränderung des Allgemeinbefindes feststellen, will aber auf jeden Fall noch 2 Wochen durchhalten.

Grundsätzlich glaube ich nicht, dass es etwas bringt nur im eigenen Haushalt ein anderes Salz zu verwenden. Man nimmt einfach mit Milchprodukten, Eiern, Fleisch, Brot und fertigen Produkten sehr viel Jod auf. Vor allem sind diese Mengen überhaupt nicht kontrollierbar.

LG
Angela

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [Lebensfreundin](#) on Mon, 09 Jun 2008 12:25:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, da hast du Recht. Als ich noch meine "Joddiät" gemacht habe, da habe ich viel im Reformhaus gekauft oder Bioprodukte, auf denen genau draufsteht was drin ist. Fleisch ist sehr Jodreich, wenn man es einfach aus dem Regal kauft.

Es gibt bestimmte Biomärkte, da kann man auch ganz gut einkaufen. Aber wie gesagt, ich habe zur Zeit nur Jodfreies Salz und achte da nicht so drauf, weil ich eben auch keine Änderung gemerkt habe.

Subject: Re: Neu hier -AA Ophiasis? und Hashimoto
Posted by [artep](#) on Thu, 12 Jun 2008 06:12:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lebensfreundin,

mir gehts ähnlich wie dir. Mitte März 2008 entdeckte ich eine kleine kahle Stelle im Nacken. Mittlerweile hat sich diese vergrößert und an der anderen Seite ist auch eine. Zusätzlich verliere ich insgesamt viele Kopfhaare. Bei mir wurde bei einer Blutuntersuchung festgestellt, dass ein Anti tg leicht erhöht ist.

Weitere Untersuchungen beim Radiologen stehen mir noch bevor. Könnte sein, dass ich auch einen Hashimoto Thyreoiditis habe. Das macht mir eigentlich mehr zu schaffen wie der Haarausfall.

