

Hallo und gutes neues Jahr!

Seit vielen Jahren Zeit verfolge ich als Gast dieses Forum und in letzter Zeit die Diskussionen über Selen.

Ich habe AA seit fast 6 Jahren, d.h. von einer "Julia-Roberts-in-Pretty-Woman-Naturlocken-Mähne" zu ..... ja zu was eigentlich?  
Ich habe über den Ohren ca. 4-Finger-breite Streifen fehlender Haare, die sich so bis in den Nacken ziehen und dann noch über den ganzen Kopf verteilt ca. 10 - 12 2€-Stück große Flecken, die fast täglich mehr werden.  
Meine Friseurin ist der Meinung, dass ich von meinen früheren Haaren ca. noch 20 % habe.

Ich hatte, nachdem ich den ersten "Schock" überwunden und die Uni-Klinik im München aufgesucht hatte (die mir damals schon DCP ans Herz legten), mich eigentlich damit abgefunden und bin soweit auch damit klar gekommen.

Allerdings habe ich jetzt einen Punkt erreicht, an dem ich sage, so kann es nicht weiter gehen, weil ich immer mehr merke, dass ich mich "vom Leben" zurückziehe bzw. die AA mich sehr eingeschränkt leben lässt. Und so möchte ich nicht mehr weiter machen, da ich ein recht lebensfroher Mensch bin.

Mein letzter Arztbesuch (Allgemein-Arzt) hat mir insoweit geholfen, dass ich nun endlich (nach 6 Jahren Suche) einen Arzt gefunden habe, der mir nicht sagt "tja, damit muss man halt leben", sondern mein Problem versteht und versucht, mich mit allen Mitteln zu unterstützen. D.h. er hat sich schlaugemacht über die DCP-Behandlung (die mich selbst noch nicht so richtig überzeugt), hat all meine Blutwerte kontrolliert (hab auch noch Hashimoto - ist aber z.Zt. "nicht aktiv", heißt alle Werte sind im grünen Bereich).

Somit habe ich mit meinem Arzt auch besprochen, dass ich begleitend eine Psychotherapie beginne, nicht weil er oder ich davon überzeugt sind, dass die AA psychisch bedingt ist, sondern weil ich merke, dass die AA sehr an meinem Selbstwertgefühl nagt.

Nun zu dem, was ich schon alles gemacht habe:

1. Die verschiedensten Wässerchen der Hautärzte - kennt ihr wohl schon alle und habt sie selbst durch.
2. Bepanthen-Spritzen
3. Akupunktur
4. Heilpraktikerin: Ausgleich des Säure-Basen-Haushalts und Blei-Entgiftung, weil sie der Meinung war, ich hätte eine Bleivergiftung. Diese Erkenntnisse hat sie aus einer Haaranalyse gewonnen, von der ich aber -nachdem ich 800 € ärmer und die Therapie nicht angeschlagen hat- gelesen habe, dass es für die Schwermetallbelastungen keine so richtigen Grenzwerte gibt.

Seit einem halben bis dreiviertel Jahr ist mein Haarausfall wieder stärker geworden. Ich denke, wenn es so weitergeht, werd ich spätestens sechs Monaten gar keine Haare mehr haben....

Ich habe mich jetzt zu DCP durchgerungen. Da ich einen Termin bei meinem Hautarzt (der einzige, der in unserer Stadt DCP durchführt) erst in vier Monaten habe, habe ich mir jetzt einfach selbst Selen verordnet, jetzt aber erst von diesen Blutanalysen gelesen.

Ich nehme jetzt selen-loges 300 µg Wirkstoff: Natriumselenit. Laut Packung verschreibungspflichtig, hab ich aber so in der Apotheke gekauft - ohne Rezept. Da ich diese Woche sowieso nochmal zu meinem Hausarzt muss, werd ich versuchen, dass er mir ein Kassenrezept dafür gibt.

Noch angemerkt:

ich rauche (schaffs einfach nicht, aufzuhören ;

Die AA trat 1 Jahr und vier Monate nach meiner Schwangerschaft auf (zu diesem Zeitpunkt Null Stress, liebes, stressfreies Baby);

Im Dezember 2002 ist meine Mama sehr schwer erkrankt, da wurd's stressig, aber die AA nicht schlimmer.

Im Januar 2004 habe ich wieder angefangen Vollzeit zu arbeiten, hab schon nen stressigen Job, aber das hats auch nicht verschlimmert.

Im Dezember 2004 folgte meine Trennung, auch durch diesen Stress wurd es nicht schlimmer.

Jetzt bin ich eine allein erziehende, Vollzeit arbeitende Mama (allein diese beiden Faktoren bedeuten schon "Stress", der sich nicht reduzieren lässt).

So, jetzt hab ich Euch meine Geschichte erzählt.

Ich hoffe, Ihr seid nicht eingeschlafen, da der Beitrag soooo lang ist....

Vielleicht hat ja noch jemand nen Tipp für mich, was ich noch machen könnte.

Vielen Dank schon mal im voraus.

Susanne

---

Subject: Re: AA seit 6 Jahren und kein Ende in Sicht...

Posted by [Helen](#) on Tue, 01 Jan 2008 22:30:58 GMT

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

Hallo!

Also ich bin jetzt neu hier und habe mich registriert, weil ich mich mit jedem, der hier einen Beitrag reinstellt echt identifizieren kann. Was du schreibst erinnert mich an meine eigene Situation. Ich habe keine Lust mehr feiern zu gehen oder mich einfach nur mit Freunden zu treffen. Ich habe AA seit meinem 9. Lebensjahr u hatte es immer mal mehr u mal weniger. Ich hatte die AA nie sonderlich ernst genommen, aber mittlerweile habe ich eine Glatze und bin ziemlich verzweifelt, weil ich schon eine Cortisontherapie gemacht habe. Nach der wurde es allerdings noch

schlimmer.Im Moment gehe ich zu einer Heilpraktikerin, die mir auch etwas von Entgiftung u 1000enden Erfolgen erzählt, die sie schon hatte bei AA Patienten.Ich weiß einfach echt keine andere Lösung mehr u lasse mich schon auf sowas ein Das Schlimmste ist, dass ich mit keinem reden kann, der mich wirklich versteht.Mir kommt es so vor als wäre ich mit dieser Krankheit alleine und habe den Spaß am Leben verloren.Kein Arzt kann einem helfen und auch wenn ich hier ziemlich viel rumjammere, aber es hilft einfach mal alles los zu werden.Lg

---

---

Subject: Re: AA seit 6 Jahren und kein Ende in Sicht...

Posted by [Krater](#) on Fri, 04 Jan 2008 23:13:46 GMT

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

---

Hallo Helen und Susanne,

ich kann gut nachvollziehen, wie es Euch geht. Ich denke so geht es vielen AA-lern. zu den Heilpraktikern, chinesischen Wunderdoktoren, Wundermittelchen kann ich nur sagen, dass es vor allem deren Geldbeuteln nutzt. Für Wunderheiler ideal, heilt die AA meist von allein wieder ab - selbst langwierige Verläufe - so dass es die "Krankheit" den vermeintlichen Wundertätern besonders leicht macht. Die AA ist weder eine Mangelkrankung noch eine Vergiftung. Sie ist autoimmun verursacht.

Betreff Selen: obwohl ich an der direkten Wirkung von Selen zweifele, glaube ich schon an seine unterstützende Wirkung. Ich würde, gemäß Anais Selen in Form von Natriumselenit-Salz empfehlen und von Selenhefe abraten.

IMO ist eine DCP Therapie einen Versuch wert. Habt Ihr schon Dithranol (z.B. Micanol) versucht? Ist eigentlich eine Psoriasis-Salbe, hilft aber zumindest bei Pat. mit fleckigem AA-Verlauf ebenfalls manchmal.

Es gibt noch andere Möglichkeiten der Behandlung, wie z.B. MTX oder Cyclosporin. Alles hängt davon ab, welche Nebenwirkungen man für "die paar Haare" bereit ist in Kauf zu nehmen. Ich würde kein Cyclosporin nehmen, MTX halte ich aber für einen Versuch mit begrenztem Risiko der sich lohnen könnte. Trotzdem ist es ein hartes Medikament und man sollte sich schon genau überlegen ob man das wirklich langfristig nehmen will.

Alles Gute,  
Krater

---

---

Subject: Re: AA seit 6 Jahren und kein Ende in Sicht...

Posted by [Dogbert](#) on Sat, 05 Jan 2008 10:51:57 GMT

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

---

Ist so nicht ganz richtig bzw. kann man pauschal so nicht sagen.

AA kann z. B. durch eine Quecksilbervergiftung (Impfträgerstoff oder Amalgam) ausgelöst werden. Insbesondere zählt hier die Hepatitis-B-Impfung dazu.

Desweiteren kann bei psychischen Zusammenhängen die Nebennierenrinde erschöpft sein

(also eine Mangelerkrankung). Nicht ohne Grund wird hier ein höherdosierter Vitamin B-Komplex mit zusätzlicher Gabe von Zink empfohlen.

Die Natriumselenit-Therapie basiert auf der Erkenntnis, daß das Immunsystem stabilisiert / gestärkt wird.

---