
Subject: Da steh ich nun, ich DUMMER Thor
Posted by [Cina](#) on Thu, 14 Feb 2008 20:12:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und bin so schlau als wie zuvor.....

Erfahrungsbericht: 44 Jahre, w. , ehemals taillienlange dunkle Haarmähne, Raucher, regelmäßiger Weintrinker, selbstständig.

September 2007: ich erfahre/sehe dass ich AA Typ Ophiasis habe. Klassische Anfängerpanik, kann an nichts anderes mehr denken, recherchiere, erste Arztbesuche, lehne Cortison dank Information aus dem Netz und Forum ab. Nehme Schüssler Salze, vom Hautarzt verschriebenes Haarwaschmittel und Haartinktur - nur natürliche Inhaltsstoffe, Vitamin B Komplexe (Dank an dieser Stelle Dogbert, Bienchen für ihre Hilfe, Informationen und Engagement), Zink und Eisen. Bemerkung von der Apothekerin: »aber dann wissen Sie doch gar nicht, was Ihnen hilft!«
Ich denke: mir doch egal, Hauptsache irgendetwas hilft = Haare fallen und fallen....

Oktober 2007: zwischenzeitlich ca. 10 Tage und Nächte lesen und recherchieren im Netz und Büchern, ca. 9 verschiedene Arztbesuche mit dem Resultat: extrem erhöhte Tumormarker (bislang noch nicht geklärt und nichts gefunden), Hashi atrophe Form in der Überfunktionsphase, kein Glauben mehr an Arzttermine. Nehme Schüssler Salze, Vitamin B Komplexe, Zink, Haarwaschmittel. Tinktur nicht mehr, ist mir zu nervig. Versuche Stress zu reduzieren.... (wie geht so etwas bei 8 Mitarbeitern und einem Geschäftspartner der selbsterziehender Elternteil ist und sich zusätzlich um seinen dementen Vater kümmert?)
Ich denke: Bin mir sicher, dass ich meinen eigenen Weg finden muss = Haare fallen, fallen....

November 2007: zwischenzeitlich wissen alle für mich wichtigen Menschen davon. Habe Termin beim Perückenmacher und anschließend beim Friseur - will die wenigen mir noch verbleibenden Tage mit eigenem Haar wenigstens ohne die »unpigmentierten« erleben. Setze Schüssler Salze, Vitamin B etc. ab. Nehme Selen flüssig, relativ hochdosiert (Danke an dieser Stelle Anais für ihre Hilfe, Information und Engagement) und der Einfachheit wegen Pantovigar. Nehme mir halbherzig 10 Tage frei, beginne autogenes Training. Hab kein Gefühl mehr wieviele Haare mir täglich ausfallen, da die Hälfte der Haare weg ist. Die kahlen Stellen sind jetzt Flächen, die kaum einem Windstoß standhalten und all meine kreativen Versteck-Bemühungen trotzen.
Ich denke: weiß nicht was ich noch glauben soll = Haare fallen, fallen...

Dezember 2007: Motivationsschub. Auf der immer noch erfolglosen Suche der Ursache der extrem erhöhten Tumormarker hat sich EIN Arzt als zumindest informiert, interessiert und engagiert erwiesen (Gynäkologin) und stützt mich. Nehme Selen flüssig hochdosiert und Pantovigar. Mein Geldbeutel zeigt mir die gelbe Karte. Ich habe schon seit 2 Monaten das Gefühl, dass der Wein nicht gut tut und trinke weniger, statt dessen Sekt (was für ein Quatsch! Sekt ist auch Wein, aber ich habe halt dieses Gefühl....) Rauche nach wie vor. Meine Optik, mein Aussehen.... ist mir momentan nicht mehr so wichtig, die Angst vorm Haarewaschen = Haarberge in der Bürste, schwindet. Es stellt sich nur die Frage, wann werde ich dem Perückenmacher das »Go« geben. Glaube dass ich psychisch auf den Kahlschlag vorbereitet bin. HALT: was ist das? Es sieht aus wie 2 Millimeter weiße Haarspitzen an den Rändern der kahlen Flächen.

Oder doch nicht? Sind das die »Grauen« die zwischenzeitlich nachgewachsen sind?
Ich denke und hoffe = es fallen sehr wenig Haare

Januar 2008: Selen ist alle, hab kein Rezept mehr und keine Lust zum Arzt zu gehen.... nehme zwischenzeitlich gar nichts mehr. Die kahlen Flächen füllen sich von Aussen nach Innen mit unterschiedlich langen dünnen weißen Häarchen.... Kein autogenes Training, der Stress hat mich auch schon längst wieder eingeholt. Okay Wein trinke ich ganz selten. Sekt häufiger. Rauchen nach wie vor. Die Angst und die relative Gewissheit, dass meine Haare auch wieder ausfallen werden - sei es die Neuen oder die noch Verbliebenen - nimmt zu. Seit Wochen haben ich Schmerzen in den Handgelenken, Finger-, Fuß- und Zehngelenken. Besonders morgens, kann kaum eine Faust machen, Zähne putzen fällt schwer, Jeans zuknöpfen geht fast gar nicht. Rheumatoide Arthritis? Logisch, ist doch auch eine autoimmune Erkrankung... Och neeeeeeee will nicht schon wieder diese Arzt-Arie haben.
Ich denke: jetzt mag ich keine Haare mehr kämmen, weil das in den Gelenken so weh tut = es fällt kein Haar mehr

Februar 2008: Friseurtermin. Sie - eine extrem goldige Person bricht in helles Entzücken aus:
»Es wächst wieder! Alles wird gut! «
Meine Blutuntersuchung beim Rheumatologen zeigte die typischen Antikörper. Noch halten sich die Gelenkschmerzen in Grenzen. Ich trinke gerade relativ angstfrei Rotwein und grüble über dem Satz der Apothekerin, der da lautete: »aber dann wissen Sie doch gar nicht, was geholfen hat..... «

Subject: Re: Da steh ich nun, ich DUMMER Thor
Posted by [buffy](#) on Thu, 14 Feb 2008 21:24:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Cina,ich habe deinen Beitrag mit einem schmunzeln gelesen.
Du hast offensichtlich deinen Huor nicht verloren,das freut mich.

Auch ich habe seit September07 AA im Nackenhaaransatz(etwa 7x5cm groß) und war genau einmal beim Hautarzt.Dort war ich schon wegen einem Gesichtsekm(auch autoimmun) in Behandlung.
Der Arzt gab mir eine Cortisontinktur die ich NICHT angewendet habe(hatte VORHER schon zuviel hier gelesen)...

Ich hab 5 Kinder(da geht Stressabbau irgendwie nicht),keine Zeit und Energie nen autogenes Training zu besuchen und hatte im August nach 30 Jahren das Rauchen AUFGEGEBEN und trinke nur gaaanz selten Wein/Sekt .

Ich bin ein Meister im ignorieren(dazu war die AA-Stelle aber auch ideal gelegen,auf dem Oberkopf wäre es mir sicher nicht gelungen)und habs einfach NICHT mehr beachtet und auch

nicht genommen.

Ein wenig Sorge hatte ich aber schon ob ich mich richtig verhalte,aber was ist bei AA schon RICHTIG?

Tja,seit etwa 1 Monat wachsen dort wieder haare,noch nicht ganz dicht,aber fast....und in MEINER Haarfarbe,nix weiß oder grau.

Ich fühl nur hin und wieder gaaanz vorsichtig ob ichs nicht träume,im Spiegel schauen tu ich fast gar nicht...

»aber dann wissen Sie doch gar nicht, was geholfen hat..... «

ICH BIN EIN MEISTER IM IGNORIEREN

Ich wünsche dir eine gute,haarige Zeit

LG buffy

Subject: Re: Da steh ich nun, ich DUMMER Thor
Posted by [angela](#) on Fri, 15 Feb 2008 11:49:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Cina,

obwohl dein Beitrag recht lang ist, liest er sich sehr kurzweilig . Du bist ein gutes Beispiel dafür, dass auch eine spontane Heilung erfolgen kann. Mir sagte man in der Hautklinik, dass in der ersten 8 Monaten die Wahrscheinlichkeit am größten ist.

Ich habe AA inzwischen 3 Jahre mit vielen Höhen und Tiefen. Aber ich habe mich gut mit dieser Situation arrangiert und lasse mich davon nicht mehr runterziehen. Allerdings reicht bei mir die innere Einstellung nicht aus um einen Heilungsprozess in Gang zu setzen.

Ich wünsche dir, dass du diesen Mist überwunden hast und ab sofort wieder haarigen Zeiten entgegen schaust.

Liebe Grüße
Angela

Subject: Re: Da steh ich nun, ich DUMMER Thor
Posted by [Cina](#) on Mon, 25 Feb 2008 15:09:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schön dass der Beitrag kurzweilig erscheint. Um das Ganze ein wenig zu relativieren:

Mein Humor ist eher von der Sorte Galgenhumor

Ich glaube nicht, dass ich geheilt bin... versuche mich darauf einzurichten, dass es jederzeit wieder losgehen kann.

Klar ist meine Befindlichkeit angesichts des momentanen weich-hauchdünn-weißem Haarwachstum sehr positiv, aber genau davon will ich mich frei machen, damit es mich später nicht umso mehr umhaut. Und obwohl ich kein pessimistischer Mensch bin, bin ich mir relativ sicher, dass es nicht überstanden ist.

Ich glaube übrigens, dass das Selen geholfen hat. Weiß es aber halt auf Grund meines »wirren Einnahmeverhaltens« nicht

Und wenn es für mich die Wahl gäbe: rheumatoide Arthritis=Schmerzen oder AA=Glatze, würde ich mich momentan für AA entscheiden. Zu Beginn meines Ausfalls hätte ich jedem den Vogel gezeigt und mich selbstverständlich für meine »Haarpracht« entschieden. Sehr bezeichnend wie sich die Einstellungen ändern.

Ich folge übrigens nicht der Stresstheorie! Im Gegenteil dazu habe ich bei mir das Gefühl - egal wie Viele mich jetzt hier steinigen werden - dass das Fehlen von Stress mein Immunsystem aktiviert und dasselbe aus Langeweile zum »falschen« Arbeiten anstiftet. Bei mir brach es in der »ruhigsten Phase« meines Lebens aus.

Liebe und realistische Grüße, Cina