
Subject: Seit vier Tagen oben - ganz - ohne!!!
Posted by [hope09](#) on Mon, 09 Mar 2009 07:13:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei seit ein paar Monaten fortschreitender AA habe ich mir inzwischen eine Perücke besorgt und vor vier Tagen das ganze strähnige Resthaar selbst ganz abrasiert! Glatze.

Natürlich hat das erst mal Überwindung gekostet. Wäre ich nämlich sonst überhaupt nicht der Typ für - und hätte ich mich, wenn ich jetzt nicht mehr oder weniger dazu gezwungen gewesen wäre, ehrlich gesagt nie getraut!

Aber - und das kam einigermaßen unerwartet: Was für eine Befreiung! So habe ich das zumindest erlebt und kann damit nur allen Mut machen, die mit dem Gedanken spielen.

...nicht mehr morgens in den Spiegel schauen und absolut deprimiert sein , nicht mehr die Haare im Duschsieb zählen und dabei noch deprimierter sein und sich nicht mehr wie ein räudiger Hund fühlen, hinter dem man alle zwei Tage her staubsaugen muss, weil er so viel Haar verliert (nervig).

Perücke ist für mich (nach erst vier Tagen) schon noch gewöhnungsbedürftig. Kommt mir meist immer noch vor wie ein Hut, den ich ab und zu auch gerne mal absetzen würde. Aber geht. Und soweit, dass ich mit Glatze auf die Strasse gehe, bin ich auch wiederum noch nicht... (was habt Ihr für Erfahrungen gemacht???)

Bezüglich der Glatze: Schaeue ich zuhause jetzt in den Spiegel und muss irgendwie jedesmal grinsen - statt dass mir die Tränen in die Augen steigen, ...und das tut absolut gut!

Subject: Re: Seit vier Tagen oben - ganz - ohne!!!
Posted by [angela](#) on Mon, 09 Mar 2009 09:53:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, das ist ein wirklich empfehlenswerter Schritt. Ich habe vor ca. 4 Jahren die gleiche Erfahrung gemacht. Als ich die ganzen Haare im Waschbecken sah dachte ich doch kurz, dass es ein Fehler war, aber dann kam schnell dieses befreiende Gefühl.

Allerdings konnte ich mich nie zu einer Perücke durchringen und habe immer Kopftücher getragen. Seit einem halben Jahr geht es ohne Kopfbedeckung, aber es sind immer noch größere kahle Stellen über den Ohren, die aber einigermaßen zu verdecken sind. Mit der Zeit ist man auch nicht mehr so kritisch.

LG
Angela
