
Subject: Vorstellung: Jetzt hat es mich auch erwischt :evil:
Posted by [Felsenkicker](#) on Mon, 09 Mar 2009 11:45:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

möchte mich kurz vorstellen. Bin weiblich und 45 Jahre alt, komme aus Mittelhessen. Vor ca. 2,5 Wochen habe ich einen größeren kreisrunden Haarausfall entdeckt. Dachte mir nichts dabei, da ja kleine Härchen zu sehen waren. Letzten Donnerstag habe ich mal wieder meine Haare gebürstet und einen riesigen Schock bekommen. Da kamen natürlich die Tränen.

Freitag morgen zur Blutabnahme - Blutwerte - Thrombozyten erhöht. Hormone haben die Dusel natürlich nicht untersucht. B12, Kalium, Natrium, Calcium, Eisen ist o.k. Selen wurde natürlich auch nicht untersucht.

Habe gleich einen Termin beim Hautarzt. Werde mich dann vermutlich heute nochmals melden.

Ach ja, ich habe so eine Liste erstellt, was mir so an körperlichen "Beschwerden" in letzter Zeit aufgefallen ist. Würde die gerne mal, wenn Interesse besteht veröffentlichen. Vielleicht gibt es irgendwo Gemeinsamkeiten. Ich habe wohl zuviel "Dr. House" geguckt. Ich bin mir sicher, dass es irgendwo eine Übereinstimmung gibt.

Bis dann

Si

Subject: Re: Vorstellung: Jetzt hat es mich auch erwischt :evil:
Posted by [Hairlost2008](#) on Mon, 09 Mar 2009 20:29:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist echt hart, ich kenne das. schade das es bei den medizinischen fortschritten heute noch kein mittel gibt. es bringt nur was sich richtig durchchecken zu lassen und wirklich nichts auszulassen. auch nicht selen wie anais immer sagt. wieviele haare hattest du denn in der bürste? wie macht sich das bei dir bemerkbar wenn ein neuer schub kommt ? sind bei deinen ausgefallenen haaren wurzel mit dran ? viel glück. lieber gruss.

Subject: Re: Vorstellung: Jetzt hat es mich auch erwischt :evil:
Posted by [Felsenkicker](#) on Mon, 09 Mar 2009 21:06:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, bin wieder da!

Als so weit ich es erkenne befinden sich keine Wurzeln an den Haaren.

Bemerkbar hat es sich gemacht, dass ich plötzlich Büschel von Haare in der Bürste habe - die Tränen kamen hinterher. Und natürlich der kreisrunde Haarausfall.

Aber heute abend geht es mir richtig gut nachdem ich bei der Hautärztin war. Die war einfach super hat zugehört und hat sich Zeit genommen.

Tja, mit hohen Cortisongaben will sie erstmal den Haarausfall stoppen. Selen und Zink habe ich mir verschreiben lassen.

Muss leider bestellt werden ist aber morgen früh ab 08.00 abholbereit.

Kommt alles vom Stress sagt sie - da hat sich einiges angestaut.

Sie hat mir geraten unbedingt jeden Abend Entspannungsübungen zu machen, Yoga wäre super und hat mir eine Adresse eines Heilpraktikers für Psychotherapie gegeben. Dieser hat ihr sehr bei ihrer Scheidung geholfen mit Gesprächen und Übungen.

Ich habe zwar heute abend auch wieder eine Menge Haare entfernt, aber mir geht es gut. Auch den Kindern gegenüber war ich sehr ruhig. Es war sehr entspannt.

In der Stadt habe ich mir heute schon 2 Kopftücher geholt.

Ich bin so richtig entspannt.

Und das beste kommt noch. Im Sommer hatte ich vor eine Mutter/Kinder Kur auf Sylt zu machen. Habe mir heute nochmals eine akute Bescheinigung ausstellen lassen und hoffe, dass ich noch in den nächsten 3 Wochen fahren kann. Die Asklepios Klinik hat auch einen Arzt, der als Kenner von AA aufgeführt ist. Ich freue mich schon sehr darauf.

Und im Sommer fahre ich dann nochmals mit den Kindern als Begleitperson, vielleicht bekomme ich dann auch Anwendungen verschrieben. Mein Mann meinte schon "dann machste progressive Muskelentspannung nach JAcobsen". Er war bereits zweimal dort.

Vielleicht kommt noch jemand von Euch mit

Und wisst Ihr, was ich mir noch gekauft habe ? Diese Art Rührbesen für die Kopfhaut. Mache ich selbst, will ja keinem zumuten einen Schock zu bekommen .

Dann habe ich mir vorgenommen mehr zu lesen - habe mir heute ein Buch zur "Entspannung" (Kriminalroman) gekauft - mehr zu trinken - mehr zu schlafen und nicht mehr so viel vor dem Computer zu sitzen.

So meine Liste an Auffälligkeiten stelle ich morgen ein.

Denn jetzt ist Schluss.

Bis dann.

Simone

Subject: Re: Vorstellung: Jetzt hat es mich auch erwischt :evil:
Posted by [Felicitas](#) on Tue, 10 Mar 2009 00:37:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du hast eine gute Einstellung...!!!! Ich wünsche Dir, daß alles gut wird...!!!!

Subject: Re: Vorstellung: Jetzt hat es mich auch erwischt :evil:
Posted by [Heike36](#) on Wed, 11 Mar 2009 12:09:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

meine Thrombozyten sind auch immer leicht erhöht. Liegen meist so um die 300 auch schon mal 400. Ich denke, dass es da auf jeden Fall einen Zusammenhang gibt. Hier kannst du mal lesen! http://www.med4you.at/laborbefunde/lbef_thrombo.htm

Gruß Heike36

Subject: Re: Vorstellung: Jetzt hat es mich auch erwischt :evil:
Posted by [browny](#) on Wed, 11 Mar 2009 19:53:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Bin eher ein stiller Mitleser hier im Forum, aber es ist ja doch nicht verkehrt angemeldet zu sein, um das eine oder andere Mal mitreden zu können...

Ich bin schon ganz gespannt auf deine Liste, was du alles so an dir für Beschwerden oder Veränderungen bemerkt hast. Ganz sicher können wir alle uns Gedanken dazu machen und da würde ich mich sehr über einen Austausch auf diesem Wege freuen. Auf die Zusammenhänge und Gemeinsamkeiten bin ich ganz gespannt. Seit der Erkrankung geht man ja irgendwie doch offener und aufmerksamer durchs Leben und assoziiert irgendwelche bzw. hofft auf mögliche Ursachen...

Hoffe, bald von dir zu lesen.
Viele Grüße!

Subject: Meine Negativ-Liste - Jetzt hat es mich auch erwischt
Posted by [Felsenkicker](#) on Thu, 12 Mar 2009 10:47:02 GMT

Hallo, Ihr Lieben !

Die Haare werden zwar immer weniger, aber komischerweise stört es mich nicht besonders, kommt vielleicht noch.

Jetzt zu meiner Liste. Vielleicht wäre es sinnvoll einen neuen Thread (ich glaube so heißt das doch aufzumachen).

So jetzt zur Liste:

Alter: 45 Jahre
Größe: ca. 1,65 m
Gewicht: ca. 57/58 kg
Geschlecht: weiblich
Familienstand: verheiratet
Kinder: 2 (Junge 11 - Mädchen 6) - Adoptivkinder
Geschwister: 1 Bruder

Negativ:

sehr oft am Computer und zu lange bis in die Nacht,
dadurch zu wenig Schlaf

Hämorrhoiden

Rückenschmerzen/Nackenschmerzen sehr oft

Schweißausbrüche

bekomme in letzter Zeit immer wieder Erkältungen - bzw. gehen nicht richtig weg

Lymphknoten am Hinterkopf geschwollen und schmerzhaft

rauhe Haut an Ellenbogen seit ca. 1/2 Jahr (wie Neurodermitis)

Implantat linke Seite (dort habe ich auch extremen Haarausfall)

zu viel Kaffee, dadurch

vermehrtes Rauchen

In letzter Zeit öfters Kopfscherzen - früher nie

Trinke zu wenig

Haustiere: Katze und Zwergwidder (seit 9 Monaten)

Jucken am Kopf

zu viel Süßes

plötzlich Dornwarzen

linker Fußnagel gelb verfärbt

Stress, vor allem seit Sohn auf dem Gymnasium (den mache ich mir, er nicht)- Noten eigentlich gut

mit Nassen Haaren ins Freie gehen (nie geföhnt! egal welches Wetter)

kein Sport seit mehr als 2 Jahren

Positivliste seit gestern:

Hatte gestern einen Termin beim Heilpraktiker für Psychotherapie
Wir haben uns zunächst unterhalten, dann hat er mir 2 Entspannungsübungen zeigt,
anschließend Australische regnerierte Tiefenentspannung (Aborigines) gemacht.
Ich bekam eine Entspannungs-CD von ihm, nehme Schüssler-Salze und zusätzlich ein
Homöopathisches Mittel.

War heute morgen Laufen, habe zwar nur 15 Minuten geschafft (ja ja der innere Schweinehund),
aber die 1 Stunde bekomme ich auch wieder hin - bin ich mir ganz sicher

Trinke jetzt mehr.

Weniger Kaffee

Versuche weniger zu rauchen.

Ach ja, musste heute nochmal zum Arzt, weil mein Schilddrüsenwert innerhalb 4 Tagen so
gesunken ist. Da müsste noch 2 Werte nachuntersucht werden. Kann dies eventuell mit dem
Cortison zusammenhängen ?

Vielleicht findet sich der eine oder andere ja in meiner Liste, wäre ganz interessant.

Alles Liebe