

---

Subject: neu hier

Posted by [tecna](#) on Wed, 12 Aug 2009 09:33:34 GMT

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

---

Hallo!

Bin neu hier (30 Jahre) und wollte nur mal kurz meine Erfahrung mit AA posten. Ach bei mir gibt es einen Herd am Hinterkopf, ca. 5 cm Durchmesser. Noch gut dank meiner dichten langen Haar zu überdecken, aber er zieht schon leicht Richtung Haupt.

Ich habe vom Arzt eine Cortisonlösung bekommen, diese aber selbständig wieder abgesetzt. Stattdessen nehme ich Hefe. Äusserlich in Wasser aufgelöst zum Auftragen und innerlich in Form von Bierhefe. Zudem Ruhe, kein Stress und möglichst positives Denken. Ein kleiner Flaum in weiß wächst schon nach. Ich hoffe, das geht so weiter.

Dennoch zeigt sich eine Autoimmunstörung auch bei meiner Schilddrüse. Hier sind die Antikörper gegen die Schilddrüse erhöht. Noch keine Behandlung, aber abwarten, wann diese kommt.

Dennoch bin ich guter Dinge, dass meine Haare wieder wachsen (ich hab wirklich schönes, dichtes, gesundes, langes Haar), aber es gibt auch Tage, an denen die Hoffnung weniger ist. Alles Gute jenen, die es schlimmer erwischt hat. Melde mich, wenn ich wieder was zu berichten habe

---

---

Subject: Re: neu hier

Posted by [Tani17](#) on Tue, 22 Sep 2009 16:45:03 GMT

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

---

Hallo,

ich hab noch mal ne frage wegen der Hefe. Nimmst du die Hefe am Stück und löst die auf oder Hefepulver? Und wie lange machst du das schon?

Liebe Grüße

---

---

Subject: Hefe

Posted by [tecna](#) on Wed, 23 Sep 2009 06:42:35 GMT

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

---

Hey!

Also ich mache das mit der Hefe seit ca. 3-4 Monaten. Anfangs hab ich frische Hefe genommen und aufgelöst, jetzt mach ich es mit Trockenhefe. Verdirbt nicht so schnell. Hab im Moment aber alles abgesetzt (hab auch Cortison drauf gegeben), weil ich sehen will, ob noch mehr Haare ausgehen. Bei mir ist zum Glück ja schon wieder ein weißer Flaum nachgewachsen. Der Haarausfall hatte sich nur noch weiter fortgesetzt und jetzt muss ich mal kucken.

Zusätzlich nehme ich noch Bierhefe, Zuckerrohrmelasse und Kieselerde-Gel (so ne Fertiginktur aus dem Reformhaus). Das enthält alles viele Spurenelemente und Mineralstoffe und so.

Schaden kann es auf keinen Fall.

Wie steht es bei dir?

---

LG und alles Gute!

---

---

Subject: Re: neu hier

Posted by [Tani17](#) on Wed, 23 Sep 2009 16:20:34 GMT

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

---

Hi,

Danke für deine Antwort. Bei mir wechselt es ständig, mal kommen welche dann fallen wieder welche aus. Ich nehme zur Zeit Selen ich glaube das hilft. Das mit der Hefe probier ich auf jeden Fall mal aus.

Machs gut und Danke noch mal.

Liebe Grüße

---