

---

Subject: Ein paar Fragen eines Neulings

Posted by [Bea\\_1988](#) on Tue, 22 Dec 2009 08:57:23 GMT

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

---

Hallo an alle!

Ich habe bereits einige Themen hier durchgelesen und trotzdem habe ich noch ein paar Fragen offen...

Ich bin weiblich, 21 Jahre jung und weiß seit einer knappen Woche, dass ich diesen kreisrunden Haarausfall habe. Zuerst bemerkt habe ich es daran, dass mir seit ca. 2 Monaten die Haare der rechten Augenbraue ausgefallen sind. Am Anfang dachte ich erst, ich hätte zuviel gezupft, erst nach einer Weile wurde mir wirklich bewusst, dass die Haare einfach ausfallen. Letzte Woche hat meine Freundin dann eine kahle Stelle an meinem Hinterkopf gefunden, ca. von der Größe einer 2€ Münze.

Ich war am Tag darauf gleich bei meiner Hautärztin und sie hat dann meinem Verdacht auch gleich bestätigt: kreisrunder Haarausfall. Puh, ok, erstmal verdauen. Sie hat mir dieses Karison Crinale verschrieben, was ich seitdem 1x täglich auf die betroffenen Stellen auftrage.

Ich hab das ganze meiner Schwester erzählt und sie meinte, ich hätte sowas ähnliches schonmal gehabt als ich ca. 11 Jahre alt war, direkt am Wirbel. Ich kann mich daran allerdings nicht erinnern, zumindest waren wir damals nicht beim Arzt, also gehe ich davon aus, dass es relativ schnell von alleine wieder wegging.

Zu meinen gefühlten 10000 Fragen:

Ich habe mittlerweile noch eine etwas kleinere Stelle am Hinterkopf gefunden, meine Freundin sagt, es wäre gerötet und es würden wie so kleine Äderchen zu sehen sein. Ist das normal?? Ich hab gelesen, dass bei kreisrundem Haarausfall eigentlich keine Rötungen vorkommen. Es juckt auch nicht, es ist einfach eine weitere, aber viel kleinere kahle Stelle. Wie das heutzutage so ist, liest man natürlich zuerst im Internet nach und diagnostiziert selbst, soweit es möglich ist. Mich stimmt es allerdings total nachdenklich, traurig und ängstlich, dass ich immer mehr Posts lese, in denen Leute ihre Haare früher oder später ganz verloren haben. Läuft es denn letztendlich darauf hinaus?? Ich weiß, dass im Prinzip jeder Krankheitsverlauf unterschiedlich ist/sein kann, aber wie stehen denn meine Chancen, dass die Stellen einfach wieder zuwachsen und meine Augenbraue auch?? Ich hab einfach eine riesige Angst davor, meine kompletten Haare zu verlieren. Ich habe mir bereits am Wochenende die Augen aus dem Kopf geheult und denke auch irgendwie ständig daran und achte bei anderen Leuten im Unterbewusstsein auf ihre Haare.

Meine Freundin sagt, ich soll mich nicht selbst verrückt machen und positiv denken, aber die Angst ist einfach da.

Gibt es denn Leute, bei denen das im Leben ein paar mal aufgetreten ist, die Haare aber nie ganz ausgefallen sind? Ich wüsste nicht, was ich machen würde ohne Haare. Ich habe lange Haare bis zur Rückenmitte und ich möchte nicht auf sie verzichten

Vielen Dank im Voraus für Antworten.

Wünsche allen ein schönes Weihnachtsfest.

Bea

---

---

Subject: Re: Ein paar Fragen eines Neulings  
Posted by [packal1](#) on Tue, 22 Dec 2009 14:35:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Bea,  
erstmal willkommen im Club. Deine Sorgen können hier alle verstehen. Du hast recht, dass jeder Verlauf anders ist. Deshalb ist es auch so schwer mit Ratschlägen hier was anzufangen. In den meisten Fällen die ich kenne, fielen die Haare spontan aus und kamen dann genauso plötzlich wieder. Nur in sehr wenigen Fällen führte es zu einem Komplettverlust der Haare. Also warte erstmal ab und gerate nicht in zuviel Panik. In der Regel wird dann gerade die Therapie die du machst wenn sie wieder wachsen, als die beste angesehen. Also vorsichtig hier mit den Tips der anderen. Insbesondere bei denen die Medikamente und Therapien vorschlagen, bin ich mir nicht sicher ob die nicht im Auftrag von irgendeinem Pharmaunternehmen hier im Forum schreiben.

Egal was du nimmst und wieviel Zeit du bei Ärzten investierst. Mach das was deiner(!) Seele und deinem Körper gut tut. Sprich mit deiner Familie und deinen Freunden über deine Angst. Sehr offen, das hilft. Je besser es deiner Psyche geht, desto besser geht es deinem Körper und deinem Immunsystem.

Liebe Grüße!  
Albert

---

Subject: Re: Ein paar Fragen eines Neulings  
Posted by [Zebra27](#) on Tue, 22 Dec 2009 15:47:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Bea

Mach dir nicht all zu viel Gedanken darüber, ich habe seit mehr als 7 Jahren Kreisrunder Haarausfall und meine Haare wachsen früher oder später immer wieder nach!

Liebe Grüße  
Zebra27

---

Subject: Re: Ein paar Fragen eines Neulings  
Posted by [Bea\\_1988](#) on Tue, 22 Dec 2009 19:30:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

vielen dank für eure antworten, ihr habt mir die panik schon wieder ein wenig abgenommen ich versuche wirklich so weit es geht, nicht intensiv darüber nachzudenken, nicht dass mein körper noch irgendetwas macht, was ich mir in meinen gedanken schon ausmale... also vielen lieben dank für die aufbauenden worte.  
Es baut einen nicht gerade auf, wenn man in jedem zweiten post liest, dass diese cortison salben

nichts bringen, dass die haare so oder so ausfallen usw.

habt ihr dennoch eine ahnung, was es mit der rötung auf der kleineren kahlen stelle auf sich haben könnte? ich hab irgendwo gelesen, dass auf den stellen manchmal auch die talgdrüsen (oder ähnliches) sichtbar werden, könnten das die "roten Äderchen" sein?

ich finde es übrigens ganz toll und wichtig, dass es foren wie dieses gibt. ich hab bis vor einer woche noch NIE etwas von dieser krankheit gehört, meine verwandten und freunde ebenso. da hilft es allein schon enorm, sich die beiträge und geschichten in diesem forum durchzulesen, damit man überhaupt erstmal einen überblick bekommt! ich merke wirklich jetzt erst in der situation in der ich bin, dass man mit solchen erkrankungen (und auch mit anderen erkrankungen) viiiel offener umgehen sollte, im grunde kann es jeden treffen.

@zebra, hast du denn mehrere stellen immer gleichzeitig oder verschwindet der haarausfall auch mal ganz?

---

Subject: Re: Ein paar Fragen eines Neulings  
Posted by [gindora](#) on Wed, 23 Dec 2009 09:07:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

liebe bea, mach dir ja keine gedanken über irgend welche rötungen oder jucken o.ä.. die antworten, die du eventl. bekommst sind sowieso nur vermutungen in den meiseten fällen. das was alfred rät... nimm dir zu herzen... mach genau das, was dir und deiner sehle jetzt gut tut. mache sport, lese bücher, triff dich mit freunden und kümmer dich ja nicht um die haare. um so mehr man sich da reinsteigert um so schlimmer wird es... glaube mir.ich wollte manche tage gar nicht mehr aufstehen und habe auch partys und irgend welchen kontakt mit freuden gemieden... das ist aber falsch. das forum hier ist gut aber lies dir nicht alle beiträge durch denn dann stellst du ständige vergleiche mit dir an. gruß

---

Subject: Re: Ein paar Fragen eines Neulings  
Posted by [Zebra27](#) on Sun, 27 Dec 2009 09:43:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Bea

Bei mir ist der Haarausfall im Frühling immer am Schlimmsten. Da habe ich meistens mehrere kahle Stellen auf der Seite und vor allem am Hinterkopf. Im Herbst/Winter kommen meistens keine neuen Stellen mehr dazu. Aber es dauert natürlich immer seine Zeit, bis die Haare wieder wachsen. Seit letzten Frühling habe ich ein Haarteil, wo meinem Haar etwas mehr Volumen gibt. Das kann ich mir bei Bedarf in die Haare schnallen. Für die Monate, wo der Haarausfall schlimmer ist, ist das die ideale (sehr diskrete) Lösung für mich.

Hei, mach dir nicht all zu viele Sorgen!

Liebe Grüsse

Zebra27

---

---

Subject: Re: Ein paar Fragen eines Neulings  
Posted by [Bea\\_1988](#) on Tue, 05 Jan 2010 08:14:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

danke für eure aufmunterung!

im moment versuche ich beim haare waschen etwas vorsichtiger zu sein, um möglichst wenig haare zu verlieren. denn das ist eigentlich die einzige situation, in der ich spürbar viele haare verliere. mmmh, naja. immer positiv denken. ich versuchs.

ich wollte eigentlich etwas fragen. ich müsste langsam aber sicher mal meine haare nachfärben. an sich wäre das doch kein problem, oder?

und noch eine frage: meine hautärztin hat mir solche tabletten empfohlen, ich weiß den namen nicht mehr genau, irgendwas wie duarja oder so ähnlich. jedenfalls mit vitamin H. hat jemand vielleicht erfahrung damit? sie meinte, es würde den heilungsprozess unterstützen.

vielen dank und liebe grüße  
bea

---