

---

Subject: Kontakte Gesucht!!

Posted by [Ratlos](#) on Mon, 08 Feb 2010 12:36:06 GMT

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

---

Hallo und guten Tag!

Meine Mutter ist seit kurzem stark betroffen.

Mittlerweile ist es soweit, dass sie wohl eine Perücke braucht. Im Augenblick ist das Problem dabei, dass sie es nicht schafft, sich von den letzten Haaren zu trennen. Sie weint viel und ist stark depressiv. Sie hat große Angst....sicher alles Gefühle, die ihr auch gut kennt?!

Ich als Tochter - 800km weit weg - bin sehr hilflos, mache mir viele Sorgen...durchforsche das Netz, aber so richtig Hilfreiches fand ich bislang nicht.

Medizinisch ist sie in guten Händen, aber der Arzt kann ja leider auch nichts machen, die Cortisoncremes scheinen nicht zu helfen.

Ich musste mir das einfach mal von der seele schreiben...würde mich über reaktionen, Tipps, Kommentare freuen...so genau weiß ich gar nicht, was ich mir erhoffe \*rotwerd\*, weil ja niemand einen Zauberstab schwenken kann.

Ich habe eine Bitte...Hoffnung, Wunsch, was immer...vielleicht gibt es hier jemanden, also eine Betroffene, die bereit wäre, mal mit ihr Kontakt aufzunehmen?

Es gibt (sie lebt im Schwarzwald) dort nirgends Kontaktmöglichkeiten oder SHgruppen, das habe ich alles durch...

Liebe Grüße und Danke hier sein zu dürfen

---

---

Subject: Re: Kontakte Gesucht!!

Posted by [silke269664552](#) on Mon, 08 Feb 2010 19:23:04 GMT

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

---

Kann das gut nachvollziehen,aber ich hab auch schon einiges versucht und es hat eigentlich nichts geholfen.Am besten ist es mal ein paar Wochen Urlaub zu machen und nicht an die Haare zu denken.Hilft bei mir jedenfalls.Kann drauf warten das " Wochen später die kahlen Stellen langsam zuwachsen.

---

---

Subject: Re: Kontakte Gesucht!!

Posted by [123456789](#) on Tue, 09 Feb 2010 14:39:59 GMT

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

---

wie alt ist deine Mutter`? Vielleicht mag und kann sie hier ja selbst schreiben und lesen. Ich denke davon würde sie auch profitieren.

Und es muss nicht für immer sein. Ich habe seit über 3 Jahren nach 5 Jahren universalis meine Haare wieder dank eines konstamnt hohen Selenspiegels. Liebe Grüße Anais

---

Subject: Re: Kontakte Gesucht!!  
Posted by [Ratlos](#) on Tue, 09 Feb 2010 14:52:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Danke für deine Antwort.

Meine Mutter mag das Internet nicht und kommt damit nicht zurecht. Es ist ihr auch zu unpersönlich, sie verwendet es nie.

Da sie aber in der tiefen Provinz lebt, habe ich diesen Versuch hier gestartet...sie wird 53.

Liebe Grüße

---

Subject: Re: Kontakte Gesucht!!  
Posted by [speedfreak](#) on Wed, 10 Feb 2010 12:24:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Anais8 schrieb am Tue, 09 February 2010 09:39 wie alt ist deine Mutter? Vielleicht mag und kann sie hier ja selbst schreiben und lesen. Ich denke davon würde sie auch profitieren.

Und es muss nicht für immer sein. Ich habe seit über 3 Jahren nach 5 Jahren universalis meine Haare wieder dank eines konstant hohen Selenspiegels. Liebe Grüße Anais

Wäre schön, wenn Du das auch mal belegen könntest.

Du rätst immer jedem zu Selen aber es gibt keinerlei Beweise dafür, dass es hilft.

Du nimmst an, dass bei Dir das Selen war und ist.

Aber es kann auch sein, dass es gar keinen Zusammenhang dabei gibt.

Und nicht jeder kann und sollte einfach Selen zu sich nehmen.

---

Subject: Re: Kontakte Gesucht!!  
Posted by [123456789](#) on Wed, 10 Feb 2010 12:52:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das ist so nicht richtig.

Ich kann für mich belegen, dass es das Selen bei mir ist. Immer wenn mein Spiegel niedriger als 135 ist oder war verliere ich Haare. Ist er höher, dann nicht. Das verfolge ich jetzt seit 2005 (also genau seit 5 Jahren) Außerdem war mein Spiegel im Januar 2005 massiv erniedrigt (ich glaube 78)

Ich habe nie behauptet, dass es jedem helfen muss und sage auch immer, dass es nur Sinn macht bei erniedrigtem Spiegel und ich habe gerade nur geschrieben, dass ich meine Haare dank Selen wieder habe.

Also rege dich bitte nicht darüber auf.

Außerdem kann Selen in Form von Natriuselenit jeder einnehmen, der seinen Spiegel kennt und wenn dieser erniedrigt ist. Bei Gesunden ohne AA unter 100, bei Patienten mit Autoimmunerkrankungen sollte er an der oberen Grenze liegen also zw. 135 und 140) Es gibt keine Kontraindikation außer erhöhte Selenspiegel und Selen in Form von Natriumselenit als Ampullen hat auch keine Nebenwirkungen, es sei denn man dosiert es über. Das ist aber

---

unwahrscheinlich, da man dann schon statt 1 oder 3 oder 5 AMPullen täglich mehr als 10 - 20 AMPullen nehmen müsste.

NAatriumselenit ist ein Salz und damit wasserlöslich. Alles was der Körper nicht braucht wird über die Niere ausgeschieden.

Es gibt keine Selenspeicher (wie z. B. beim Eisen). Selen ist ein lebensnotwendiges Spurenelement, welches in jeder Zelle unseres Körpers zum Überleben notwendig ist. Ohne Selen stirbt die Zelle ab. Am meisten Selen ist in der Schilddrüse.

Und obendrein ist es mir egal, ob jemand Selen einnimmt oder nicht. Ich für meinen Teil bin aber sehr dankbar, dass wir bei mir rausbekommen haben, welcher Baustein mir fehlt und für die AA verantwortlich ist.

Ich werde mein Leben lang Selen einnehmen. Auch wenn ich keine Löcher bekommen würde bei niedrigerem Selenspiegel, so würde ich es dennoch weiter einnehmen, da es mir gut tut und mich vor Infekten und Krebs schützt und für mein Hashimoto Thyreoiditis ist es sowieso vom Arzt empfohlen.

Also nur weil es bei dir nicht hilft brauchst du es nicht in Frage zu stellen. Oder hast du es nicht hoch genug dosiert und deine Spiegel waren nicht konstant hoch genug, bzw. hattest du einen zu kurzen Atem?

Bei mir hat es auch von Februar 2005 bis November 2007 gedauert bis ich meine Perücke weglassen konnte.

Viele Grüße ANais

P. S. und alles, was ich schreibe gilt nur für Natriumselenit , nicht für Selenhefe oder andere organische Selenverbindungen.

(hier gibt es Kontraindikationen, das darf nicht jeder nehmen unds chon gar nicht auf Dauer. Aber nun habe ich keine Zeit mich darüber ausführlich auszulassen. ich habe es auch schon häufig genug getan)

---

Subject: Aw: Kontakte Gesucht!!

Posted by [Pizzel](#) on Mon, 22 Feb 2010 19:51:10 GMT

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

Hallo Ratlos,

ich werd deine Mutter jetzt wohl nicht zum Surfen auf dem Internet bringen, aber ich möchte doch hier sagen, dass mir dieses so 'unpersönliche' Internet doch wirklich weitergebracht hat in meiner selbst-Akzeptanz. Weil ich hier eine SH-gruppe habe und weil ich auf Alopecia World so viele Fotos und Videos von Frauen ohne Haare gesehen habe, dass dieser Anblick dann irgendwann auch im eigenen Spiegel normaler und angenehmer wurde. Und es sind dort so viele lebendige schöne Menschen ohne Haare, dass es keinen Grund gibt, uns bzw mich nicht auch schön zu finden.

Ich laufe jetzt oben ohne rum und habe das geschafft, weil ich mich zuerst dazu gezwungen habe. Erst handeln, dann die Angst verlieren, weil man merkt, dass die Welt nicht tot umfällt, nur weil man halt mal keine Haare hat, und jupie, was ist das doch befreiend...Ich weiss wie schwer das ist, und im Dorf viel schwerer als in der Stadt, aber es gibt überall den gleichen Prozentsatz an intelligenten und uninteressanten Menschen. Die Urteile, die die anderen abgeben, sind doch nur Zeugnis ihrer eigenen (In-)Toleranz...

Ich glaube, dass du deiner Mutter helfen kannst, indem du sie nicht bemitleidest, sondern ihr zu verstehen gibst, dass die Glatze sie an nichts hindert, sie kann ihren Körper mit oder ohne Haare benutzen, und ach es tut auch gut, wenn man gesagt kriegt, dass man ohne Haare schön

ist... alles Modesache...naja, hier ist aber nur das unpersönliche Internet

---

---

Subject: Aw: Kontakte Gesucht!!  
Posted by [BeetlejuiceX](#) on Thu, 25 Mar 2010 13:08:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo

Schön, dass du dich so um deine Mutter sorgst

Zu allererst: Dränge sie nicht, sich die restlichen Haare abzurazieren. Auch wenn sie sowieso rausgehen hängt man einfach sehr an den letzten Resten. Das ist zwar im Prinzip quatsch und erschwert das Tragen einer Perrücke, aber es geht oft nicht anders.

Ich selbst habe seit 11 Jahren AA und gerade wieder etwas mehr Probleme, da ich nun auch Augenbrauen und Wimpern verloren habe.

Dass man zeitweise etwas depressiv wird, ist auch normal. Ich denke, das hat hier jeder auch schon durch. Ich glaube nicht, dass nur einer mit vollkommener Gelassenheit aufnimmt, wenn man die Haare verliert...

Deine Mom soll den Kopf nicht hängen lassen und wenn sie möchte, und ihr das Internet nicht so geheuer ist, kann sie mir gerne auch nen Brief schreiben. Da ich selbst Kontakt zu anderen Betroffenen suche, würde ich mich auch freuen.

Wie wird deine Mom derzeit behandelt? Wenn es ihr schwer auf die Psyche schlägt, soll sie auf jeden Fall auch zu nem Psychologen gehen!!!

---

---

Subject: Aw: Kontakte Gesucht!!  
Posted by [Leona](#) on Thu, 01 Apr 2010 16:49:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hej

Also ich kann denn anderen nur zustimmen, denn leider gibt es für dieses Problem leider immer noch keine Antwort.

Dies ist nicht wie eine Grippe wo du zum Arzt gehst und er dir ein Rezept aufschreibt. Hierfür gibt es leider immer noch kein Rezept was wunderbar wirkt. Keiner weiss so genau wodurch das hervorgerufen wird.

Stress?

Schlechte Ernährung?

Hormone?

Untergewicht?

Schilddrüse?

Ach da gibts angebliche 100 Auslöser dafür

Ich kann nur aus eigener Erfahrung deiner Mama raten sich damit erst mal abzufinden,denn so weniger sie daran denkt desto einfacher ist es damit umzugehn.Es ist zwar schwer aber darüber zu reden hilft echt viel.

Nur sollte Sie was ich selber gemacht habe auch zum Arzt gehen und sich helfen lassen darüber zu reden und damit klar zu kommen.Mir hatt die Hilfe vom Psychologen echt geholfen.

Also liebe Grüße an deine Mami

und mache Ihr Mut.

Gruß Leona

---