
Subject: hilfe zur selbsthilfe

Posted by [sevi](#) on Thu, 15 Jul 2010 17:22:09 GMT

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

Hallo,

Ich bin seit heute hier im Forum aktiv.

Ich bin 34 Jahre alt und habe seit knapp 20 Jahren Alopecia Areata total ,anfangs kamen noch mal vereinzelt Haarinseln aber das ist schon lange her.

Seitdem trage ich eine Echthaarperücke habe mich damit aber immer irgendwie fremd gefühlt seit einiger zeit denke ich darüber nach die Perücke nicht mehr anzuziehen und einfach mit Glatze raus zugehen. In meinem Freundeskreis ermutigen mich auch einige das so zu machen.Aber wenn man knapp 20 Jahre eine Perücke getragen hat klappt das nicht so einfach,da macht der Kopf nicht mit.

Hat jemand damit Erfahrung oder einen guten Rat dazu?

Subject: Aw: hilfe zur selbsthilfe

Posted by [prinzessin](#) on Sat, 17 Jul 2010 04:49:56 GMT

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

Hallo,

ich kann nur aus eigener Erfahrung sprechen.

Hab jetzt AA universalis seit 1 1/2 Jahren und hatte anfangs eine Perücke. Ich war mir immer fremd...

Seit 1 Monat gehe ich nun überall ausser an meiner Arbeit(da trage ich ein Tuch) mit Glatze. Ich muss sagen seit ich das mache geht es mir besser, die Leute schauen ob mit Tuch oder ohne. Aber ich fühle mich viel viel besser...

Es hat ein bisschen gedauer bis ich auch in Geschäfte ohne gegangen bin, aber nach und nach hab ich die Tücher weggelassen.

Ich bin so zufrieden momentan...

Ich drück Dir die Daumen für dich den richtigen Weg zu finden und kann Dir nur empfehlen so zu sein wie Du bist. Ändern können wir doch nichts... Also müssen wir das beste draus machen.

LG

prinzessin

Subject: Aw: hilfe zur selbsthilfe

Posted by [starlight](#) on Sat, 17 Jul 2010 13:49:15 GMT

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

Hallo,

auch ich trage eine Perücke, habe AA totalis, also alle Kopfhaare weg. Sie wachsen zwar wieder, allerdings hatte auch ich mit Glatze und habe noch immer mit Perücke und fremd fühlen zu tun.

Es gibt jemanden, die durch diesen Prozess gegangen ist. Sie heißt Jenny Latz und hat inzwischen wohl auch ein Buch geschrieben, welches heißt "Glück beginnt im Kopf". Man kann nach Jenny auch in Netz googeln, sie hat für alle, die diese Krankheit haben, ein offenes Ohr und immer einen guten Tip. Sie trägt ihr Glatze seit 20 Jahren offen und ist trotzdem oder gerade deshalb sehr erfolgreich im Leben. Und sie scheint auch zufrieden zu sein.

Viele Grüße

Starlight

Subject: Aw: hilfe zur selbsthilfe
Posted by [sevi](#) on Sun, 18 Jul 2010 11:41:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die aufmunternden Worte.
Ich habe davon gehört das es auch Selbsthilfegruppen gibt bei denen sich Leute mit Alopecia Areata treffen und darüber reden ,
ich glaube das das schon mal eine anfang ist.
Wie haben deine Bekannten und Freunde diese Entscheidung aufgenommen?

Subject: Aw: hilfe zur selbsthilfe
Posted by [sevi](#) on Sun, 18 Jul 2010 11:45:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die aufmunternden Worte.
Ich habe davon gehört das es auch Selbsthilfegruppen gibt bei denen sich Leute mit Alopecia Areata treffen und darüber reden ,
ich glaube das das schon mal eine anfang ist.
Wie haben deine Bekannten und Freunde diese Entscheidung aufgenommen?

Subject: Aw: hilfe zur selbsthilfe
Posted by [starlight](#) on Sun, 18 Jul 2010 12:48:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also um das richtig zu stellen: ich habe mich FÜR die Perücke und GEGEN die Glatze entschieden. Ich fand es schon verdammt schlimm, alle Kopfhaare zu verlieren, bis auf die allerletzten Stoppeln.

Das hätte ich nie drauf gehabt, mit Glatze zu gehen. Hängt sicherlich auch mit der Gesellschaft zusammen, wo Frauen mit Glatze immer noch als "auffallend" angesehen werden. Mein Job lässt das auch nicht zu. Hier sollte man eben daran denken, dass man IMMER eine Wirkung auf andere Menschen hat. Vielleicht findet der eine oder andere Frauen mit Glatze auch abstoßend. Sicherlich die Mehrheit.

Naja - die Perücke ist meine Sicherheit. Es fällt auch nicht auf, dass ich eine trage. Die wenigen, die es wissen "beneiden" mich um meine schönen dichten Haare...

Liebe Grüße
