

---

Subject: Haarausfall und Psyche!? Wie ging und geht es Euch?

Posted by [Hannah](#) on Fri, 04 Jan 2008 02:28:37 GMT

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

---

Hallo,

ich habe jetzt mal eine Frage an Euch bzw. ich würde gerne eine Umfrage mit Euch starten zum Thema 'HA und Psyche' und Eure Meinungen und Erfahrungen dazu hören.

Ich bin eine starke Anhängerin der These, dass die Psyche viele (fast alle) Dinge im Körper bewirkt, Krankheiten auslösen kann, aber auch wieder heilen kann.

Mir fallen beim Thema Haarausfall auf, dass man ganz häufig auf einen sehr ähnliche Frauentypen trifft (ich spreche jetzt nur von HA bei Frauen).

Da ich, wie viele, wenn nicht alle von Euch sicherlich auch (man ist ja fast besessen davon ) anderen Frauen inzwischen nicht mehr als erstes ins Gesicht, sondern nur auf den Scheitel starren zum Vergleichen, kann ich Haarausfall auf 8 km sehen. Ich sehe sofort, wer betroffen ist, bei wem der Scheitel nur oder schon leicht ausgedünnt ist, wer schon sehr viel sprühen und frisieren muss, damit man es nicht mehr sieht. Das geht Euch ja sicherlich ähnlich, dass Ihr sehr darauf achtet bei anderen.

Und mir ist eine große Ähnlichkeit aufgefallen: Alle Frauen wirken nicht besonders glücklich. Alle Frauen wirken so, als ob sie leicht zum 'Opfer' werden oder es sind. Alle Frauen wirken .. wie soll ich sagen - nicht sehr lebendig, sondern wie erstarrt. Alle Frauen wirken so, als ob sie sich selber nicht besonders mögen, als ob sie kaum Lebensfreude und Optimismus haben.

Nun ist mir natürlich klar, dass man sich mit Haarausfall nicht toll fühlt. Meine Lebensfreude ist beträchtlich geschwunden, ich denke 90% des Tages nur noch an den Haarausfall und er beeinflusst mein ganzes Leben. Ich bin ständig am überlegen wo ich stehe oder sitze (bloß nicht unter Lampen oder im Sonnenlicht). Dass wieder 100 Haare auf meinem frisch angezogenen Pullover sind. Bis hin zu solchen Kleinigkeiten, wie ich für eingeladene Gäste Essen kochen kann, ohne dass Haare im Essen zu finden sind. Ins Kino oder Theater gehe ich absolut ungerne wegen der aufsteigenden Stuhlreihen, weil dann die hinter mir sitzenden mir genau auf den Scheitel gucken können. Ich mag eigentlich gar nicht mehr aus dem Haus und möchte mich nur noch verkriechen. Ich erzähle vielen von Euch sicherlich nichts Neues.

Und ich frage mich schon, was hier die Henne und was das Ei ist. Wie gesagt - natürlich fühlt man sich mit HA nicht wohl.

ABER...das habe ich schon vorher nicht. Ich hatte schon immer einen Hang zu Depressionen, mochte mich selber nie besonders, fand meinen Körper und mein Gesicht noch nie besonders schön (völlig entgegen der Meinung anderer Leute), dachte früher ich bin sehr, sehr hässlich, habe mich schon immer gerne selber bestraft. Ich hatte immer Angst vor Menschen. Ich hatte oder habe einfach ein echt mieses Selbstbewusstsein.

Und was ich nun ne echte persönliche 'Sauerei' finde: Mein Haarausfall fing an genau in der Lebensphase, als es mir psychisch endlich besser ging, mein Selbstbewusstsein sich stabilisiert

und gebessert hat, ich Freude hatte am Leben. Ich fand mich zum ersten mal in meinem Leben nicht grottenhässlich, hatte keine Probleme mehr mit Kontakten zu Leuten, war viel entspannter. Ich hatte sogar Lust, raus in die Welt zu gehen.

Und was passiert: genau dann fallen mir die Haare aus. Und jetzt habe ich noch ein Problem obendrauf. Und diesmal ein ganz reelles Problem. Wenn ich mir jetzt Photos von früher ansehe kann ich nicht mehr verstehen, warum ich mich zu der Zeit so hässlich fand. Und kann - in aller Bescheidenheit - verstehen, dass mir ganz häufig gesagt wurde, was für eine attraktive Frau ich bin. War.

Aber der Haarausfall 'richtet' meine Attraktivität nun ganz rell zugrunde.

Ich habe genau etwas in der Art ("warum zu dem Zeitpunkt, als es mir endlich besser ging im Leben") hier von irgendjemand anderem auch gelesen. Und ich frage mich doch irgendwie ... ist das eine Art Selbstbestrafung? Versteht Ihr, was ich meine? So ein tief eingewurzelt 'Mir darf es aber nicht gut gehen. Mir steht es nicht zu, gut auszusehen. Ich BIN aber hässlich.' Also macht der Körper einen hässlich?

Wie gesagt - alle Frauen, denen ich (viele andere würden es in dem Stadium gar nicht sehen) sofort ansehe, dass sie HA haben diesen komischen ... Hauch von Lebensunlust um sich. So ein wie soll ich sagen .. Mangel an Spannkraft. Viele wirken müde, schlapp (auch von der Haut her), dicklich, mutlos, so 'Opfertypen'. Und sie sehen häufig so aus, als ob das nicht erst seit gestern (oder Beginn des HA's) so ist.

Ganz nebenbei: Ist Euch auch mal aufgefallen, dass überdurchschnittlich viele Kassiererinnen, die den ganzen Tag im Neonlicht sitzen und nur das Piepen der Kassen hören einen sehr, sehr starken HA haben bzw. schon das von uns allen so gefüchtete Kahlheit mit allerdünnstem Haar?? Da frage ich mich auch immer, wo der Zusammenhang ist. Ich kenne kein Kaufhaus, in dem man nicht mindestens eine Verkäuferin mit diesem äußerst sichtbar dünnstem Haar findet.

Sorry, das ist lang geworden. Aber es interessiert mich sehr, was Ihr dazu sagt.

Hannah

---