

---

Subject: HA seit 5 Jahren-was kann noch helfen??

Posted by [butterblume](#) on Sun, 19 Oct 2008 01:42:11 GMT

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

---

Hallo an alle,

ich bin zwar erst seit heute angemeldet, aber schon seit einiger Zeit "stilles Mitglied". Ich möchte Euch gern möglichst kurz meine HA-story erzählen und hoffe auf den einen oder anderen Tip diesbezüglich...

Ich, 28, weibl., leide seit ca. 5 Jahren an Haarausfall (ca. 150-200 Haare pro Tag). Ich habe schon so einiges probiert u möchte das mal kurz aufschreiben:

- subklinische Schilddrüsenunterfunktion; wird seit 3 Jahren behandelt (Thyroxon 75) => Werte jetzt o.k. (TSH ist bei 1,0); keine Antikörper (TPO-AK, Tg-AK)
- Trichoscan (vor 1 Jahr): 69% Anagen, 30% Telogen
- Eisen-, Zink- und Biotinmangel wurden mittels Blutanalyse festgestellt => habe ca. 6 Monate mit Absprache des Arztes alles eingenommen
- Regaine (5%) (6 Monate angewendet)
- elcranell (4 Monate)
- Priorin (2 Monate)
- Rheumadiagnostik: alle Werte im guten Bereich
- B-Vitamine u Magnesium eingenommen

Der Haarausfall ist laut Arzt eher diffus-bin mir aber nicht sicher, ob das stimmt, denn ich habe z.T. ziemliche kurze, miniaturisierte Harre im Schläfenbereich. Ansonsten keine richtig lichten Stellen. Wenn ich mir in die Haare fasse, habe ich immer mind. 5 in der Hand, auch wenn ich mir vorher ne Stunde die Haare gekämmt habe.

Die Pille (Belara) habe ich vor 8 Monaten abgesetzt, weil ich einen Hormontest machen lassen habe. Test war ok. Alle Werte in der Norm (z.B. Testosteron, SHBG). Allerdings wurde die Bestimmung schon 6 Wochen nach Absetzen der Pille gemacht (Ergebnis verfälscht?). HA hat sich nicht gebessert u auch nicht verschlechtert nach Absetzen der Pille.

Bisher haben all die genannten Maßnahmen nichts gebracht. Es gab nicht mal eine kurze Haarausfallunterbrechung, aber auch keine wirkliche Verschlechterung.

Ich weis einfach nicht mehr in welche Richtung ich jetzt weitermachen soll. Ist es doch eher ne hormonelle Sache (Ungleichgewicht..) oder durch die Vitamin- und Mineralstoffmängel begründet (Nahrungsergänzungen haben aber auch nix gebracht)?

Es wäre echt super, wenn Ihr mir ein paar Ratschläge/Tipps geben könntet!!! Vielen Dank schonmal im Voraus!