

---

Subject: Werd langsam aber sicher verrückt!

Posted by [@Alexandra@](#) on Wed, 01 Jul 2009 11:38:54 GMT

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

---

Leide ja jetzt schon mehr als 2 jahre an HA,immer so ca.100 am tag,ich weiß das soll normal sein,aber ihr wisst ja selber.

ob ihrs glaubt oder nicht,ich zähle seit dem tag an dem es begann,jeden tag die ausgefallenen haare!

mein ritual sieht folgendermaßen aus:morgens haare waschen,dann überm waschbecken ausschütteln,dann kämmen,dann wieder ausschütteln,da sind es dann meistens so ca.70.

Über den tag verteilt geh ich mindestens noch 7 mal ans waschbecken und schüttele wieder!die zähle ich dann dazu,meistens pro schüttler nochmal 3-4 haare.

eigentlich bin ich ganz normal aber was den HA angeht,gehöre ich schon in die klapse!!

ich weiß da die zählerei einen fertig macht,aber wenn ich es nicht tue,hab ich angst den zeitpunkt zu verpassen an dem es viell besser od. schlimmer wird!meine stimmung hängt auch davon ab wieviel haare morgens im waschbecken gelandet sind.

Das schlimmste finde ich ist,daß man gar nicht mehr weiß wie es früher war,als man noch nicht gezählt hat,wer weiß wieviel haare man da verloren hat?

wem gehts ähnlich und hat das viell in den griff bekommen?

---