Subject: neu hier :)
Posted by kaos85 on Tue, 25 Aug 2009 03:20:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

hallo an alle

ich bin schon länger mitleserin bei euch und ich denke nun ist es auch für mich an der zeit mich vorzustellen.

...ich weiß gar nicht so recht wo ich anfangen soll...

bin 25 Jahre alt und habe seit fünf jahren diffusen haarausfall, mittlerweile deutlich sichtbare kahle stellen, kann meine haare nicht mehr offen tragen.

ich versuche mal meine story zu schildern, wobei ich sogar früher anfangen möchte als bei dem zeitpunkt an dem mein ha begann:

seit meinem dreizehnten lebensjahr hatte ich monatlich starke "menstruations"beschwerden, wobei die menstruation ausblieb (habe damals schon schmerztabletten dagegen nehmen müssen um meinen alltag zu bewältigen). erst der dritte besuch bei einem gynäkologen brachte die niederschmetternde diagnose: vaginal aplasie (meine vagina endete blind nach ca. 2 cm, gebärmutter und eierstöcke sind normal entwickelt, d.h. auch mein hormonelles system funktioniert normal, karyotyp ist auch weiblich, also ich bin kein zwitter oder ähnliches). Ich wurde dann operiert, ein künstliche vagina wurde angelegt. das war emotional der absolute hammer für mich war. drei wochen allein im spital, den freunden erzählte ich wäre auf urlaub, schmerzen, völlige überfoderung mit der ganzen situation, ein jahr nachbehandlung, wöchtentliche kontrollen im spital...zusammenfassend hat die op super funktioniert, ich habe heute ein erfülltes sexualleben und auch meine menstruation (allerdings immer noch mit starke beschwerden)...warum ich diese geschichte überhaupt hier erwähne: 1. weil es mein selbstbild als frau schwer erschüttert hat, d.h. für die psychische komponente von haarausfall viell von bedeutung ist 2. weil die beschriebenen menstruationsbeschwerden viell so eine art prädisposition für ein hormonelles ungleichgewicht darstellen 3. mein vertrauen in ärzte (wie schon erwähnt die ersten beiden gyns die ich besuchte meinten es sei alles normal!!!! leider fehlte aber mein vagina, unglaublich aber wahr) damals schon missbraucht wurde...die folgenden jahre waren für mich ein einziger kampf, mich so zu akzeptieren wie ich bin, ein dauerthema in meinen kopf...und entwicklete deswegen auch ein essstörung - die ich aber relativ schnell bewältigte...schon damals sind mir aufgrund der mangelernährung drei monate lang die haar ausgefallen. allerdings hat sich das schnell erholt und es sind wieder alle nachgewachsen.
wie auch immer, seit 2001 nahm ich dann das evra pflaster, wegen meiner starken regelbeschwerden (die jahre zuvor nahm ich monatlich voltaren gegen die schmerzen), was super half. mir gings generell besser, machte mir keinen kopf mehr wegen der op-sache, hatte einen freund, bin von zu hause ausgezogen, begann mein studium...
dann im nov 03 hatte ich das pfeiffersche drüsenfieber (was auch wieder erst monate später dignostiziert wurde), hatte daraufhin monatelang beschwerden, muskelverspannungen, atembeschwerden, immer wieder blasenentzündungen, angina (nahm mehrmals-meist erfolglos-antibiotika), grippale infekte, im mai eine eierstockentzündung mit einwöchigem spitalaufenthalt, meine leber war sogar vergößert...und im juli 04 blieb dann auch, trotz pflaster, meine regel aus. woraufhin mir mein arzt die drei-monats-spritze gab !!!!! begründung

gabs keine, so auf die art wenn mein zyklus trotz pflaster nicht funktioniert legen wir das ganze system gleich ganz lahm...ich war leider zu hilflos und naiv, nicht genauer nachzufragen, hatte ohnehin ein unglaublich schlechtes verhältnis zu meinem körper und der arzt der mir die spritze gab war ja schließlich auch der herr super prof. ddr. der mich operiert hatte, dachte mir so auf die der muss schon wissen was für mich gut ist. vor allem dachte ich mir insgeheim so auf die art, der kennt mich besser als ich mich selber...nach drei monaten (in diesen drei monaten ging es mir beschissen, hatte keine regelblutung, depressionen) begann dann von einem tag auf den anderen der haarausfall (der auslöser war also eindeutig die drei-monatsspritze), die spritze hab ich mir daraufhin kein zweites mal geben lassen, hatte dann div. blutuntersuchungen, hormone, sd, eisen, immer alles ok, bis auf prolaktin, das war stark erhöht und ich bekam im jänner 05 deswegen dostinex.
im den darauf folgenden monaten setzen dann auch endlich wieder mein tage, allerdings nur so alle fünf bis sieben wochen und mit die altbekannten schmerzen, weshalb ich dann im sommer 05 wieder das pflaster nahm (dostinex setzte ich ab, da das pflaster das erhöhte prolaktin ja angeblich mitregulierte).
zu diesem zeitpunkt hatte ich die schnauze gestrichen voll von ärzten, medikamenten, spitälern etc. und mir gings in den folgenden monaten - vor allem psychisch viel besser. die nachwehen des pfeifferschen drüsenfiebers hatte (vor allem verspannungen in der rechten körperhälfte und immer wieder infekte) ich zwar immer noch, aber bei weitem nicht mehr so schlimm. der haarausfall blieb allerdings. mal besser, mal schlechter (bilde mir aber ein, dass sich der ha unter evra ein bisschen einpepndelte)
ich habe mich dann volle zwei haare *haha freud'scher verschreiber*, volle zwei jahre meine ich natürlich, nicht um meinen haarausfall gekümmert, weil ich wie schon gesagt, keine ärzte mehr sehen konnte und endlich mal ein normales leben führen wollte, hatte einen neuen freund, neue wohnung etc. die sache mit dem haarausfall war immer thema, ich bin nur mir haarband herungelaufen, traute mir meine haare nicht mehr oft zu waschen etc., aber ich habs so gut oder so schlecht als möglich verdrängt...dachte mir vor allem ich muss jetzt mal psychisch von den ganzen kränkeleien runter kommen und mirs einfach mal gut gehen lassen. wollte nicht mehr kämpfen.
im juni 07 wurde ich dann von einem auto angefahren, hatte einen schweren beckenbruch (wurde zweimal je 20 std. lang operiert - also wieder der volle medikamenten-hammer, wieder nicht unbedingt günstig für den haarausfall...), intensivstation, zwei monate spital, drei monate reha...musste mir in dieser zeit auch lovenox spritzen, was den haarausfall noch verstärkte...naja, ich lernte wieder gehen, nahm meinen alltag wieder auf, aber hatte natürlich wieder "keine zeit" mich um meinen haarausfall zu kümmern...
im sommer 08 war ich dann zum ersten mal wieder bei einer dermatologin wegen dem haarausfall - die mir prompt minox verschrieb. hab das ein paar mal aufgetragen, was mir schon überhaupt nicht gefiehl, weil es die haare verklebte etc. zum glück hab ich das wundermittel dann auch mal gegoogelt und sofort abgesetzt.
völlig entmutigt und mit immer weniger haaren auf den kopf habe ich dann im nov das pflaster eigenständig abgesetzt, ich wollte mich von all dem phamazeutischen zeug befreien und mal wieder erfahren wie mein körper ohne funktioniert. erstaunlicherweise bekomme ich meine regel seitdem sehr regelmäßig, zwar immer noch mit bauchschmerzen, so dass ich teilweise nicht arbeiten gehen kann, aber ich habs mit frauenmantel, wärmeflsche und entspannung ganz gut im griff (bin einfach auch nicht mehr so aus dem hauschen wie früher wenn mal was weh tut) was sich allerdings drastisch verschlimmerte war der ha (unter evra wurde der ha, nach absetzen von lovenox, eigentlich um einiges besser), womit ich aber rechnete, schließlich war ich derzeit schon fleißige leserin dieses forums außerdem bekam ich - was bis heute anhält -

schreckliches kopfhaut jucken, sowie jucken am ganzen körper (wenn ich mich dann kratze bekomme ich nesselausschlag - allergie?)
im april diesen jahres bin ich zu einem hormonspezialisten gegangen bin, der endlich mal ein ausführliche endokrinologische durchuntersuchung mit mir machte (war sogar zwei tage dafür im spital). ergebnis war wieder, alles ok bis auf zu hohes prolaktin und erheblich gesenktes östrogen (unter 7) und progesteron, was er sich aber aufgrund der drei monats-spritze u dem jahrelangen tragen des pflasters erklärte. er meinte ich solle auf keinen fall ein kontrazeptiva nehmen und meinem körper endlich die zeit geben "nachzureifen", da ich ja schon als sehr junger mensch die vollen hormon-bomben bekommen habe. für den haarausfall verschrieb er mir ein progesteron-estradiol beta-haarwasser UND regaine...
ich wieder total schokiert, dass meine einzige option anscheinend regaine ist und habe aufgrund dessen erst mal wieder nichts von den verschriebenen mitteln genommen...und insgeheim auf eine spontanheilung gehofft

im juni hatte ich ein kontrolluntersuchung, das östrogen war bereits gestiegen (ist jetzt so um die 60), progesteron noch immer sehr niedrig.

ja und das ist jetzt eigentlich der stand der dinge. ich versuche seit meinem unfall all meine "geschichten" aufzuarbeiten, mir zeit dafür zu nehmen, nicht mehr zu verdrängen, mich zu entspannen, gut auf mich aufzupassen und trotzdem den spaß am leben nicht zu verlieren, aber teilweise könnte ich nur mehr heulen und seh das licht am ende des tunnels einfach nicht mehr. mir ist einfach alles zuviel. ich schaffe es nicht alles unter einen hut zu bringen, fühl mich total ausgelaugt u heillos überfordert.

ich habe eine tollen freundeskreis, einen tollen freund, eine tolle familie, aber ich möchte auch endlich mal gesundheitlich voll da sein u vor allem will ich meine haare wieder.

ich wäre froh um jeden tipp u rat den ihr mir geben könnt (falls es jemand von euch geschafft hat meinen endlos monolog durchzulesen) wie es am besten angehen könnte. ich möchte ins reine kommen mit meinem körper, endlich ein gleichgewicht finden und in erster linie meine ha in den griff bekommen.

meiner meinung nach gehören da viele dinge dazu...arbeit, familie, freunde, beziehung, gesundheit, ziele im leben zu haben, spaß zu haben, mit vergangenheit und zukunft im gleichgewicht zu sein, den moment zu genießen.

was jetzt ganz im speziellen den haaruasfall betrifft nehme ich seit drei wochen das östrogen-progesteron-haarwasser (noch), omega3-kapseln und magnesium (vor allem wegen der regelbeschwerden), regaine nicht, ernähre mich gesund (ok gesünder), mache sport und trinke frauenmantel-tee...und überlege mir - zur psychischen entlastung - toppik zu verwenden. pharmazeutische bomber kommen mir nicht mehr ins haus.
möchte es gerne mir entsäuerung versuchen und bin für jeden ratschlag dankbar.

so ich mach jetzt hier endlich mal schluss....hoffe ich habe euch nicht zu sehr angestrengt mit meinem ausschweifenden bericht

dieser forum hat mir schon oft mut gemacht und ich bin sehr stolz auf euch alle wie tapfer ihr dem

leidigen thema ha umgeht! vielen dank!