

---

Subject: Pillenmüde? Progesteron als Alternative.

Posted by [joka](#) on Mon, 07 Sep 2009 08:05:21 GMT

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

---

Allen, die es leid sind, ständig wegen ihrem Haarausfall die Pille schlucken zu müssen oder die es aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr dürfen, möchte ich gerne von meinen Erfahrungen mit Progesteron berichten.

Ich leide schon seit meinem 18. Lebensjahr (bin heute 50) unter anlagebedingtem Haarausfall. Meine Mutter hatte bereits mit 30 eine totale Glatze auf dem Oberkopf. Sie trug immer eine Perücke oder ein Haarteil.

Durch meine drei Schwangerschaften habe ich den Haarausfall bei mir wohl hinauszögern können, aber man kann ja nicht ewig schwanger sein...

Als ich einige Jahre nach der letzten Schwangerschaft wegen meines starken Haarausfalls einen Hormonspiegel machen ließ, meinte meine Frauenärztin, dass ich Hormone wie eine Frau nach den Wechseljahren hätte. Ich war damals Mitte dreissig.

Sie verschrieb mir die Diane, mein Haarausfall wurde gestoppt, ich war glücklich!

Die Einnahme hatte jedoch zwei Nachteile: Die Libido hat extrem gelitten und alle vier Wochen in der einwöchigen Einnahmepause, bekam ich heftige Migräne. Das wurde im Laufe der Zeit immer schlimmer.

Dann wurde bei mir plötzlich ein extrem hoher Blutdruck festgestellt und ich mußte die Einnahme der Diane sofort stoppen (sie war jedoch nicht der Grund für den Bluthochdruck). Ich war total verzweifelt und habe heulend bei meiner Frauenärztin in der Sprechstunde gesessen, denn ich wußte genau, dass mir nun die Haare wieder ausgehen würden. So war es dann auch.

Ich hatte mich schon nach Haarersatz erkundigt, als ich auf ein Buch stieß, dass sich mit der Wirkung von Progesteron befasste

(Natürliches Progesteron - Ein bemerkenswertes Hormon, von John R. Lee). Aus Progesteron stellt der Körper wohl selber Östrogen her und zwar ohne die ganzen bekannten Nebenwirkungen, die die Pille haben kann.

Ich sprach mit meiner Frauenärztin darüber, die Progesteron als Anti-Aging Mittel kannte und bereit war, es mir zu verschreiben (sie verschrieb mir Utrogest).

Den milchigen Inhalt der Kapseln, die man normalerweise schluckt, drücke ich in 50 ml Öl, schüttel das Ganze gut durch und reibe mir etwas davon einmal täglich auf die Innenseite meines Arms.

Progesteron wird wohl besonders gut durch die Haut aufgenommen. Diese Art der "Einnahme" wird von dem Autor des Buches empfohlen.

Auf diese Art und Weise reicht die Packung Utrogest wesentlich länger als bei oraler Einnahme, auf der anderen Seite ist das Ausdrücken der Kapseln allerdings etwas lästig und eine ziemliche Schmiererei.

Die einzige Nebenwirkung, die ich in den Jahren feststellen konnte, sind trockenere Schleimhäute im Genitalbereich. Da kann ich mit leben.

Meine Haare sind zwar nicht wieder so dicht geworden, wie sie es mit 18 waren, aber ich bin schon selig darüber, dass ich kein Haarteil tragen muß.

Ich hoffe, dass mein Bericht der ein oder anderen von Euch eine Hilfe sein kann. Alles Gute für Euch!

L.G.Gabi

---