

---

Subject: Hilfe, immer wieder Haarausfall!

Posted by [vanilles](#) on Sat, 03 Oct 2009 10:40:59 GMT

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

---

hallo!

ich bin schon in vielen "haarausfall-foren" unterwegs gewesen, aber in noch keinem, dass so aktiv ist und so viele verschiedene themen bietet und deswegen habe ich mich prompt mal angemeldet und hoffe, dass ihr euch die zeit nehmt, meinen roman hier durchlest und mir eventuell mit rat und tat zur seite stehen könnt.

kurz zu meiner person:

ich bin weiblich, 20 jahre alt und leide unter... na was wohl? haarausfall. es dürfte jetzt auch schon das dritte jahr sein.

nachdem ich das erste jahr, in dem ich haarausfall hatte, nichts unternommen habe, außer zu warten, bin ich im zweiten jahr, nachdem der ganze spaß wieder losging, zu einem dermatologen gegangen. (in einer privatklinik; alles selbst bezahlt!) der hat mir dann extremen zink- und eisenmangel diagnostiziert, woraufhin ich tabletten bekommen habe, die ich ein halbes jahr nehmen musste. (alles seeehr kostspielig...)

zuerst dachte ich, die helfen gar nichts, aber irgendwann war der haarausfall weg und ich hatte die folgenden 9 monate die schönsten haare meines lebens: total gesund, glänzend, weich und ultralang.

das war dann so bis vor zwei monaten und dann bemerkte ich, von haarwäsche zu haarwäsche und von kämmen zu kämmen, dass wieder immer mehr haare ausfielen. ich dachte dann, ich könnte ruhig bleiben, aber langsam artet es wieder zur katastrophe aus...

ich fing also wieder das grübeln an, was die ursache sein könnte: ich glaube z.b. nicht, dass es hormonell bedingt ist, da ich von meiner frauenärztin schon vorsichtshalber eine pille (cyproderm) gegen androgenetische alopezie bekommen habe, die ich nun schon zwei jahre nehme. davor waren meine männl. hormone nur minimal erhöht, aber laut meiner fa nicht so extrem, um haarausfall zu erzeugen. dennoch gab sie mir die pille und eigentlich müssten die werte ja okay sein. (werde demnächst aber vorsichtshalber blut abnehmen lassen!)

dann dachte ich, es könnte ja vielleicht an der jahreszeit liegen, aber dafür dauert mir das ganze schon wieder zu lange und wird auch von mal zu mal immer schlimmer...

ich habe auch wieder zink- und eisenmangel in betracht gezogen, da meine haare allgemein wieder total unschön aussehen, also nehme ich nun wieder brav seit ein paar wochen, auf eigene entscheidung und nur unter bejahung meines hausarztes, meine tabletten (1x ferro sanol duodenal morgens und mittags + abends jeweils 1x zinkorotat 20).

bis jetzt ist es aber, wie gesagt, nicht besser geworden, sondern schlimmer...

meine probleme:

ich habe neben dem haarausfall wieder extreme schuppen, meine kopfhaut fühlt sich leicht warm an und spannt ein wenig und die haare, die noch auf meinem kopf sind, fühlen sich total strohig an (vor allem im nassen zustand) und die ausgefallenen haare haben ab und zu ein kleines "talgklümpchen" oben, wo es in der wurzel saß, sind total trocken, "verkrüppelt", ganz dunkel und sehen eher aus, wie ganz lange "borsten", also das totale gegenteil zu den letzten monaten.

meine haarpflege:

ich wasche sie ca. alle vier tage und habe bis vor kurzem bestimmt ein halbes jahr lang von alverde (von DM) das feuchtigkeitsshampoo + kur ohne silikon verwendet und das war eigentlich immer total gut. aber aufgrund der schuppen habe ich mir jetzt vom friseur meines vertrauens ein antischuppenshampoo geholt, was an sich auch ganz gut wirkt. sonst habe ich sie dann immer geföhnt und ab und zu mal geglättet (was ich jetzt natürlich nicht mehr mache, weil ich sonst wahrscheinlich kein haar mehr auf dem kopf hätte) und kaum stylingprodukte verwendet. außerdem habe ich mir die haare seit ca. zwei jahren weder gefärbt, noch getönt, noch blondiert, etc. also eigentlich bin ich immer sorgsam mit meinen zotteln umgegangen, da ich unbedingt jegliche form von erneutem haarausfall vermeiden wollte.

aber pustekuchen...

der ganze mist hat sich die letzten zwei monate wieder gesteigert und ich muss wohl wieder von arzt zu arzt und zu dem teuren dermatologen, da ich nicht mehr weiter weiß.

das ganze macht mich jedes mal so extrem fertig, dass ich mich kaum noch traue, meine haare selbst zu waschen (hat dann immer meine mum gemacht, die im moment allerdings im urlaub ist) oder zu kämmen, meine haare kaum mehr frisiere (außer zum zopf, obwohl das ja auch nicht gut ist...), total deprimiert und am boden zerstört bin und nur noch heule + mich nicht mehr in die welt raus traue...

das einzige, was für mich jetzt noch als grund für die dritte runde haarausfall in frage kommt, ist die tatsache, dass ich in letzter zeit ziemlich oft mandelentzündung hatte, woraufhin ich ständig antibiotika bekommen habe. vor zwei wochen war's dann so schlimm, dass ich das antibiotikum auch wechseln musste, zu einem ganz starken (1000 mg), woraufhin ich am ende der einnahme am ganzen körper dann einen ausschlag bekommen habe. (eventuell war auch die kopfhaut betroffen, keine ahnung...) zu allem übel habe ich jetzt, eben zwei wochen später, schon wieder mandelentzündung und muss antibiotika nehmen.

weiß jemand, ob das wirklich ein grund sein kann? (habe das zumindest hier:

<http://hno-mannheim.info/mandelentzuendungen.htm> gelesen!)

eigentlich wollte man mir die mandeln im sommer entfernen, aber ich hatte solch eine panik im krankenhaus bekommen, dass sie mich wieder heim schickten und meinten, ich könnte es später machen lassen.

allgemein bin ich ein sehr emotionaler, ängstlicher mensch und bin nah am wasser gebaut. "kleinigkeiten" bereiten mir in den letzten jahren riesengroße probleme und sind für mich der weltuntergang, weswegen ich jetzt auch in psychologische behandlung muss... wenn aber wenigstens dieser haarausfall nicht schon wieder wäre.

übrigens glaube ich, dass dieser wieder diffus ist und vor allem vorne im stirn- und schläfenbereich. da meinte der dermatologe letztes jahr auch, dass das meine hauptproblemzonen seien... auch merke ich, wenn ich mit meinen fingern über die kopfhaut fühle, dass überall kleine stoppeln sind und auch vorne im pony ein paar kleine flaumhärchen nachkommen, aber trotzdem sind vorne schon leichte geheimratsecken und lichte stellen zu erkennen...

ich weiß einfach nicht mehr weiter... was sagt ihr zu dem ganzen? habt ihr ähnliche erfahrungen wie ich gemacht oder findet ihr euch in meinem "haarausfallmuster" mit den ganzen symptomen und gründen etc. wieder? was könnt ihr mir raten?

ich bin über jede hilfe dankbar!

ich werde mir nun meine haare wieder abschneiden lassen, obwohl sie so toll lang waren, da ich es einfach nicht ertrage, weil die menge der ausgefallenen haare durch die länge doppelt und dreifach so viel erscheint...

viele liebe grüße!

---