

Hallo,

habe dieses Jahr erstmals nach 10 Jahren (!) meinen Sommerhaarausfall lindern können. In den 10 Jahren war ich bei mehreren Hautärzten, Hausärztern, Frauenärzten, Endokrinologen, Internisten, Heilpraktikern etc. Habe Eisen, Selen, Vitamine, Basenpillen und -pulver, Priorin, Kieselerde, Merz Spezialdragees, spezielle Haarpillen (Namen vergessen)etc. geschluckt. Erfolg gleich Null.Habe leichte Hashimoto, aber auch L-Thyroxin 75 hat den Sommerausfall nicht gelindert.Bananen gegessen, Kopfhaut mit Zwiebel, Brennessel, El Cranell Alpha uvm eingeschmiert. Fast alles 2 - 3 Monate lang - kein Erfolg.Diagnose: Diffuser Sommerhaarausfall unbekannter Ursache.

Mein Sommerhaarausfall dauerte jedes Jahr von ca. Ende Mai bis Anfang November, Hochzeit Juli - September, dann ca. 1,500 Haare bei der Haarwäsche und ca. 300 an Tagen ohne Haarwäche. Oder noch mehr. Jedenfalls genug, um jeden Sommer zum Horror werden zu lassen. In den restlichen Monaten fast normal: ca. 400 Haare beim Waschen und 100 an anderen Tagen.

In irgendeinem Forum las ich diesen Sommer über die AC Therapie, also wenn ich mich recht erinnere, Haarausfall durch gestresste/gespannte Kopfhaut (Spannungskopfschmerz), gegen den Botox-Spritzen helfen sollen. War schon fast so weit, mich anzumelden, als ich in einem anderen Forum über die Linderung von Haarausfall durch Akupunktur las. Dachte mir, ehe ich es mit Botex versuche, könnte ich es mal mit Akupunktur probieren.

Habe mir im Internet eine chinesische Heilpraktikerin mit mehreren Jahren Akupunkturerfahrung gesucht. Sie meinte, wir könnten es versuchen und schlug mir erst mal 6 Sitzungen vor. Nach 3 Sitzungen (2 pro Woche)schien mir eine minimale Besserung eingetreten zu sein. Nach 5 Sitzungen habe ich ca. 50% weniger Haare verloren. Habe insgesamt 10 Sitzungen gemacht und am Schluss war es 2/3 weniger Haarausfall und die Anzahl der verloren Haare fast normal.

Das war Mitte September. Danach fuhr ich 3 Wochen in den Sommerurlaub - was normalerweise den Haarausfall richtig anheizte - aber Wunder geschehen - nach 10 Jahren wieder im Meer ohne Haarausfall!

Die Chinesin sagte, die Akupunktur wirke nach und dass ich erst wieder im Frühjahr zur Auffrischung kommen soll.

Mein diffuser Haarausfall im Sommer hat mich in den Jahren sehr belastet, aber ich hatte das Glück, dass noch keine kahlen Stellen auf dem Kopf waren. Vielleicht noch Folgendes zu meinen Symptomen:

Wenn mir im Sommer die Haare ausgingen, hatte ich idR das Gefühl, die ganze Kopfhaut tut mir weh. Ausserdem knirsche ich Nachts mit den Zähnen. Sind angeblich Symptome von Spannungskopfschmerzen.

Leider kann ich nichts dazu sagen, ob Akupunktur auch bei anderen Formen des Haarausfalls hilft. Am Besten Ihr sucht Euch einen Akupunkturspezialisten und ruft dort an.

Evtl. hilft dieser Erfahrungsbericht anderen Frauen mit diffusem Sommerhaarausfall.

Viel Glück!

Vicenza

PS Für die Akupunktur habe ich EUR30 für die Beratung bezahlt und EUR50 pro Sitzung. Waren 20 min Akupunktur mit ca. 16 Nadeln im Körper, Nacken und 1 im Kopf sowie anschliessend 5 min Schröpfen. Ich fands auch für den Rest des Körpers prima.

---