

---

Subject: Diffuser Haarausfall in Schüben

Posted by [miri\\_lili](#) on Fri, 19 Nov 2010 16:31:58 GMT

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

---

Hallo ihr lieben Leidensgenossen,

ich leide an diffusem Haarausfall und nachdem ich auch schon in dutzend Foren gelesen habe und leider keine vergleichbare Geschichte gefunden habe, möchte ich mich heute in ziemlicher Verzweiflung an euch wenden und hoffe auf eure Ratschläge/Erfahrung/Hilfe.

Bemerkt habe ich Haarausfall etwa im Dezember 2009. Bei mir kommen jedoch viele mögliche Faktoren auf einmal zusammen. Ich beginne also ganz von vorne. Noch kurz zu meiner Person - ich bin 22, habe die Pille Valette mit ca. 15 Jahren angefangen und hatte vorher nie Probleme mit Haarausfall.

Da meine Geschichte echt lang ist, hier eine Kurzversion, auch mit allen meines erachtens nach relevanten Ereignissen und bisherigen Untersuchungsergebnissen:

- bis Aug/09 - Einnahme der Pille Valette (Problemlös - außer Migräne)
- ab Sep/09 - Wechsel auf Pille Belara wg. Zysten
- Anfang Dez - brüchige Haare/allg. Veränderung, aber nicht auf Haarausfall geachtet, wurden einfach iwie dünner
- Ende Dez/09 Absetzen der Belara wg. allgemeinem Unwohlsein/Brustschmerzen und eben wg. Beschuldigung der Haarveränderung auf Belara
- im Januar "vorbeugend" von FÄ EllCranell bekommen
- im Februar von Hautärztin 2 x 7 Tage Dermosolon bekommen
- Anfang März - Haarausfall stoppte, zusätzlich noch Tinktur gegen trockene/schuppige Kopfhaut verschrieben bekommen (aber hoher Alkoholanteil drin)
- Schilddrüse untersucht beim Facharzt (mit Szintigrafie etc.), erst Werte grenzwertig zur Unterfunktion, nach 2 Monaten unregelmäßiger Einnahme von L-Thyroxin - neuer Bluttest - sollte keine Tabletten mehr nehmen (alle Werte okay)
- HA kehrte langsam wieder zurück - richtig schlimm wieder Anfang Mai, zusätzlich Kopfhautjucken, Dermosolon half nicht
- Mitte Juni Schnauze voll gehabt, Kopfhautkucken und rigoros alles abgesetzt!
- Anfang Juli besserte sich HA und verschwand 2 Wo. später ganz
- hielt an bis Ende Sep/10 an
- seit 7.Okt. wieder extremen Haarausfall täglich und bei jeder Haarwäsche bis heute, mit Kopfhautjucken und Schuppung (nehme Eucerin-Shampoo)
- nehme seit ca. 20.Okt. Regaine (von Hautärztin empfohlen), noch keine Besserung, Kopfhautjucken und Schuppung hat sich etwas gebessert, nach Haare waschen am angenehmsten (Eucerin?)
- alle Haare fallen aus - jede Länge und Dicke, auch bereits nachgewachsene, kleine Haare
- Haare über den gesamten Zeitraum um über die Hälfte ausgedünnt, Kopfhaut scheint am gesamten Kopf doller durch
- seit Mai/Juni unregelmäßiger Zyklus, tw. lange Abstände, tw. zwei mal im Monat, im Sep. 35 Tage, im Okt. 38 Tage

- hab vor 4 Wochen Blut testen lassen:

Ferritin 44,6 mg/l (m = mikro), Referenzbereich 10,0-291

DHEA-S 158 mg/dl, Referenzbereich 65-380

Testosteron gesamt: 2,0 nmol/l

Zink 211+ mg/dl, Referenzbereich 70-120

(habe zu dem Zeitpunkt Nahrungserzangungsmittel genommen, in denen 50% der empfohlenen Tagesdosis Zink enthalten war - kann das die Ursache sein?)

--> Hautärztin 1 meinte, ich soll keine Zinkhaltigen Negmittel nehmen und erneute Blutabnahme in zwei Monaten

- nehme seit 4 Tagen ferro sanol 40 mg - allerdings nur eine am Tag, nüchtern, 2 Std. vor dem Essen, morgens (weil ich das so oft gelesen habe und über meinem Ferritinwert unsicher bin)

zu meinen sonstigen Umständen:

- ziemlich doller Nacken- und Schulterverspannungen (aber schon seit Ende 2008 - mal mehr, mal weniger schlimm)

- Pillenwechsel, Pillenabsetzen

- seit Feb. leichte Zukunftsängste, die sich im Juli/Aug zuspitzten

- seit Juni zunächst vereinzelt, dann immer häufiger morgens Übelkeit (wg. Depression), konnte nichts essen

- oft nur gegoogelt und über den Tag kaum was gegessen, abend meist ordentlich gegessen

- Im Juli fast fest entschlossen, Studium abzubrechen, nur deprimiert und hin- und hergerissen gewesen

- seit ca. Mitte September, Entscheidung getroffen und Stress hat nachgelassen

- häufig Verspannungskopfschmerzen, seit über nem Monat "Massage" - brachte nichts, ab nächste Woche Krankengymnastik wegen zu mobiler Halswirbelsäule (hoffentlich hilft das was)

- nehme seit Juni oder so Biotin und Eisen (Kombi mit Vitamin C) und hab schon feste Nägel, aber Haartechnisch - k.A.

Jedenfalls bin ich nach dem ganzen Gelese in Foren natürlich noch verunsicherter. Meine Hoffnung, alles käme von der Pille und würde sich von alleine wieder einrenken, stirbt so langsam - nach so langer Zeit. Ich bin mir auch immer noch unsicher, ob mein Haarausfall nicht auch genetisch bedingt ist, da meine Hautärztin mal erwähnte, ich hätte zwar diffusen Haarausfall, weshalb sie das eher nicht vermute, aber es gäbe auch Mischformen (immer diese noch mehr verunsichernden Kommentare!).

Dann hab ich von dieser Muskelentspannungs-Therapie gelesen, bei der einem etwas in die Kopfhaut gespritzt wird und die pro Sitzung 700 Euro kostet! - Wobei ich natürlich hoffe, dass die nun wirklich Humbug ist, da ich wohl fast bereit wär, alles für meine Haare zu tun.

Ich bin so dankbar für jede Art von Hilfe/Erfahrungsbericht o.a, was irgendwie in Relation mit meinem Erlebnis steht. Natürlich würde ich mich auch freuen, wenn jemand eine eindeutigere Aussage zu AGA treffen kann...ich hab von diesem Schubeweisen Auftreten und der häufigen Kombination mit Kopfhautexemen bei AGA gelesen, dehslab hab ich Angst, dass es doch AGA sein könnte. (über den Zeitraum betrachtet - waren es ja auch Schübe)

Meine Mama ist der Meinung, alles würde vom Pille Absetzen und Stress kommen und ich dürfte mich nicht so in meine Haare reinsteigern, weil das wieder neuen Stress bedeute - ist aber eben verdammt schwer. Und wieso war der HA dann bitte im Juli/August weg? Alles doof

Also wie gesagt, habt vielen lieben Dank schon mal vorab!!!!!!