

Hallo liebe Leidensgenossinnen,

ich bin mittlerweile 23 Jahre, leide aber schon seit der Pubertät unter lichtem Haar. Ich find mit 12 an die Pille zu nehmen (hatte meine Periode natürlich schon) und zwar NICHT zur Verhütung sondern aus hormonellen Gründen, ich hatte eine sehr unregelmäÙe Menstruation und es kam raus dass ich zu viel Testestoron hatte und auf Anraten des Arztes habe ich dann angefangen die Pille zu nehmen da er meinte dass ich sonst später Probleme deshalb kriegen könnte, z.b. Schwierigkeiten schwanger zu werden. Das mit den lichten Haaren fing dann auch an. Nun kann ich nicht mit Gewissheit sagen, dass die Pille daran Schuld war, es kann auch einfach an der Pubertät gelegen haben, aber jedenfalls ging es damals los. Es wurde von Jahr zu Jahr schlimmer, ich fing an mich nicht mehr zu trauen die Haare offen zu tragen. Inzwischen verlasse ich das Haus nur noch wenn ich einen strengen Pferdeschwanz trage denn nur wenn die Haare dicht auf der Kopfhaut drauf liegen traue ich mich überhaupt aus dem Haus... Sobald die Haare "luftig" sind kann man unglaublich stark auf die Kopfhaut gucken. Die lichten Haare hatte ich immer direkt am Haaransatz. Im April habe ich mich nach Absprache mit meiner Frauenärztin dazu entschlossen die Pille abzusetzen weil ich gehofft habe dass es mir ohne besser geht. Tatsächlich habe ich mit meiner Menstruation gar keine Probleme, sie kommt sehr pünktlich, insofern bin ich eigentlich ohne Pille zufrieden. Die Haut ist allerdings gaaanz schlimm geworden, aber ganz ehrlich, die Akne ist mein geringstes Problem... Als ich die Pille abgesetzt habe bekam ich so starken Haarausfall wie noch nie in meinem Leben. Die Haare fielen mir ohne Scherz BÜSCHELWEISE aus!! Allein nach dem Haare waschen hatte ich einen riesigen Haarknäuel in der Hand. Fast genauso groß war das Haarknäuel VOR dem Haare waschen (Kämme die Haare vor dem Waschen immer durch damit sie weniger Knoten)... Es war so schlimm dass ich nur noch geheult habe... Tja... inzwischen hat der Haarausfall Gott sei Dank wieder aufgehört, war halt wohl die Hormonumstellung... Allerdings habe ich jetzt noch viel weniger Haare auf dem Kopf als vorher. Hatte ich vorher "nur" am Vorderkopf lichtetes Haar, so sind jetzt auch die Seiten vorne betroffen und auch allgemein sind die Haare noch lichter geworden... Ich weiß echt nicht mehr weiter, ich würde am liebsten gar nicht mehr aus dem Haus gehen. Selbst mein strenger Pferdeschwanz kann die lichten Haare nicht mehr verbergen, die Haare sehen immer strähinig aus, weil die Kopfhaut überall durchguckt T.T

Ich weiß einfach nicht mehr was ich machen soll. Ich war vor kurzem erst beim Hautarzt deswegen. Der meinte nur nach einem flüchtigen Blick auf meinen Kopf dass es erblich bedingter Haarausfall sei, weil die lichten Stellen am Ansatz sind, und sagte mir nur dass man da überhaupt nichts dagegen machen kann... Das möchte ich aber nicht so auf mir sitzen lassen! Ich habe ihn gebeten Bluttests zu machen damit ich ausschließen kann dass es vielleicht sogar ein Nährstoffmangel ist der den Haarverlust verursacht, aber er hat sich geweigert dagegen und meinte eine Blutuntersuchung würde nichts bringen und so etwas gäbe es auch gar nicht für die Haare...

Schilddrüse habe ich vor über einem Jahr mal testen lassen, da nahm ich noch die Pille. Da kam raus dass mit der Schilddrüse alles ok ist.

Ich nehme jetzt seit etwas mehr als einem Monat Biotin 10mg für die Haare... ich merke davon

nur dass meine Nägel bombenfest geworden sind, aber an den Haaren merke ich nichts.. Na gut nicht ganz nichts, sie glänzen mehr, aber ganz ehrlich, dass sie glänzen nützt mir auch nichts wenn ich kaum noch welche auf dem Kopf hab...

Übrigens habe ich ständig Probleme mit der Kopfhaut, vielleicht liegt da ja die Ursache drin? Sie ist so unglaublich trocken, ständig juckt sie. Ganz oft ist sie total verschuppt, selbst direkt nach dem Haare waschen ist die Kopfhaut total verschuppt... Immer wieder mal entzünden sich auch die Haarwurzeln vorne am Ansatz, das geht dann nach ner Weile wieder weg, bis es irgendwann wieder kommt.. Vor zwei Tagen erst bemerkte ich beim Haare kämmen plötzlich dass meine Kopfhaut blutet, da blutete dann eine Haarwurzel. Obwohl ich nur sanft gebürstet hab. Habe schon die verschiedensten Shampoos probiert, aber das Problem habe ich schon seit Jahren... Ich benutze ein Shampoo ohne Silikone, aber es scheint keinen Unterschied zu machen...

Bitte gebt mir doch Rat was ich noch machen könnte. Ich bin so verzweifelt, ich kann langsam wirklich nicht mehr. Niemand scheint zu verstehen wie sehr mich das belastet! Ich fühle mich so unglaublich unattraktiv. Es gibt Omas die haben volleres Haar als ich!! (z.b. meine Oma..) Schlimm genug dass es so ist wie es ist aber dann ist auch noch ständig die Angst da dass es mit der Zeit NOCH schlimmer wird, denn so geht es ja schon seit Jahren. Von Jahr zu Jahr werden die Haare lichter, ich habe solche Angst dass ich bald wirklich mit Glatze da stehe!!

Manchmal sehe ich wie Leute Fotos von ihren Haaren in Foren posten und ganz verzweifelt sind weil sie finden sie haben so lichtetes Haar... und ich kann immer nur denken oh man, ich wäre so unglaublich glücklich wenn ich eure Haare hätte!!

File Attachments

1) [DSC03333.JPG](#), downloaded 16717 times

