

---

Subject: Geht es euch auch so? Psychische Belastung

Posted by [Lilly29](#) on Fri, 19 Apr 2013 13:10:23 GMT

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

---

Hallo Ihr Lieben,

so, jetzt muss ich auch mal ein paar Worte loswerden. Lese schon länger stillschweigend mit und jetzt möchte ich euch mal erzählen wie es mir so geht und wissen, ob ich Gleichgesinnte finde. : )

Ich leide jetzt seit 3 Jahren an Haarausfall. Diffus. Ursache unbekannt! War ja klar ; ) Wer weiß das hier schon genau? Ja, ich habe noch Haare auf dem Kopf ABER sie werden immer dünner und weniger und flusiger..... Ich sehe natürlich den Unterschied, meine Umgebung nicht und sagt es sei doch alles wie immer! Nein, das ist es nicht. Ein Arzt hat mal gesagt (Viele weise Worte wie ich finde): "Es geht nicht darum, OB einem Haare ausfallen (das ist ja bei jedem so), sondern ob plötzlich, unerklärlich und von Dauer verstärkt MEHR Haare als sonst ausfallen!" Er spricht mir aus der Seele muss ich sagen. Denn diverse Floskeln wie: "Du hast doch noch Haare auf dem Kopf, Man sieht doch noch nichts, andere haben auch dünne Haare." Kann ich einfach nicht mehr hören!! Denn ich bin die einzige die wirklich den Unterschied merkt, spürt, sieht, fühlt... und das JEDEN Tag.

Mich macht es einfach ziemlich fertig die Unterschiede zu früher zu bemerken. Bzw. wie ich auch mein Verhalten verändere. Hier ein paar Beispiele:

Wind, Regen ein wahres Grauen für mich. Denn es könnte ja auffallen oder die Haare könnten dadurch geklätscht am Kopf liegen.

Schwimmen gehen / Sauna: Nur mit viel Überwindung.

Einfach mal durch die Haare gehen. >No-Go. Ich finde das Gefühl schrecklich und danach liegen die Haare dann nicht mehr, da sie auch keine Fülle bzw. Schwere mehr haben und dadurch so stehen bleiben wie ich sie mit meinen Fingern verlassen habe. Wisst ihr was ich meine?

Stylen / Haare fönen / waschen: Der schlimmste Teil des Tages!

Morgens aufwachen und die Haare aufm Kissen sehen. Ich zähle sie fast unbewusst und könnte brechen...

Frisörbesuche sind auch keine Freude mehr.

Wenn ich auf ne Feier in 2 Monaten eingeladen werden, denke ich sofort: Und wie sehen meine Haare dann aus. Sind die lichter? Sitzen die dann überhaupt noch?

Mützen gehen nicht, sobald ich sie nämlich ausziehe, sehe ich aus wie ein Zubbel!

Morgens Haare nicht waschen geht nicht. Ich sehe dann auch wie ein laufender Wischmopp. Weil die Haare so dünn sind stehen sie in alle Richtungen ab. Sie haben halt kein Gewicht mehr.

Wenn mein Freund mir durch die Haare gehen will....unbewusst zucke ich zurück. (Er weiß es und findet es nicht schlimm) aber ich schäme mich. Ich weiß ich kann nichts dafür, aber ich bin halt alles andere als stolz darauf.

Und dann immer noch die Frage: Wann hört es auf? Und hört es überhaupt auf?  
Ich denke mir dann oft: Dann fällt doch einfach alle auf einmal aus! Dann ist es endlich vorbei und ich kann weiterschauen (Perücke)! Aber das was jetzt auf meinem Kopf ist, ist so schwer auszuhalten, da es nichts halbes und nichts ganzes ist!

Ich möchte jetzt hier nicht unbedingt große Tipps (wenn doch, nehme ich sie gerne an : )  
sonder viel lieber würde ich von euch hören, ob es euch auch so oder so ähnlich geht?

---