
Subject: Bilder : Was denkt ihr von meinem HA?

Posted by [lona147](#) on Thu, 30 May 2013 20:18:45 GMT

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

Ich habe hier schon öfters etwas geschrieben, aber noch keine Bilder hochgeladen.

Mein HA begann nach einem sehr starken Gewichtsverlust Resultat: diverse Nährstoffmangel und eine Eisenmangelanämie. Haare sind nach einem Jahr wieder gut nachgewachsen aber eben nicht so wie in meiner Kindheit damals (sehr füllig und vieeeeel).

Nun besteht die Eisenmangelanämie schon wieder, weil mir damals nicht klar war, dass man bei einer Anämie öfters kontrollieren sollte. Dazu kam noch enormer Stress hinzu, aufgrund meines Abiturs letzten Jahres. Außerdem habe ich einen starken Vitamin D Mangel diagnostiziert bekommen. Da die Anämie länger besteht, hatte ich also knapp 2Jahre lang vermehrten HA dem ich keine Beachtung schenkte, bis meine Haare dünn, spröde und sehr trocken wurden und die Längen durchsichtig. Und eben diese starken Lichtungen auf dem Kopf. Habe gar kein Volumen mehr an den Seiten des Kopfes. Fühlt sich an als wär da nix. Die Fotos sind vom November 2012. Mittlerweile sieht es wieder besser aus, da ich nichts unversucht lassen wollte und Regaine benutzt habe. Aber immernoch HA weil Mängel sind noch nicht behoben!!!

Was meint ihr ? Sind die Lichtungen jetzt AGA? Ich hatte halt nie HA aus heiterem Himmel, es gab immer einen körperlichen Grund dafür.

Meine Hormon Werte lasse ich noch testen.

Meine Auslöser Faktoren für den HA nochmal zusammen gefasst:

- Eisenmangelanämie (Wert unter 15)
 - Vitamin D Mangel (Wert lag bei 9 , Referenzbereich ist 30-50)
 - enormer Stress, nicht nur schulisch sondern auch seelisch
 - schlechte, einseitige Ernährung
-