
Subject: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?

Posted by [lista](#) on Thu, 03 Jul 2014 14:28:01 GMT

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

Hallo zusammen,

ich bin noch sehr neu hier, habe aber bereits in einem anderen Thread über meinen Haarausfall geschrieben.

Seit ca. 4 Wochen fallen mir die Haare sehr stark aus. Habe eine große kahle Stelle seitlich über dem linken Ohr und auf der rechten Seite eine die etwas kleiner ist. Hausarzt, Hautärztin und Frisör meinten, dass das von dem starken seelischen Stress kommen würde, den ich im Februar/März hatte.

Habe sofort mit allen bekannten Mittelchen angefangen, als ich den Haarausfall bemerkt habe (Priorin, Zink, Kieselerde, Biotin)

Bionda (ein Mitglied hier aus diesem Forum) hat mir gestern alles sehr ausführlich erklärt und mir Mut gemacht.

Heute morgen beim frisieren habe ich nun eine weitere kahle Stelle gefunden. Leider ist diese direkt am Oberkopf und ich werde sie nicht so gut verdecken können, wie die Stellen neben an den Seiten. Vor allem dann nicht, wenn sie noch größer wird.

Ich bin nun doch am zweifeln, ob die Ärzte und der Frisör recht haben, dass es angeblich KEIN kreisrunder Haarausfall ist. Bisher hatten die immer vom diffusen Haarausfall gesprochen.

Ich bin gerade ziemlich mit meinen Nerven am Boden. Ich habe heute schon so viel weinen müssen und habe echt Angst vor den kommenden Wochen, da bei mir die Haare nach wie vor noch extrem weiter ausfallen.

Wie geht ihr mit eurem Haarausfall um?? Ich weiß, dass es nicht gut ist, sich deswegen verrückt zu machen und man dadurch in einen bösen Kreislauf rutschen kann, bei dem dann die Ängste und Sorgen bezügl. des Haarausfalls weitere Haare rieseln lassen.

Aber wie geht man damit um? Ich habe so Angst, dass ich noch mehr kahle Stellen bekomme, eventl. vielleicht auch bald gar keine Haare mehr habe.

Was ist, wenn die Stellen für alle und jeden deutlich sichtbar werden?

Ich arbeite in einem Kindergarten und darf gar nicht daran denken, wenn die Kinder dann ständig Fragen stellen.

Habt ihr Perücken, so dass man euren Haarausfall nicht mehr sieht? Muss man die lange vorher beantragen oder gehe ich einfach in einen Laden und such mir eine aus, die meiner jetzigen Frisur und Haarfarbe am ähnlichsten ist?

Ich will nicht erst anfangen nach einer Perücke zu suchen, wenn ich mich eigentlich schon nicht mehr auf die Straße traue.

Auf keinen Fall will ich mit irgendwelchen Tüchern auf dem Kopf durch die Gegend laufen.

Ersten denken dann alle, dass ich schlimm krank bin und zweitens steht mir so was überhaupt nicht. Habe auch im Winter nie Mützen auf.

Auch wenn es sich vielleicht jetzt doof anhört, mir ist das alles soooo peinlich.

Bis auf meinen Mann und meine Kinder, weiß es bisher noch niemand.

Meine Familie hat damit überhaupt keine Probleme Ganz im Gegenteil. Sie versuchen mich zu trösten, aufzubauen und mir Mut zuzusprechen. Aber ich fühl mich gerade so unweiblich und unattraktiv.

Wie geht ihr damit um? Geht/ging es euch ähnlich wie mir?

Vielleicht habt ihr ja ein paar Tipps für mich.

Schon mal jetzt ganz, ganz lieben Dank im Voraus!!

Liebe Grüße
Lista
