
Subject: Haarausfall (vermutlich) durch Eisenmangel - wird es je besser?

Posted by [HumanSpirit](#) on Fri, 14 Nov 2014 18:20:07 GMT

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

Hallo, ich bin 25 und leide seit etwa einem Jahr an Haarausfall. Am Anfang dachte ich mir nicht viel dabei, gehen einem halt mal mehr Haare aus, kein großes Drama.... Als es dann jedoch immer schlimmer wurde bekam ich ein sehr ungutes Gefühl.

Irgendwann fing man dann auch an es zu sehen. Plötzlich kann man das Gummiband für den Zopf viel öfter drum rum wickeln und so Sachen. Ich hab ja ehrlich gesagt lange zugeschaut bevor ich einen Arzt aufgesucht habe, denn ich dachte mir die nehmen mich doch sicher nicht ernst, da es noch nicht so extrem auffallend war.

Hab dann zu googlen begonnen und festgestellt das Eisenmangel Haarausfall verursachen kann. Hatte ich ja schon öfters, bzw. jedes mal wenn wegen irgendwas ein Blutbild gemacht wurde, konnte ich sicher sein auch ein Rezept für Eisentabletten mitzubekommen weil es doch weit unten ist. Dann war ziemlich schnell klar, dass höchstwahrscheinlich das das Problem ist.

Ich ging dann also im Juli erstmals zum Arzt als ich an dem "ich mag nicht mehr"-Punkt angekommen war weil das Haar schon so dünn war, das man den extremen Haarausfall nicht mehr abstreiten konnte. Nach einem Blutbild bestätigte sich auch mein Verdacht mit dem Eisen. Ferritin bei 14. Zink war auch etwas weit unten.

Hat mich ehrlich gesagt richtig glücklich gemacht weil ich dachte "Juhu Problem gefunden, kann man lösen, bald ist alles wieder normal". Na hab ich mich da ja mal fett getäuscht. Ich bekam dann zweimal eine Eiseninfusion bei meiner Ärztin (mit Zink mit drinnen), die meinte damit wäre der Speicher erstmal sicher wieder aufgefüllt und ich würde sicher bald eine Verbesserung merken. Zusätzlich meinte sie noch ich soll Eisentabletten nehmen die Woche in der ich meine Regel habe damit der Speicher nicht wieder runter geht. Gut so weit.

Ich geh also mit gutem Gefühl nach Hause und warte auf die Besserung....vergebens. Ich warte und warte und warte. Nichts tut sich und mein Haar wird lichter und lichter und meine Möglichkeiten es zu vertuschen schwinden und schwinden

Also bin ich September wieder hin da ich keine Besserung hatte und hab um ein erneutes Blutbild gebeten um zu schauen ob das Eisen denn nun eh nicht immer noch unten ist. Ergebnis war nicht so toll. Ferritin bei 35. Also zwar besser aber längst nicht so viel. Also erneut eine Infusion.

Meine Ärztin ist auch nicht gerade einführend diesbezüglich, als ich sagte ich bin wieder hier weil mein Haar schlimmer und schlimmer wird hat sie nur genervt gemeint "naja kann ja auch hormonell sein". Ich bin generell nicht so zufrieden mit ihr, sie wollte mir die Eiseninfusionen schon geben bevor ich überhaupt ein Blutbild gemacht habe, was ich ja nicht so toll fand (woher will sie schließlich wissen, dass es daran liegt nur weil ich es vermute? Außerdem hat man doch dann auch keinen "realen" Ausgangswert mehr wenn man erst ein BB nach so einer Infusion macht).

Wie man sich denken kann merke ich erneut nicht wirklich Besserung Ich habe langsam Angst, dass es gar nicht an dem Eisen liegt, sondern irgendetwas anderes. Dann lese ich wiederrum,

dass HA bei Eisenmangel eine Sache der Geduld ist bis Besserung zu sehen ist.

Was allerdings interessant ist, beide male nach der Eiseninfusion (ca. 3 Wochen später) merken ich eine Besserung des Ausfalles, allerdings nur wenns gut hergeht 1 Woche lang und dann ist alles wieder wie gehabt. Beim ersten Mal dachte ich an Zufall oder dass es mir vielleicht nur so vorkam, aber beim zweiten mal nun war es auch wieder so.

Nur langsam bin ich am Ende mit den Nerven. Meine Haare sind so dünn, dass ich nichts mehr machen kann damit. Ich kann keinen Zopf mehr machen, da man mehr Kopfhaut als Haare sieht auf den Seiten, mal abgesehen von der Haarmenge im Zopf (kennt ihr die Haarringerl die so dünn sind wie die ganz dünnen Gummiringerl? Jop, genau die verwende ich mittlerweile für ALL meine Haare). Dann schmerzt mir die Kopfhaut auch richtig danach, egal wie locker ich ihn trage, weil eben alle Last nur an den wenigen übrigen Haaren zieht. Offen tragen ist auch nicht das Wahre. Da hängen halt an beiden Seiten nur mehr mehr oder weniger zwei Strähnen runter. Ich bin am verzweifeln.

Wenn zumindest neue Haare nachwachsen würde, aber nope, nicht mal ansatzweise der Fall. Es fällt nur aus und aus und aus. Bin mittlerweile denke ich bei weniger als 1/4 meiner ursprünglichen Haarmenge angelangt. Haarclips sollten meine Rettung sein, stellt sich allerdings heraus meine übrigen Haare reichen nicht aus um die Clips zu bedecken bzw. die Haarteile überhaupt feststecken zu können.

Ich weis einfach nicht mehr weiter
