

---

Subject: Vitamine Haarausfall

Posted by [Dornröschen](#) on Tue, 06 Oct 2015 05:59:46 GMT

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

---

Hey ihr Lieben,

ich habe letztens einen schlimmen Artikel gelesen und zwar soll man wohl auch Haarausfall begünstigen, wenn man einen zu strengen Dutt trägt! Ich trage die sowieso nur mittellang (dann fallen die wenigen Haaren nicht so auf..), aber für alle anderen: vielleicht nicht die Zöpfe zu eng tragen

Auf jeden Fall war ich schon bei ein paar Hautärzten wegen meinem Haarausfall und ich habe Haarausfall, weil ich Vitaminmangel habe Habe mir Blut abnehmen lassen und da wurden dann einige Vitaminmängel festgestellt.. Ich habe viele Vitamintabletten bekommen, mich aber aus Neugier auch im Internet eingelesen, was man da noch alles machen kann (ich hab keine Lust noch mehr Haare zu verlieren... Auf jeden Fall bin ich auf <http://aminosäure.org/haarausfall/> gestoßen, da steht das sehr wissenschaftlich beschrieben drin, welchen Zusammenhang es zwischen den Vitaminen und dem Haarausfall gibt. Vielleicht was Neues für den ein oder anderen?

Also mir hat es geholfen und ich bin erleichtert, dass ich auch aktiv was für meine Haare machen kann

Liebe Grüße!

---