
Subject: Leise rieselt das Haar ...

Posted by [Zudel_91](#) on Wed, 02 May 2018 09:08:55 GMT

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

Hallo liebe Leidensgenossinnen.

Nachdem ich schon länger hier mitlese und immer wieder überlege, ob ich mich mit meinem haarigen Problem diesem Forum anschlieÙe, ist der Entschluss nun gefallen.

Kurz zu mir: Meine Name ist Linda, ich bin 26 Jahre alt und komme aus Thüringen. Ich habe keine Kinder, aber einen festen Freund.

Wenn ich so zurückdenke, habe ich schon mit 17 Jahren ein lichtetes Pony gehabt. Irgendwann in diesem Zeitraum ist mir bei jeder Haarwäsche Unmengen an Haaren ausgefallen.

Währenddessen hatte ich immer mal ein mulmiges Gefühl, was aber schnell wieder verging und ich hab mir nie weiter Gedanken drüber gemacht.

Meine Haare habe ich immer schön zurecht gekämmt und mit Haarspray fixiert bis diese durchschimmernde Kopfhaut im Frontbereich versteckt war. Das ging viele Jahre so weiter. Vor ca. 4 Jahren kam der Schock so richtig, als ich in meiner jetzigen Arbeit in den Spiegel schaute und die Sonne durch das Fenster direkt auf meine Stirn knallte. Ich sah die komplette Kopfhaut durch!

Ich ging zu einem Hautarzt in der Nähe, dieser meinte, es handle sich um diffusen Haarausfall und schickte mich zu meiner Hausärztin zur Blutabnahme. Gesagt getan. Es stellte sich eine Schilddrüsenunterfunktion und ein Eisenmangel heraus. Beides habe ich mit Medikamenten und Nahrungsergänzungsmitteln gut in den Griff bekommen. Beide Werte liegen seit 2 Jahren laut Hausärztin wieder im Normalbereich. Doch keine Veränderung war auf dem Kopf zu sehen.

Zurück zum Hautarzt. Dieser meinte, er könne nichts machen und ich muss damit leben. Toll! Zur nächsten Hautärztin gerannt. Selbe Antwort. "Schneiden Sie sich die Haare kurz, dann wirkt es mehr." Sehr einfühlsam ... Sie empfahl mir Regaine. Seitdem habe ich sehr viel darüber gelesen und wusste nicht recht, ob ich es ohne richtige Diagnose versuchen sollte.

Diesen Montag war ich bei einer entfernteren Hautärztin die im Internet sehr gute Bewertungen hatte. Mit großer Hoffnung ging ich dort hin und bekam als Antwort: "Da kann ich Ihnen nicht helfen. Leben Sie damit und machen Sie sich nicht so viel Stress. Probieren Sie es eventuell mit Regaine." Danke, für nichts!

Ums kurz zu machen:

Mein Scheitel sowie der Frontbereich dünnt zunehmend aus. Als ich mal eine Woche gezählt habe, wieviele Haare meinen Kopf verlassen, kam ich im Durchschnitt auf 130 Jahre. Nicht übermäßig viele, wenn aber kaum welche nachkommen, sieht das in paar Jahren nicht besser aus.

Ich nehme die Pille (Velafee), Schilddrüsenhormone (hab da grad den Namen nicht, 1x täglich), Eisentabletten (Ferro Sanol 100mg, 2x in der Woche) und ab und zu Biotin. Zudem nehme ich derzeit noch Psychopharmaka, weiß aber nicht ob das beim Haarausfall eine Rolle spielt.

Haarpflegeprodukte verwende ich seit Langem schon nur noch Naturkosmetik, keine

Haarstylingprodukte, kein Färben, nichts.

Tja, soviel zu "kurz" zu mir. Hoffe, ich hab nichts vergessen
In diesem Thread möchte ich euch einfach ein bisschen berichten, was ich gegen meinen
Haarausfall mache und würde gerne auch von euren Tipps und Erfahrungen lesen.
Gerne kann ich mal Bilder meines aktuellen Status reinstellen.

Seid alle lieb begrüßt
Zudel
