

---

Subject: Haarausfall-Tagebuch

Posted by [nickg](#) on Fri, 12 Apr 2019 07:50:34 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben

Ich hab mich nun dazu entschlossen, eine Art Tagebuch in diesem Forum zu führen, da ich mich echt blöde dabei vorkam, ständig neue Threads zu eröffnen für neue Fragen, ich aber gerne meine Frustration los werden möchte. Mir fallen ständig neue Fragen ein, und dazu ständig neu ein Thema zu eröffnen, ist doch etwas bescheuert :lol:

Mir geht es momentan extrem schlecht. Meine Haare sind nach dem letzten Waschen jetzt irgendwie noch viel dünner, sehen aus wie Spaghetti. Ich traue sie gar nicht erst anzufassen. Manchmal wünschte ich, ich hätte die Gesichtsform für eine Glatze, dann könnte ich mir einfach alles absäbeln; aber leider stehen mir keine Haarschnitte, bei denen die Haare kürzer als Kinnlänge sind :( (Ganz ehrlich, ich hab Angst, dass ich durch AGA so kurze Haare kriege, dass ich eh nur noch wie ne Vogelscheuche aussehen werde!)

Ich weiss, täglich viele Haare zu verlieren ist schrecklich, aber manchmal wünschte ich, mein HA würde sich so manifestieren. Zum einen scheinen dünner werdende Haare wirklich IMMER auf AGA hinzudeuten, und zum anderen weiss man, wenn es besser wird. Wie soll ich wissen, dass meine Haare sich bessern? Muss ich ständig zum Arzt rennen, damit er sie sich näher ansehen kann? Und ausserdem kann ich mir so manchmal einbilden, es sieht weniger schlimm aus, nur um dann festzustellen, dass ich falsch liege. Haare, die einfach dünner werden, sind einfach schrecklich :(

Ich bin einfach andauernd so traurig, weil wirklich absolut NIEMAND in meiner Familie Haarprobleme hat. Mein Opa hatte eine Halbglatte und mein Onkel hat eher wenig Haare (aber auf dem ganzen Kopf, sie sind halt einfach nicht lang), aber sowohl von väterlicher als auch mütterlicher Seite haben alle dicke und viele Haare. Hatte ich auch bis vor fünf Monaten. Wieso also trifft es ausgerechnet mich? Mein Bruder hat mir letztens sogar mitgeteilt, dass es ihm egal wäre, wenn er AGA hätte, weil ihm seine Haare absolut nicht wichtig sind. Klasse, können wir nicht einfach tauschen??

Vor ein paar Wochen war ich noch optimistisch, dass es vielleicht nicht AGA ist, aber je mehr ich darüber lese - auch hier im Forum -, desto klarer ist die Diagnose für mich. Es passt nämlich, abgesehen von meiner Ausdünnung der Augenbrauen und dem Ausfall von Wimpern, wirklich alles. Trotzdem hab ich einen Termin bei einem Endo gemacht für einen Hormonstatus - lieber alles abklären lassen, oder? Den hab ich jetzt in sechs Wochen. \*fingers crossed\*

Am liebsten würde ich Minox als Schaum probieren, aber ich traue mich nicht so recht. Auf die Lösung habe ich nicht so gut reagiert - hab davon Schwindel bekommen, und mein Kopf fühlte sich so komisch leer an (ich frag mich mittlerweile allerdings, ob ich mir hier nur etwas eingebildet habe? Davon hab ich nämlich noch nie was gehört, und übertrieben gerötet war meine Kopfhaut auch nicht. Juckreiz hatte ich manchmal, aber nie wirklich stark. Schuppen bekam ich, wenn ich mich richtig erinnere). Aber mir wurde empfohlen, den Schaum mal auszuprobieren. Nur hab ich ziemlich wahrscheinlich auch ein seb. Ekzem (Juckreiz, gelbliche Schuppen) - ist es da

überhaupt schlau, Minox zu brauchen? Ich hab bisher im Forum noch nicht so viel darüber gefunden. Ich habe einen Thread gefunden, in dem eine Userin erwähnte, es würde nichts machen, aber ich hab trotzdem Angst, Dinge nur zu verschlimmern! Kennt sich da jemand aus?

Ansonsten tu ich, vor allem im Vergleich zu anderen hier im Forum, nicht sonderlich viel. Ich hab wieder angefangen mit Eisentabletten, weil jemand meinte, mein Ferritinwert könnte schon ein bisschen höher sein (laut Jenny Latz braucht man ja einen Ferritinwert von mind. 40 für die Haare, und meiner ist darüber, aber kann doch trotzdem nicht schaden, oder?). Ansonsten:

- Vitamin D-Tropfen seit ca. 2 Monaten täglich (vergess sie allerdings ständig, einzunehmen, also ist es wahrscheinlich nicht durchgehend 2 Monate)
- ich hab letztens einen grossen Bluttest machen lassen, da sind noch Darmprobleme rausgekommen (zu wenig gute Bakterien, mach jetzt eine Kur dafür) + KPU, wofür ich täglich Pillen schlucke. Ausserdem nehm ich noch Vitamin B12 und B6 (glaube ich? Na, ein paar Vitamin B's), weil mein Körper eventuell sie nie richtig verarbeitet, auch wenn mein Blutbild an sich nichts anzeigte

Ich würde liebend gerne Regaine wieder brauchen. Ich weiss, viele mögen Minox nicht, aber bei vielen wirkt es doch. Und auch wenn es nur für ein paar Jahre wirken würde, wären das wenigstens ein paar Jahre, in denen ich Ruhe hätte. Natürlich, wenn ich tatsächlich FFA hab (was ich nicht hoffe, auch wenn manche Dinge, wie Augenbrauen, darauf zeigen), wird es eh nicht wirken. Dann kann ich genauso gut meine Haare gute Nacht küssen :(

Entschuldigt den Monster-Thread. Ich glaub, ich bin unfähig, wenig zu schreiben :roll:

Liebste Grüsse  
Nick