
Subject: Meine Haar-Geschichte + Blutwerte
Posted by [Josie29](#) on Thu, 03 Aug 2006 12:47:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo alle zusammen,

ich hab bis jetzt in dem Forum nur still mitgelesen, bin aber jetzt grad wirklich am Verzweifeln und habe mich deswegen angemeldet.

Ich bin 29 Jahre alt und seit ca. zwei Monaten hab ich Haarausfall. Ich möchte vorausschicken, dass ich ab Januar eine Diät gemacht habe und 15kg damit abgenommen habe. Ich bin eh niemand, der sich großartig gesund ernährt, und bei der Diät hab ich die Nahrungszufuhr deutlich eingeschränkt (aber nicht gehungert).

Nun fallen mir seit 2 Monaten die Haare aus wie verrückt...ich hab sie nicht gezählt (dann würde ich wahrscheinlich ausflippen), aber am Waschtage sind es echt viele. An einem normalen Tag könnten es schon unter 100 sein.
Ich hab mich früher nie um mein Haar gekümmert, deswegen kann ich nicht wirklich beurteilen, ob es weniger geworden ist, aber mir kommt es schon so vor, ganz besonders an den Seiten. Wenn ich das Haar da ein wenig zur Seite schiebe oder ganz straff hochstecke, dann sieht man schon ein wenig die Kopfhaut an den Seiten durch.

Ich war letzte Woche beim Endokrinologen und hab einen Bluttest machen lassen. Ich warte noch auf die schriftlichen Ergebnisse, aber mündlich hab ich folgendes gesagt gekriegt:

Biotin = gut, über 600
B12 = im unteren Bereich, aber ausreichend
Androgene = sehr niedrig (ich nehme die Valette)
Hämoglobin = 14
Ferritin = 43
Zink = 14
Selen = gut
Schilddrüse ist in Ordnung (obwohl Größe grenzwertig)

Ich möchte auch anmerken, dass ich seit meinem 16. Lebensjahr die Diane genommen habe und erst vor ca. 2 Jahren auf die Valette umgestiegen bin.

Der Endokrinologe konnte mir nicht sagen, was es ist und das wars...keine Tips für Weiterbehandlung, nichts.
Ich hab jetzt nächste Woche einen Termin beim Frauenarzt und dann noch einen beim Hautarzt.

Folgendes nehme ich zur Zeit:
Biotin (5mg Nat. DM)
Silicea-Kapseln
Zink-Plus-Kapseln
Normale Vitamine
Eisen (Ferro irgendwas)

Trotzdem hilft es nichts...ich bin am Überlegen, ob ich mir Pantovigar oder ähnliches zulege, bin aber noch am zweifeln.

Geh ich recht in der Annahme, dass es sich um diffusen Haarausfall handelt?

Ich wäre für jeden Tip dankbar...vielleicht fällt Euch ja irgendwas auf, was ich übersehe oder wo ich noch nachforschen könnte. Ich hab das Forum jetzt aufmerksam durchgelesen und weiß schon einiges, aber ich bin einfach total HILFLOS. Ich krieg Panik, wenn ich meinen Kopf ansehe oder mir durch die Haare fahre...es ist einfach nur schrecklich!

Ich mag mir auch schon gar nicht mehr die Haare waschen...ich benutze übrigens ein Shampoo von Aveda, das speziell für Kopfhautprobleme gemacht ist (falls es daran liegen sollte).

Vielleicht kann mir auch jemand von Euch einen guten Arzt in München sagen, der sich wirklich um den Haarausfall kümmern könnte und mich nicht einfach so abfertigt?

Ich danke Euch!

Verzweifelte Grüße,
Josie
