

---

Subject: diffuser haarausfall

Posted by [morekava](#) on Sun, 01 Oct 2006 16:17:54 GMT

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

---

Hallo,

ich bin 27 Jahre. Lebe seit 8 Jahren vegetarisch und hatte vor ca. 2 Jahren angefangen mich vegan zu ernähren.

Mittlerweile esse ich wieder vegetarisch, da ich Bedenken hatte, dass mein Haarausfall aufgrund meiner Ernährung besteht.

Ich kann auch nur sehr schwer schätzen, seit wann der Haarausfall besteht.

Sehr schlimm ist es seit ca. 4 Monaten.

Angefangen hat er schätzungsweise vor 1-2 Jahren!?

Auf jeden Fall hatte ich Anfang des Jahres (23.02.06) eine leichte Anämie:

Hämoglobin 7,5 mmol/l (7,6-9,5)

Hämatokrit 0.37 (0.37-0.47)

Erythrozyten 3.85 Tpt/l (4.1-5.1)

Thrombozyten 105 Gpt/l (100-400)

Seit diesem Zeitpunkt nehme ich Eisen (anfangs Kräuterblut, mittlerweile Ferro Sanol Duodenal 3x täglich 1 Kapsel).

Momentan haben sich meine Werte wie folgt erholt:

Hämoglobin 8.8 mmol/l

Hämatokrit 0.43

Thrombozyten 239 Gpt/l

Erythrozyten 4.49 Tpt/l

Eisen 20.9 µmol/l (8.8-27.0)

Ferritin 38.0 µg/l (20-120µg/l)

Kann mir jemand sagen, ab wann sich der Haarausfall reguliert?

Muss ich lediglich den Normwert (Ferritin: ca. 70.0 µg/l) erreichen oder merke ich erst eine Verbesserung, wenn ich den Normwert einige Zeit gehalten habe?

Des Weiteren habe ich am 26.07.06 erstmalig meine Schilddrüse untersuchen lassen:

TSH basal 4.290 mU/l (0.27-4.0)

FT4 15.6 pmol/l (11.0-24.0)

TPO-AK (MAK) 11.5 U/ml (<35)

TRAK < 1.00 IU/l (<1.5)

Seither nehme ich täglich 200 µg Kaliumjodid.

Meine SD-Werte haben sich mittlerweile auf:

TSH basal 1.64 mU/l

FT4 14.8 pmol/l

FT3 4.68 pmol/l

verringert.

Nun die gleiche Frage wie zum Ferritin-Wert:

Muss ich diesen Wert nun noch eine Weile halten, bis sich der Haarausfall einstellt (soweit dieser auf Schilddrüse und Eisenmangel beruht)?

Das ich die Werte natürlich auch nach Erreichen des Normwertes, der natürlich auch individuell variieren kann, weiterhin halten will, versteht sich von selbst!

Außerdem wollte ich wissen, ob die Einnahme von Jod ausreicht oder, ob ich auf Schilddrüsenhormone umsteigen sollte?

War letzte Woche auch bei einer Endokrinologin, die ein Ultraschall meiner SD gemacht hatte. Sie meinte es gebe keine Größenveränderungen, aber sie sehe unruhig aus (keine einheitliche Färbung).

Sie hat darufhin nochmals Blut abnehmen lassen und meinte, bei annormalen Werten müsste man eine Therapie beginnen und bei normalen Werten nicht.

Aber selbst wenn meine Werte normal ausfallen, habe ich doch Beschwerden: Haarausfall, leichte Gewichtszunahme, Antriebslosigkeit, Müdigkeit (kann locker 12 Stunden schlafen), Schluckbeschwerden.

Kann die Jodeinnahme das Ergebnis verfälschen?

Die Endokrinologin meinte, dass bei einer Unterfunktion eine Jodeinnahme nichts bringen würde!?

Bin morgen noch beim Nuklearmediziner, um meine Schilddrüse genauer unter die Lupe zu nehmen.

Ich hoffe ich habe in meinen Eisen- und SD-Werten den Übeltäter meines Haarausfalls gefunden, da ich vor der Diagnose "Androgenetische Alopezie" echt Schiss habe.

LG, Sandra!

---