

---

Subject: Zupftest

Posted by [Meal](#) on Tue, 27 Mar 2007 08:26:01 GMT

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

---

Habe mal eine Frage,  
habe schon mal einiges über diesen Zupftest gehört. Sollte man regelmäßig an den Haaren zupfen oder macht man sich damit selber nur noch verrückter? Sagt die Menge der ausgezupften Haare vielleicht etwas aus?

Meal

---

---

Subject: Re: Zupftest

Posted by [tina29](#) on Tue, 27 Mar 2007 08:39:14 GMT

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

---

hab ich ja noch nie gehört.  
ich würd mir beim haarwaschen ein sieb im abfluss für die haare legen, gibt es ja spezielle damits nicht verstopft.die haare die sich dann in dem sieg fangen beim haarewaschen eignen sich gut dann um sie nachzuzählen.

alles andere macht dich nur verrückt , meiner meinung nach!

---

---

Subject: Re: Zupftest

Posted by [Meal](#) on Tue, 27 Mar 2007 08:48:32 GMT

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

---

Zählst Du wirklich die Haare immer nach? Ich sehe immer nur meine div. Büschel oder ganz viele Haare. Ist es sicherer Buch darüber zu führen?

Danke

Meal

---

---

Subject: Re: Zupftest

Posted by [Padme](#) on Tue, 27 Mar 2007 08:49:35 GMT

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

---

tina29 schrieb am Die, 27 März 2007 10:39hab ich ja noch nie gehört.  
ich würd mir beim haarwaschen ein sieb im abfluss für die haare legen, gibt es ja spezielle damits nicht verstopft.die haare die sich dann in dem sieg fangen beim haarewaschen eignen sich gut dann um sie nachzuzählen.  
alles andere macht dich nur verrückt , meiner meinung nach!

---

Und das NICHT?

---

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [Karina](#) on Tue, 27 Mar 2007 08:51:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Padme schrieb am Die, 27 März 2007 10:49tina29 schrieb am Die, 27 März 2007 10:39hab ich ja noch nie gehört.  
ich würd mir beim haarwaschen ein sieb im abfluss für die haare legen, gibt es ja spezielle damits nicht verstopft.die haare die sich dann in dem sieg fangen beim haarewaschen eignen sich gut dann um sie nachzuzählen.  
alles andere macht dich nur verrückt , meiner meinung nach!

Und das NICHT?

DAS habe ich auch grad gedacht, Padme...

---

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [tina29](#) on Tue, 27 Mar 2007 09:23:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

jaja....in dem haarsieb!

nu wollen wir mal nicht päpstlicher sein als der papst!

---

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [jutta62](#) on Tue, 27 Mar 2007 09:25:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ein sogenannter "Zupftest" ist eine hautärztliche "Untersuchung", die auch abgerechnet wird. Es wird an den Haaren gezogen, um festzustellen wie leicht und ob welche zwischen den Fingern landen, dient möglicherweise auch der Objektivierung der vom Patienten geschilderten Probleme. Hatte auch mal einen, bin natürlich von Kopf bis Fuss frisch gewaschen zum Arzt, sprich hatte eben 850 Haare vom Kopf gespült.  
Ergebnis: "bei Palpation kein Effluvium provozierbar". Schon war ich Simulant.

Ein Sieb habe ich auch, bräuchte sonst dauernd den Klempner. Zählen tue ich auch, in der

---

Hoffnung auf Besserung, was meine Haargeschichte betrifft, ist es am Ende auch noch interessant.

Herzl. Gruss, Jutta

---

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [Padme](#) on Tue, 27 Mar 2007 09:28:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

tina29 schrieb am Die, 27 März 2007 11:23jaja....in dem haarsieb!

nu wollen wir mal nicht päpstlicher sein als der papst!

????

Verrückt macht man sich mit beidem wollte ich damit sagen. Wobei das Zupfen weniger Arbeit macht und schon einen groben Überblick verschafft, wie der Status ist.

@ Meal

Tagebuch führen in dem Sinne würde ich nicht, aber mal grob notieren, was sich auf dem Kopf tut. Dann lässt sich später besser nachvollziehen, welche Einflüsse positiv oder negativ auf den Haarstatus gewirkt haben könnten.

---

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [KamikaTzE](#) on Tue, 27 Mar 2007 09:50:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

haare im sieb nachzählen oder zupfen \*lol\* ist völlig überflüssig. man merkt auch so, ob man vermehrt haare verliert (z.b. beim kämmen oder haare aufm kopfkissen, oder wenn man sich einfach durch die haare fährt, was man ja häufig mal macht). abgesehen davon sagt ein vermehrter haarwechsel nicht zwangsläufig etwas über das anschlagen von nem's oder anderen dingen aus, da auch tausend andere faktoren den haarausfall verringern oder verstärken. am besten wäre wohl das regelmäßige kontrollieren der haardichte z.b. mittel digicam bei gleichen lichtverhältnissen (wie es im männerforum häufig gemacht wird). die haardichte ist nämlich das einzig ausschlaggebende und nicht die verlorene haarzahl. für diejenigen, die besonders wissenschaftlich vorgehen wollen wäre viell. auch ein trichoscan in regelmäßigen abständen sinnvoll, da hier z.b. auch der vellushaaranteil(also miniaturisierte haare) erfasst werden.

---

---

Subject: Re: Zupftest

Posted by [Padme](#) on Tue, 27 Mar 2007 10:00:51 GMT

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

---

KamiKaTzE schrieb am Die, 27 März 2007 11:50haare im sieb nachzählen oder zupfen \*lol\* ist völlig überflüssig. man merkt auch so, ob man vermehrt haare verliert (z.b. beim kämmen oder haare aufm kopfkissen, oder wenn man sich einfach durch die haare fährt, was man ja häufig mal macht). abgesehen davon sagt ein vermehrter haarwechsel nicht zwangsläufig etwas über das anschlagen von nem's oder anderen dingen aus, da auch tausend andere faktoren den haarausfall verringern oder verstärken. am besten wäre wohl das regelmäßige kontrollieren der haardichte z.b. mittel digicam bei gleichen lichtverhältnissen (wie es im männerforum häufig gemacht wird). die haardichte ist nämlich das einzig ausschlaggebende und nicht die verlorene haarzahl. für diejenigen, die besonders wissenschaftlich vorgehen wollen wäre viell. auch ein trichoscan in regelmäßigen abständen sinnvoll, da hier z.b. auch der vellushaaranteil(also miniaturisierte haare) erfasst werden.

Und inwieweit führt einen die Kontrolle der Dichte weiter?

---

---

Subject: Re: Zupftest

Posted by [tina29](#) on Tue, 27 Mar 2007 10:28:42 GMT

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

---

ich steh ja auch nicht wie ne irre morgens vorm abfluss und fisch meine haare aus dem sieb. aber man erkennt wenn man drauf achtet schon ob sich der haarausfall verliert oder mehr geworden ist.

auf dem kopfkissen zählen was an haaren verloren ging hab ich nie getan, seh da sowieso nicht soviel als wie beim haarewaschen.  
ist wohl bei jedem anders.

ich denke das sinnvollste wenn man eine objektive sache unbedingt haben will über seinen haarstatus, wie zuvor genannt das trichoscan und eine aufnahme mit der digicam.

alles andere macht jeder anders und das ist auch gut so, da gibts kein richtig oder falsch!

---

---

Subject: Re: Zupftest

Posted by [Meal](#) on Tue, 27 Mar 2007 10:38:35 GMT

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

---

Wer macht denn diesen Haarstatus und was sagt er aus? Wie lange ich vielleicht noch meine Haare habe?

Ab wann sollte ich mir denn Gedanken über eine Perücke machen, wo bekommt man diese und wie hoch sind die Kosten? Übernimmt die Kasse etwas?

---

Danke an Alle  
Meal

---

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [KamikaTzE](#) on Tue, 27 Mar 2007 10:50:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo meal,  
wie ich gerade gelesen habe, hast du aa. am besten, du schaust mal im aa-forum vorbei, da kann man gezielt auf deine fragen antworten. zupftest, trichoscan & co. machen da garkeinen sinn, weil die haarausfall-faktoren andere sind. bei aa hast du die gute chance einer spontanheilung, ich persönlich finde aa nicht so schlimm (habe selber ein paar kleine stellen und solange es "nur" das ist, is mir das auch wurscht).

perücke anfertigen lassen halte ich für eine sehr gute idee, da es manchmal sehr schnell gehen kann mit dem ausfall und dann ist es ein beruhigendes gefühl, gerüstet zu sein. die kk zahlen, soweit ich weiß was dazu, frag das am besten mal drüben.

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [Meal](#) on Tue, 27 Mar 2007 11:01:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke KamikaTzE

Meal

---

---

Subject: Re: Zupftest  
Posted by [Dogbert](#) on Tue, 27 Mar 2007 11:02:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke, Kamikatze. Ich wollte das auch gerade hier einwerfen, bevor man hier zwei völlig verschiedene Dinge durcheinanderbringt.

A. areata hat nichts mit dem schleichenden Haarausfall zu tun.

Mitten im Ausfallschub hilft erfahrungsgemäß nichts. Man kann ein bißchen präventiv gegensteuern, aber was bereits entzündet ist, fällt erstmal aus.

Gut, ob man A. areata / totalis / unversalis für nicht so schlimm hält, kann man drüber streiten. Im Endeffekt kann man jedoch sagen, daß die "schnelle" Glatze eher auszuhalten ist,

als ein schleichender Haarausfall ohne vernünftige Diagnose. Unangenehm wird es, wenn die Brauen, Nasenhaare und Wimpern ausfallen. In dem Fall kann man einen Schwerbehindertenausweis beantragen.

Zur Perücke:

Das hängt von der jeweiligen Krankenkasse ab, inwiefern Perücken noch bezuschußt werden. Die Techniker-Krankenkasse hatte zumindest lange Zeit die Perücke (allerdings Kunststoffhaar) zu 100% erstattet. Mittlerweile gibt es nach meinem Kenntnisstand nur noch Teilzuschüsse.

Ansonsten ist es tatsächlich so, daß Meal sich im "falschen" Forum aufhält. Das ist sicherlich nicht ihre Schuld, sondern die unklaren Forenbezeichnungen, die offenbar aus historischen Gründen beibehalten wurden.

---