
Subject: brauche DRINGENST eure hilfe!!!!!!

Posted by [toffi-fee](#) on Thu, 10 May 2007 12:45:15 GMT

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

also nachdem ich mir den ein oder anderen erfahrungsbericht durchgelesen habe bin ich einfach nur noch total verwirrt und durcheinander.

mein HA begann vorletztes jahr.ich war da gerade veganer also hat mir meine hausärztin wöchentlich vitamin b12 gespritzt (da mangel erscheinung).zeitgleich habe ich angefangen die pille zu nehmen (valette).nach einigen monaten hatte sich alles normalisiert und ich war überglücklich(meine haarstruktur hatte sich auhc nciht geändert)mit der vitamin b12 therapie habe ich aufgehört,da meine werte wieder o.k. waren udn ich nicht mehr veganer bin.im sommer letzen jahres ging es dann wieder los-schlimmer als zuvor!ich habe mine blutwerte checken lassen-alles o.k.dann habe ich meine schilddrüsenwerte checken lassen-auch alles o.k. danach war ich beim dermatologen und der meinte ich solle mal regaine probieren,da es so aussähe als wäre da mit meinen hormonen was nicht o.k.habe zu der zeit dann auch die pille gewechselt(von valette auf ergalea, die hat soweit ich weiss den selben wirkstoff wie die diane35).nach etwa vier monaten hat sich mein übermässiger haarausfall eingestellt.allerdings sind meine haare immer noch ausgedünnt am gesamten oberkopfbereich.und die struktur hat sich verändert.wenn ich mir meine haare durchkämmen ,dann sieht man in der bürste haare die von zwei verschiedenen personen stammen könnten-dicke dunkle haare und feine fast durchsichtige.meine haare sind auch ziemlich strohig und fetten schnell,was niemals der fall war. FRAGE:ist das ein zeichen dass regaine bei mir wirkt?soll ich es weiterhin benutzen (jetz schon 6 monate)

dachte mir,dass ich vielliecht doch nochmal nach meinen vit.b12 werten fragen sollte,woraufhin meine hausärztin meine "homozystiin-werte" (schreibt man das so??)gecheckt hat und meinte die seien sehr hoch.sie will mir aber nur ein präparat zum einnehmen geben,keine spritzen.ausserdem meinte sie,sie könne nicht garantieren,dass das was mit meinem HA zu tun hätte!

was soll ich machen???regaine weiterhin nehmen und hoffen das die ausgedünnten stellen wieder zuwachsen?nochmal nachhaken was mit den vit.b12 spritzen los ist???

BIN VÖLLIG VERZWEIFELT!!! bitte helft mir

liebe grüsse,
die toffi-fee

PS.:sorry das das hier soooo lang wurde

Subject: Re: brauche DRINGENST eure hilfe!!!!!!

Posted by [jutta62](#) on Thu, 10 May 2007 13:17:40 GMT

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

Hallo,

hattest du einen isolierten Vit. B12- Mangel?

Wurde ein Eisenstatus gemacht und Folsäure bestimmt ?

Kurzer Gruß, Jutta

Subject: Re: brauche DRINGENST eure hilfe!!!!!!
Posted by [Gaby](#) on Thu, 10 May 2007 13:30:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Toffi!

Herzlich Willkommen im Forum! Welches Regaine nimmst du? Das für Frauen (2%) oder das für Männer (5%)?. Wie oft am Tag trägst du wieviel ml davon auf? Und ganz wichtig: Hast du, nachdem der Haarausfall nach 6 Monaten (unter Regaine) besser wurde, angefangen mit dem Regaine nachlässiger zu werden, es gar nur noch unregelmässig benutzt?

"homozystiin-werte", hmmm, meinte sie vielleicht "Homocystein"? Vitamin B12 spielt in vielen Stoffwechselprozessen eine Rolle. So auch beim Umbau eines bestimmten Eiweißbausteins. Ist Vitamin B12 nicht in ausreichender Menge vorhanden, reichert sich ein Zwischenprodukt an, das so genannte Homocystein.

Subject: @jutta62
Posted by [toffi-fee](#) on Thu, 10 May 2007 15:13:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alos meine folsäure werte wurden auch bestimmt.mir felht angeblich folsäure und vitamin b12. kann das was mit meinen haaren zu tun haben?dachte irgendwie immer das wäre hormonell bei mir weil sie besonders am hinterkopf sehr licht sind. gott,ich habe so ne angst!!!!!!!!!!!!

Subject: Re: brauche DRINGENST eure hilfe!!!!!!
Posted by [toffi-fee](#) on Thu, 10 May 2007 15:17:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also cih nehme das regain für frauen (also 2%).habe mir gerade die haare gewaschen und in letzter zeit sowieso dasss gefühl dass "es" wieder losgeht.bin einfach total am ende.

ob ich es unregelmässiger genommen habe?hm...lässt sich schwer sagen.also am wocheende bin cih meistens bei meinem freund und da kann es schonmal vorkommen,dass ich es nur einmal am tag nehme.das kommt dann aber wie gesagt nur an den wochenenden vor.kann das schon so ne schlimme wirkung haben?

kann ich ,da mir das haar hauptsächlich am hinterkopf ausfällt,davon ausgehen dass mein HA hormonell bedingt ist?

vielliecht kennt ja jemand einen seite mit spezialisten wo ich mal ne haarsprechstunde machen könnte.mir wäre es wircklich wichtig endlich mal gewissheit zu kriegen,da mir kein artzt helfen

kann.bin wircklich verzweifelt (bin doch erst so jung.....)

lieben dank für die anworten

Subject: Re: @toffie-fee

Posted by [marie](#) on Thu, 10 May 2007 15:34:10 GMT

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

Hallo,

für mich hört sich das so an, als hättest Du noch keine vernünftige (Deine Probleme und Werte) erklärende Diagnose. Leider ist hier im Forum kaum mehr jemand in der Lage, Werte im Zusammenhang zu deuten. Für mich hört sich Deine jetzige Situation so an, als solltest Du Dich endokrinologisch gründlich durchchecken lassen. Hast Du die Informationen für Einsteiger von Angie und Claudit gelesen? Dort erfährst Du vieles über Krankheitsbilder und für deren Diagnose notwendige Untersuchungen.

Zum Beispiel könnte sinnvoll sein, bei Dir PCOS abzuklären. Erhöhtes Homocystein kann m.E. einer der Parameter (von vielen) sein, der dabei auftritt; ebenso natürlich andere Nährstoffmängel. Auch kann sich durch hormonelle Veränderungen natürlich die Talgproduktion erhöhen (fettige Haare wären dafür möglicherweise ein Indiz).

Hast Du denn Werte Deiner Sexualhormone? FSH und LH sollten m.E. zwischen dem 1. und 5. Zyklustag gemessen werden. Auch Schilddrüsenprobleme sind meist viel hintergründiger als es vielen Ärzten scheint. Auch dazu findest Du im Einstiegsthread wichtige Hinweise, was zu untersuchen ist.

Also, geh vielleicht erst einmal so vor, dass eine Diagnose gefunden wird. Das dauert erfahrungsgemäß ziemlich lange und kostet Nerven und erfordert manchmal auch mehrere Arztbesuche und -wechsel.

Wichtig ist natürlich, dass Du keine Nährstoffmängel hast. B-Vitamine solltest Du nehmen. Dann auch Magnesium täglich. Du kannst dazu auch im Hashi-Forum www.ht-mb.de nachsehen, wenn es Dich interessiert. Da findest Du Informationen zur Einnahme und zu Präparaten.

Alles Gute erst einmal.

LG Marie

Subject: Re: brauche DRINGENST eure hilfe!!!!!!

Posted by [Gaby](#) on Thu, 10 May 2007 15:49:39 GMT

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

toffie-fee schrieb am Don, 10 Mai 2007 17:17

ob ich es unregelmässiger genommen habe?hm...lässt sich schwer sagen.also am wocheende bin cih meistens bei meinem freund und da kann es schonmal vorkommen,dass ich es nur einmal am tag nehme.das kommt dann aber wie gesagt nur an den wochenenden vor.kann das schon so ne schlimme wirkung haben?

Das kann ich dir nicht genau beantworten. Jedoch gilt allgemein, dass man mit Regaine tunlichst nicht schludern sollte. Ganz, ganz konsequent Morgens und Abends je 1 ml auf die betroffenen Stellen. Vergißt man es ein paar mal hintereinander, kann es tatsächlich wieder zu Haarausfall kommen.

toffi-fee schrieb am Don, 10 Mai 2007 17:17kann ich ,da mir das haar hauptsächlich am hinterkopf ausfällt,davon ausgehen dass mein HA hormonell bedingt ist?

Du meinst den genetischen, hormonellen Haarausfall? Eigentlich ist da der verbreitete Mittelscheitel recht typisch. Das Haar lichtet sich im Oberkopfbereich, vornehmlich im Pony,- Stirnbereich, aber auch an den Seiten. Es kann auch zur Ausbildung von Geheimratsecken kommen. Irgendwie gibt es da keine feste Formel, anhand man nur durch das Lichtungsmuster eine Diagnose stellen kann. Klar, eine Lichtung kann auch am Hinterkopf auftreten. So richtig typisch für den hormonellen Haarausfall ist das aber eher nicht. Sage ich mal so unter Vorbehalt.

toffi-fee schrieb am Don, 10 Mai 2007 17:17vielleicht kennt ja jemand einen seite mit spezialisten wo ich mal ne haarsprechstunde machen könnte.mir wäre es wircklich wichtig endlich mal gewissheit zu kriegen,da mir kein artzt helfen kann.bin wircklich verzweifelt (bin doch erst so jung.....)

Es gibt auf www.haarerkrankungen.de die Möglichkeit, sich online mit Hautärzten in Verbindung zu setzen und gezielt eigene Fragen zu stellen. Aber versprich dir nicht zu viel davon. Sie können und dürfen dir keine Diagnose stellen nur ganz, ganz allgemein Fragen beantworten.

Sollte es sich bei dir um hormonell-genetischen Haarausfall handeln, bist du mit der Ergalea + Regaine schon ziemlich gut beraten. Du mußt nur alles immer ohne Unterbrechung und ganz konsequent anwenden. Jedes Wechseln der Pille, jedes Schludern mit Regaine könnte wieder den Haarausfall auf die Matte rufen.

Bitte lies auch hier: <http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/t/1066/>

Es ist wichtig, dass du dich mit dem Problem Haarausfall auseinandersetzt und somit die möglichen Gründe, die für deinen Haarausfall in Betracht kommen könnten, findest. Haarausfall kann so unendlich viele Ursachen haben. Die Ärzte haben meistens nicht die Zeit, nicht das Budget und nicht das Wissen, um Abhilfe zu schaffen. Deshalb verlass dich nicht so sehr darauf. Hier im Forum hat sich in den letzten Jahren schon so oft gezeigt, dass, wenn es hiess, "Blutwerte alle in Ordnung" es sehr oft doch nicht so war.

Gruß Gaby

Subject: Re: @jutta62
Posted by [jutta62](#) on Thu, 10 May 2007 15:51:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bin grade auch wieder da, war vorhin etwas kurz angebunden, hatte keine Zeit, sorry.

Jetzt beruhige dich erstmal. Hier sind soviele nette Detektive! Da reimt sich am Ende was zusammen! Deshalb frage ich gleich weiter: Du bist 19 geworden, HA begann mit 17 Jahren, mit 18 wurde dir Minoxidil und Diane 35 verordnet, ist das so richtig?

Ich habe gelernt, daß Homocystein erhöht ist, wenn Vit. B12 und Vit. B6 und Folsäure fehlt.

Ein Eisenmangel kann u.a. Ursache des Vit. B12 Mangels sein.

Hast du denn Befunde in Kopie, sodaß du dir selbst einen Überblick verschaffen kannst anhand dem Thread von Angie u. Claudit für Neueinsteigerinnen oben, wie gründlich du untersucht wurdest? Du kannst sie auch hier einstellen, man hilft dir sicher weiter!

Alles, was du angeführt hast, hat mit deinen Haaren zu tun, du kannst darauf bauen, daß dir die Zeit noch nicht davongelaufen ist.

Herzl. Gruß, Jutta

Subject: Re: brauche DRINGENST eure hilfe!!!!!!
Posted by [toffi-fee](#) on Thu, 10 May 2007 16:14:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

erstmal vielen dank für eure hilfe!
werde mich dann wohl mal hormonell und was meine schilddrüse anbelangt durchchecken lassen.ich hoffe das bringt was!

hatte da noch ne frage:wenn ich meinen hormonhaushalt checken lasse,muss ich dann die pille absetzen???

ganz lieben dank euch allen!

mal so ne frage am rande:hats denn eine von euch schon "geschafft" das haarproblem in den griff zu kriegen?brauche gerade mal so n paar erfolgsstorys um hier nicht durchzudrehen-habe einfach riesen schiss.....

Subject: Re: brauche DRINGENST eure hilfe!!!!!!
Posted by [jutta62](#) on Thu, 10 May 2007 16:22:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/6702/?srch=T_ina68#msg_6702

Gruß

Subject: danke.....

Posted by [toffi-fee](#) on Thu, 10 May 2007 16:31:09 GMT

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

ganz lieben dank!lehrlich.habe durch den bericht neuen mut geschöpft,da bei mir ja auch ein erhöhter homocystein wert festgestellt wurde und in der vergangenheit der haarausfall ja durch diese vit.b12 spritze wegging (das war auch so n vitamin cocktail-gut möglich das da auch vit.b6 und folsäure drin war).werde mir den kram morgen gleich besorgen!

Subject: Re: danke.....

Posted by [jutta62](#) on Thu, 10 May 2007 16:37:27 GMT

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

aber lese dir auch nochmal in Ruhe die Antworten durch, die du bekommen hast!

Jutta

Subject: Re: danke.....

Posted by [KamikaTzE](#) on Thu, 10 May 2007 18:58:00 GMT

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

"aber lese dir auch nochmal in Ruhe die Antworten durch, die du bekommen hast!"

ja, da hat sie recht, die jutta.

der einstiegsthread ist recht hilfreich, auch maries antwort kann ich mich nur anschließen:
hormonelle störungen solltest du auf jeden fall abklären lassen.

Subject: eine frage hätte ich da ja noch.....

Posted by [toffi-fee](#) on Fri, 11 May 2007 15:08:02 GMT

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

habe eure hinweise ernst genommen und mir n termin geben lassen.ist nur leider erst ende des nächsten monats-dann weiss ich wenigstens was mit meinen hormonen los ist.

bin nur ein bisschen VERWIRRT: soll ich regaine absetzen?also ich hatte zwischenzeitlich schon mal das gefühl,dass es den haarausfall verringert hätte.allerdings sind meine haare teilweise schon dünner geworden.und der artikel der hier reingestellt wurde hat mir dann auch so ein bisschen die augen geöffnet bzw. mut gemacht.dachte mir,da mir eine vit.b12/vit.b6 spritzenkur

schonmal geholfen hat den haarausfall in den griff zu kriegen und das haar wieder voll geworden ist,warum sollte es dieses mal nicht so sein?mein homocysteinwert ist auch sehr hoch und ich habe auch medhyn verschrieben bekommen.meine erste vit.b12/vit.b6 spritze habe ich auch heute gerade eben gekriegt bin daher sehr zuversichtlich,dass es wieder so klappt wie früher

FRAGE:sollte ich regaine absetzen?die erfahrung mit HA hat mir in der vergangenheit ja gezeigt,dass es wohl doch am vit.b12mangel lag.....können haare von regaine "abhängig" werden?ich meine,ich habe einfach angst,dass alles schlimmer wird wenn ich regaine einfach so absetze bzw. dass es aber auch schlimmer werden könnte wenn ich es weiterhin nehme?kann es schaden wenn man NICHT drauf anspringt (es hat ja gewissermaßen nur phasenweise bei mir gewirkt).was würdet ihr mir raten?

liebe grüsse und lieben dank für eure antworten,
die toffi-fee

Subject: eine frage hätte ich da ja noch.....
Posted by [toffi-fee](#) on Fri, 11 May 2007 15:16:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

habe euren rat mal ernst genommen und mir ein termin bei endokrinologen geben lassen-leider erst am ende nächsten monats *schneief*

allerdings war ich heute nochmal bei meiner hausärztin,die ja einen hohen wert der homocysteinsäure in meinem blut festgestellt hat.sie hat mir daraufhin heute medhyn verschrieben(das gleiche wurde ja auch in dem hier drin geposteten thread empfohlen). in kombination dazu habe ich heute mit einer vit.b12/vit.b6 spritzenkur begonnen(eine spritze pro woche) die meinen HA vor zwei jahren ja auch in den griff gekriegt hat.
setze meine hoffnung jetzt darauf ,nachdem ich den geposteten "erfolgsthread" gelesen hat und mit der erfahrung,dass es ja schonmal gewirkt hat bei mir.

FRAGE:sollte ich regaine absetzen?verwirrenderweise hatte ich ja zwischenzeitlich schon das gefühl dass das mittel den HA gesenkt hat-jedoch nur phasenweise.meine haare sind ja in den letzten acht monaten auch dünner geworden.-kann das an regaine liegen?ich meine,können haare von regaine "abhängig" werden?habe einfach angst dass der HA schlimmer wird wenn ich das zeug absetze doer es schlimmer wird wenn ich es weiterhin nehme.....was würdet ihr tun?habe einfach angst dass mein haar ohne den scheiss gar nicht mehr wächst oder das das zeug mir alles ruiniert.....
was würdet ihr mir raten???

lieben gruss und lieben dank euch allen
die toffi-fee

Subject: sorry doppel-post *schäm*
Posted by [toffi-fee](#) on Fri, 11 May 2007 15:19:20 GMT

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

sorry,wollte das natürlich nur einmal posten.....

Subject: Re: eine frage hätte ich da ja noch.....
Posted by [Tina76](#) on Fri, 11 May 2007 17:22:12 GMT

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

Hallo Toffiffee!

Regaine ist eben DAS Mittel für Haarausfall. Hätte ich heute nochmals die Wahl es zu nehmen oder nicht würde ich mich wahrscheinlich für letzteres entscheiden. Wusste auch nicht dass es "lebenslänglich" genommen werden muss. Seh mich manchmal schon als 80 jährige im Altenheim liegen und sagen:" Schwester können sie mir bitte Regaine ins Haar schmieren..ich brauch das einfach!"

Ob du es absetzt oder nicht kannst nur du allein entscheiden. Es kann gutgehen oder auch nicht. Das ist überall verschieden. Du wirst natürlich hier mehr Posts lesen von denen wo es schlecht verlaufen ist...das ist genauso wie mit Shedding, von daher schreckts halt ab. Wenn du es absetzt, dann eben "ausschleichen". Da drück ich dir die Daumen falls du es machst.

LG
