

---

Subject: Sommerhaarausfall

Posted by [Carla1977](#) on Wed, 23 May 2007 12:55:50 GMT

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

---

Hallo an alle!

Ich weiß, dass der Sommer-HA hier schon des öfteren Thema war, aber bei mir ist es im Moment echt wieder so extrem, dass ich schon fast selbstmordgefährdet bin. Mein Freund und meine Eltern bauen mich zwar immer wieder auf, aber nach einem relativ ruhigen Winter (ca. 150 Haare pro Tag, für mich echt gut) sind es jetzt wieder zwischen 300 und 400 am Tag. Ich hab echt das Gefühl, es wird von Tag zu Tag immer noch mehr. Meine Hormone(incl. SD), Eisenwerte, etc. wurden zig mal getestet und sind total normal. Ich hatte nie Essprobleme und immer ein normales Gewicht von 60kg bei 1,75.

BITTE gebt mir irgendeinen Tipp, sagt mir irgendwas zu diesem Thema, was könnte ich noch tun oder untersuchen lassen? Ich weiß echt nicht weiter. Meine Haare sind jetzt insgesamt innerhalb von 4 Wochen 5 cm kürzer geworden durch das Ausfallen der längeren. Hat das eigentlich auch was zu bedeuten, dass vor allem die langen ausgehen (z.T. aber auch die ganz kurzen, ich weiß auch nicht...).

Bin dankbar für jede Antwort,

viele liebe Grüße,

Carla

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall

Posted by [Karola](#) on Wed, 23 May 2007 15:48:31 GMT

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

---

hallo carla, habe mich gerade neu angemeldet und deine nachricht gelesen.

Glaub mir, ich kann dich und deine angst sehr gut verstehen, da ich seit ca.35 jahren unter haarausfallschüben leide. mal stark mal abgeschwächt, aber kein jahr ohne.

habe ebenfalls alles durch, war in drei unikliniken und zahllosen hautarztpraxen. habe alle freiverkäuflichen mittel und fast alle verschreibungspflichtigen ausprobiert.

für den moment hilft das kortisonhaltige ell cranell ja gut, aber auf dauer macht das auch keinen sinn.

habe bis voriges jahr ein minoxinhaltiges angerührtes medikament gehabt, das mir die deutsche klinik für diagnostik in wiesbaden verordnet hatte. habe es im dezember mal abgesetzt und habe nun die bescherung. bis zu 500 haare bei einem waschgang!

hast du schon den ferritin-wert messen lassen? das ist der eisenspeicherwert und viel aussagekräftiger über deine gesamtreserve wie der hb-wert.

ich bin jetzt 49 jahre alt und hatte eigentlich immer gehofft, das problem zu bewältigen, aber bisher nicht geschafft.

würde gerne mal wissen, wie alt du bist.

ein kleiner trost: ich habe immer noch haare, wenn auch nicht so volle wie ich gerne hätte.

gruß karola

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall

Posted by [barbara](#) on Wed, 23 May 2007 16:19:46 GMT

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

---

hallo carla,  
wenn ich deinen beitrag lese, habe ich fast das gefühl, den könnte ich selbst geschrieben haben. mir geht es exact genauso wie dir. im winter oktober - märz rückgang des haarausfalls auf ca 120-170 haare (für meine verhältnisse recht ok) aber seit april ists wieder die hölle. ich nehme seit 2 jahren regaine 2% und trotzdem das fiasko. ich bin genauso wie du mit meinem latein am ende. wie lange dauert bei dir in der regel der sommer-HA? wann hat es denn angefangen?

liebe grüße und kopf hoch

barbara

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall

Posted by [barbara](#) on Wed, 23 May 2007 16:21:47 GMT

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

---

hallo karola,  
wo bekommt man denn das cortisonhaltige haarwasser? ist das nicht verschreibungspflichtig? würde alles probieren, wenns bloß hilft.

barbara

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall

Posted by [Karola](#) on Wed, 23 May 2007 16:27:58 GMT

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

---

hallo barbara,

das haarwasser bekommt man vom hautarzt, denke aber auch auf privatrezept vom hausarzt. schlägt bei mir immer sehr kurzfristig an, beim absetzen gibts dann allerdings die bescherung. aber in den wochen der behandlung fühlt man sich wie im "urlaub". wie sieht denn dein haarbild aus?

gruß karola

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall

Posted by [barbara](#) on Wed, 23 May 2007 16:33:47 GMT

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

---

hallo karola, danke für deine schnelle antwort.  
mein haarbild, tja, ist nicht so einfach zu beschreiben, denn ich habe bereits bellargo-tressen drin.

aber langsam bekomme ich auch ein problem am oberkopf... es lichtet sich langsam.

noch eine frage zu dem haarwasser. wie lange am stück kann man das nehmen? was für nebenwirkungen hat es? wie ist da die wirkungsweise? MUSS man das nach einiger zeit wieder absetzen?

danke für deine antworten.

barbara

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall  
Posted by [Karola](#) on Wed, 23 May 2007 16:53:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo barbara,  
das tut mir sehr leid, dass man es schon sieht.  
das haarwasser hat halt nebenwirkungen wie alle kortisonhaltigen salben. dünnerwerden der haut usw.  
habe das haarwasser schon 6 wochen am stück genommen und das erste mal dachte ich, ich wäre geheilt! schönes gefühl, hat nur nicht lange gehalten.  
ist denn bei n dir geklärt, ob es androgenetischer, diffuser oder temporärer haarausfall ist?  
schau doch mal im internet unter idiopathischen diffusen telogeneffluvium nach. so etwas soll es auch geben.  
wie alt bist du?  
gruß karola

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall  
Posted by [Claudi](#) on Wed, 23 May 2007 18:43:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Carla1977 schrieb am Mit, 23 Mai 2007 14:55Meine Hormone(incl. SD), Eisenwerte, etc. wurden zig mal getestet und sind total normal. Ich hatte nie Essprobleme und immer ein normales Gewicht von 60kg bei 1,75.  
BITTE gebt mir irgendeinen Tipp, sagt mir irgendwas zu diesem Thema, was könnte ich noch tun oder untersuchen lassen?

Welche Werte genau wurden denn getestet? Vielleicht wurde ja doch etwas übersehen.

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall  
Posted by [barbara](#) on Thu, 24 May 2007 05:57:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo karola,

angeblich ist mein HA androgenetisch, ich selbst bin aber nicht wirklich überzeugt davon. da mir die haare diffus ausfallen, würde das ja eher auf einen mangel oder ähnl. hinweisen. es wurde aber bereits alles gecheckt und bis auf einen sehr niederen ferritinwert von 11 letzten sommer war alles ok. den feritinwert habe ich mittels eiseneinnahme auf mittlerweile 44 gepuscht. daran kanns also auch nicht liegen (zumal im winter ja auch ruhe war)  
ich bin 47 jahre alt und hatte schon öfter im leben HA. das hatte aber immer eine erkennbare ursache. 2 geburten, mehrmals pillenpause einlegen.....ect. das war auch jedesmal nur eine sache von ca. 6-8 wochen und dann wieder komplett vorbei.  
erst seit sommer 2005 will es nicht mehr aufhören, trotz regaine, eisen, diane 35 und div. NEMs. wie lange dauert bei dir so ein HA-schub in der regel?  
wenn du das cortisonhaltige haarwasser nimmst, ist dann wirklich richtig ruhe? und nach dem absetzen dann dafür umso schlimmer? dann hat man letztendlich nichts gewonnen, oder?

Ig barbara

---

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall  
Posted by [Karola](#) on Thu, 24 May 2007 09:40:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo barbara,  
der ferritinwert war bei mir schon so niedrig, dass das labor nicht messbar eingetragen hat. habe ca. 10 jahre eisen eingenommen so ab anfang der neunziger. mein wert ging nur knapp an die 50. da mir ein arzt sagte, dass frauen mit einem f-wert unter 80 oft von haarausfall betroffen sind, versuchte ich über 50 zu kommen. ein anderer arzt nahm mir die hoffnung, da der ferritinwert wahrscheinlich genetisch festgelegt ist und nur bis zu einem bestimmten wert steigt. eisen könnte ich eigentlich nochmal probieren.  
natürlich ist das kortisonhaltige haarwasser eigentlich umsonst, aber kennst du nicht den wunsch, bitte hör doch nur mal vier wochen auf. z.b. wenn man verreist und zum durchatmen. mein haarbild ist ja auch nicht mehr wie es war. manchmal komme ich gut klar damit und manchmal fühle ich mich halb kahl, das ist besonders in den ausfallphasen so, dann sind sie schon an dem absatz sehr mickrig.  
wie lang wird das gutgehn? habe noch nie eine normal behaarte 70jährige getroffen, die immer haarausfall hatte. würde mich sehr beruhigen. gruß karola

---

---

Subject: Sommerhaarausfall + Meine Werte  
Posted by [Carla1977](#) on Thu, 24 May 2007 09:56:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Liebe Karola, liebe Barbara, liebe Claudit und alle anderen !  
Erstmal vielen Dank für eure lieben Antworten! Deswegen hab ich zwar trotzdem noch meinen HA, aber zu wissen, dass man nicht allein ist, tut zumindest meiner Psyche gut.  
Ich bin 30 Jahre alt und habe meinen HA seit fast 20 Jahren! Hat so mit 12/13 bei mir angefangen. Im Prinzip ist es genau wie bei dir, Karola, ich hab noch Haare auf dem Kopf, es wachsen auch kurze nach, aber jedesmal von ca. April-Oktober gehen so viele aus, dass ich es deutlich merke, mein Pferdeschwanz dünner wird (offen kann ich sie eh nicht tragen) und ich

wie ein gerupftes Huhn aussehe (durch die nachwachsenden). Meine Haare werden dann insgesamt von selbst einige Zentimeter kürzer oder ich schneide die letzten längeren Flusen selbst ab.

Claudit, danke für den Tip mit den Werten. Meinst du, du kannst dir meine Werte mal kurz ansehen?

Eisen: 18,9	Referenzbereich: 4,0-30,0
Transferrin: 2,7	2,0-4,0
Ferritin: 47	10-160
25OH Vitamin D: 16	9-45
Androstendion: 2,16	0,70-2,80
DHEAS: 294,8	98,8-340,0
FSH: 7,68	1,7-7,7
LH: 10,16	1,0-11,4
Oestradiol: 33,5	43,8-211
Prolaktin: 14,1	4,8-23,3
Sex hormone-binding Globulin: 34,89	26,10-110,00
Testosteron: 0,48	0,06-0,82
TSH: 1,730	0,440-3,770
Gesamt T4: 112,3	71,4-166,0
Freies T4: 16,2	12,8-20,4
Gesamt T3: 1,92	1,26-2,75
Freies T3: 5,69	3,92-6,74

Falls euch irgendwas auffällt, bitte gebt mir einen Hinweis, der mir vielleicht weiterhilft. Komisch ist halt nur, dass der HA fast nur von April-Oktober auftritt und das versteh ich einfach nicht. Viele liebe Grüße und nochmals danke für eure Solidarität, ich glaube, so richtig verstehen können einen nur Menschen, die das gleiche durchmachen mit dem HA wie man selbst. Alles Liebe von Carla

---

---

Subject: Nochmal Sommerhaarausfall + Meine Werte  
Posted by [Carla1977](#) on Thu, 24 May 2007 09:59:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sorry, irgendwas ist da jetzt schiefgelaufen. Die Zahlen zeigen immer zuerst meinen Wert und dahinter dann (leider ohne Abstand) den Referenzbereich.  
Lg, Carla

---

---

Subject: Re: Nochmal Sommerhaarausfall + Meine Werte  
Posted by [Karola](#) on Thu, 24 May 2007 11:15:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo ihr lieben,  
schalte mich noch mal kurz zu. vieles habe ich einfach schon wieder vergessen in den vielen

jahre.

@carla-deine werte werde ich heute abend mal mit meinen vergleichen, muss jetzt zur arbeit und schaffe das nicht mehr.

man hat mir mehrfach schilddrüsenhormone verordnet, nicht weil ich unterfunktion oder das gegenteil hatte, sondern weil der anregungswert für die schilddrüse zu hoch sei. ja danach ging jedesmal die post ab! nach 3-4 wochen lagen morgens strähnen auf meinem kissen. hab ich natürlich wieder abgesetzt.

wenn ich jetzt so nachdenke:das ich noch einigermaßen gut behaart bin verdanke ich wohl wirklich der minox-mischung. sie konnte den haarausfall zwar nicht total beseitigen aber sie hat ihn doch wohl abgeschwächt, sonst wäre es jetzt nach dem absetzen nicht so entsetzlich und ich hätte mich in diesem forum gar nicht eingeschaltet. hab sie schließlich viele jahre benutzt und werde es auch weiter tun.

mein gott, hat dieses problem mich schon kraft und nerven gekostet, die man für nützliche sachen einsetzen hätte können!

ganz zu schweigen von der lebensfreunde, die ich in den schlimmen phasen sehr vermisse.

lg an alle karola

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall + Meine Werte  
Posted by [KamikaTzE](#) on Thu, 24 May 2007 11:17:32 GMT

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

du nimmst keine pille o. dergl., nicht wahr?

deine androgene sind zwar alle in der norm, aber schon eher im oberen drittel. shbg sehr niedrig, d.h. du hast einen relativ hohen fai. wenn deine haarfollikel ohnehin schon miniaturisieren könnte eine behandlung mit antiandrogenen sinn machen.

allerdings fehlen einige werte.

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall + Meine Werte  
Posted by [Claudi](#) on Thu, 24 May 2007 13:15:51 GMT

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

Carla1977 schrieb am Don, 24 Mai 2007 11:56

Claudit, danke für den Tip mit den Werten. Meinst du, du kannst dir meine Werte mal kurz ansehen?

Eisen: 18,9	Referenzbereich: 4,0-30,0
Transferrin: 2,7	2,0-4,0
Ferritin: 47	10-160
25OH Vitamin D: 16	9-45
Androstendion: 2,16	0,70-2,80
DHEAS: 294,8	98,8-340,0
FSH: 7,68	1,7-7,7
LH: 10,16	1,0-11,4

Oestradiol: 33,5	43,8-211
Prolaktin: 14,1	4,8-23,3
Sex hormone-binding Globulin: 34,89	26,10-110,00
Testosteron: 0,48	0,06-0,82
TSH: 1,730	0,440-3,770
Gesamt T4: 112,3	71,4-166,0
Freies T4: 16,2	12,8-20,4
Gesamt T3: 1,92	1,26-2,75
Freies T3: 5,69	3,92-6,74

Die SD-Werte sehen doch sehr gut aus.

Bei den anderen Hormonwerten ist es abhängig davon, ob ob du die Pille nimmst und welcher Zyklustag es war: Estradiol ist sehr niedrig!! Ich bin mir aber sicher, KamiKatze und andere kennen sich mit den Hormonen viel besser aus als ich.

Ich denke, dass Ferritin etwas höher sein könnte. Die Eisenwerte vielleicht noch mal zusammen mit Blutbild testen lassen?!

---

Subject: Re: Sommerhaarausfall + Meine Werte  
 Posted by [jutta62](#) on Thu, 24 May 2007 16:28:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

( ich weiß nicht, was Sommerhaarausfall ist )

Eisen: Die Ferritinwerte (wurde abgeklärt, warum der Anstieg so zögerlich, bzw. keine weitere Erhöhung stattgefunden hat? Andere, ursächliche oder daraus resultierende Mängel, die das nicht ermöglichen wie Vit. B12 etc., ausgeschlossen?), sind bei allen Beteiligten hier niedrig. Ist ja eine seltene Häufung.

Ferritinwert: Wenn in ng/ml gemessen: Hier haben die meisten Labors die Norm:15-150 ng/ml. Gesprochen wird immer davon, daß unter 70 HA verursachen kann. In der Präventivmedizin, jetzt berufe ich mich auf Prof. Hotze: "Ferritin: Optimaler Blutwert: 120-150 ng/ml. Ein niedriger Wert kann eine bestimmte Form von Blutarmut anzeigen."

Temporärer HA, vor allem an barbara: Du hattest schon mehrfach ursächlichen HA, bei einem minoxidilinduzierten Shedding beispielsweise verliert man in Kürze viele Haare auf einen Schlag (die, die gerade in der Ruhephase sind und mit Minoxidil in Berührung gekommen sind). Mit Glück wachsen dadurch welche nach aber durch diese Ineinflußnahme auf den Haarwachstumszyklus sind diese plötzlich alle in derselben Phase, ist es dann nicht logisch,

daß diese dann auch auf einmal wieder ausfallen, wenn es an der Zeit ist?

Dann gibt es noch das Phänomen, daß zusätzlich "kurze" Haare ausfallen. Gibt es einen Grund, daß man die nicht zum Wachsen bringt, oder ist das wirklich die AGA-typische Miniaturisierung, die hier so oft angesprochen wird?

, Jutta

---

---

Subject: Nochmal: Meine Werte

Posted by [Carla1977](#) on Fri, 25 May 2007 18:31:41 GMT

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

---

Erstmal vielen Dank an alle für eure Antworten und eure Hilfe!

Zwei Fragen hätte ich noch, vielleicht kann mir nochmal jemand weiterhelfen.

Ich nehme nicht die Pille, hab sie auch noch nie genommen und nehm auch keine anderen Medikamente.

Wegen den eher hohen Androgenen und niedrigem SHBG: Das Blut wurde am 4. Zyklustag entnommen, müßte dann eigentlich Lutealphase sein, oder wie ist das nochmal? Sollte ich mit dem Endokrinologen doch eine antiandrogene Therapie besprechen? Meint ihr das könnte Sinn machen?

Und die zweite Frage: Ich hab noch nie irgendwelche Eisenpräparate eingenommen. Der Ferritinwert von 47 scheint nach allem, was ich hier gelesen habe, doch recht niedrig zu sein.

Würdet ihr es mal mit Ferrosanol versuchen? Schaden kann´s ja eigentlich nicht, oder?

War heute wieder bei ner neuen Ärztin und hab die Details dazu in nem neuen Thread geschrieben. Was haltet ihr davon?

Nochmal danke für Hinweise und Tipps jeglicher Art

Alles Liebe von Carla

---

---

Subject: Re: Nochmal: Meine Werte

Posted by [barbara](#) on Sun, 27 May 2007 13:43:16 GMT

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

---

hallo carla,

dein ferritin ist mit 47 schon recht niedrig. bei mir selbst liegt der wert im moment bei 44. seltsam ist allerdings, dass er im winter (dezember) erst auf 27 war, und trotzdem hatte ich im dezember ruhe mit HA.

das lässt mich mittlerweile zweifeln, dass die ursache des HAs an einem schlechten wert - egal ob eisen, zink, irgendwelche hormone etc. - liegt. WARUM ists dann immer nur im sommer so schlimm?

ich will dir bestimmt deine hoffnung nicht nehmen, aber ich bin im moment selbst furchtbar frustriert. da ich mir gut vorstellen kann bzw. fast sicher bin, dass es dieses jahr auch wieder bis oktober so geht.

tschau barbara

---

---

Subject: Re: Nochmal: Meine Werte  
Posted by [jutta62](#) on Sun, 27 May 2007 19:04:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Könnte es nicht sein, daß barbara die Haare erst jetzt wegen dem "leeren Eisenspeicher" im Dezember ausfallen? Ich meine die Haare reagieren in vielen Fällen mit mehreren Monaten Verzögerung auf negative Einflüsse. So z.B. auch nach schweren Infekten.

Jutta

---