
Subject: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [bine99](#) on Tue, 24 Jul 2007 09:46:52 GMT

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

Hallo, gibt es jemanden der sich mit Progesteronmangel auskennt? Suche seit Monaten nach der Ursache für meinen HA, bin 45 , bei mir wurde jetzt ein Progesteronmangel festgestellt. Hab im Internet dazu recherchiert und u.a die Info gefunden , dass natürliches Progesteron als körpereigenes Anti-Androgen wirkt. In der Zyklusmitte werden vermehrt männl. Hormone produziert, sie fallen nach dem Eisprung wieder ab, besonders wenn dann genügend Progesteron produziert wird...Progesteronmangel könnte dann eine Ursache für HA sein. Hab auch selbst die Beobachtung, dass bei mir ab der Zyklusmitte vermehrt Haare ausgehen. Hat jemand von euch Erfahrungen mit der Einnahme von Progesteron als Hormonbehandlung, bzw. eine Wirkung auf den HA festgestellt? Würde mich freuen, über eine Antwort..

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [Trixy](#) on Thu, 26 Jul 2007 09:08:47 GMT

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

Das würde mich jetzt auch mal interessieren.

Bei mir kam bei der letzte Hormonuntersuchung leichter Progesteronmangel raus, der aber nicht besonders beachtet wurde...

Naja, ich hab ja auch vor nicht allzu langer Zeit die Pille abgesetzt, vllt liegt es auch nur daran?

Führt die Einnahme von Progesteron nicht zu anderen (Neben)wirkungen?

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [peti](#) on Thu, 26 Jul 2007 09:43:43 GMT

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

Mich interessiert das Thema ebenfalls. Welcher Wert ist denn normal? Bei mir wurde ein Wert von 0,51ng/ml ermittelt, es steht aber nicht dabei, was normal ist.

Wäre schön, wenn jemand das wüsste.

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [Claudi](#) on Thu, 26 Jul 2007 10:58:46 GMT

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

peti schrieb am Don, 26 Juli 2007 11:43Mich interessiert das Thema ebenfalls. Welcher Wert ist denn normal? Bei mir wurde ein Wert von 0,51ng/ml ermittelt, es steht aber nicht dabei, was normal ist.

Wäre schön, wenn jemand das wüsste.

Hallo Peti,

das kommt auf das Labor an. Jedes Labor hat unterschiedliche Referenzwerte. "Mein" Labor hatte geschrieben "ausreichende Luteinisierung bei Werten größer als 10 ng/ml anzunehmen. Im Netz habe ich gelesen von einem Referenzwert von 0,2-26 ng/l. Frag doch aber lieber mal in dem Labor nach. Hat denn der Arzt nichts dazu gesagt?

Wurde es auch am richtigen Zyklustag abgenommen? 21./22. bei einem 28-Tage-Zyklus?

Bei Progesteron sollte auch immer der Östradiolwert mit beachtet werden.

Ich habe eine zeitlang Progesteron zugeführt. Da der Gyn jedoch nicht regelmäßig meine Hormone gemessen hat, wurde mir die Angelegenheit zu "heikel". Verbesserungen (wegen PMS) habe ich dadurch auch nicht spüren können. Um Aussagen bezüglich der Haare treffen zu können, habe ich es definitiv nicht lang genug genommen.

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [peti](#) on Thu, 26 Jul 2007 11:06:40 GMT

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

Nein, der Arzt hat nichts gesagt, er war der Meinung: alles in Ordnung. Somit muss man darüber auch nicht mehr sprechen.

Ich versuche jetzt mit anderen Ärzten und auch alleine der Sache auf den Grund zu gehen und mich mit den Werten auseinander zu setzen, da ich innerhalb des letzten Monats so gut wie alle Haare verloren habe. Von einem Tag auf den anderen ging es los... das muss ja eine Ursache haben.

Blut abgenommen wurde ca. am 17. Tag des Zyklus.

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [bine99](#) on Sun, 29 Jul 2007 12:50:23 GMT

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

Hallo,

darf ich fragen wie alt du bist? Bei mir ist der Progesteronmangel wohl altersabhängig typisch, mit 45 bin ich definitionsgemäß in der prämenopause, und da ist ein Progesteronmangel das erste Anzeichen für die Hormonveränderungen. Infos unter

<http://www.hormonzentrum.de/fileadmin/hzm/downloads/wechseljahre.pdf>

Hier wird aber Progesteronmangel indirekt in Zusammenhang gebracht mit Haarausfall sondern vielmehr eine altersabhängige Dysbalance zwischen Androgenen und Östrogenen. In der Hormonersatztherapie muss dann, entsprechende Hormontests vorausgesetzt, zum Ausgleich wohl gleichzeitig Progesteron und Östrogen zugeführt werden. Hast du Progesteron in natürlicher Form genommen? Warum wurde es dir zu heikel dieses über einen längeren Zeitraum zu verwenden?

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [Claudi](#) on Mon, 30 Jul 2007 11:36:02 GMT

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

Ich bin 39. Mein Zyklus war bisher (außer im letzten Monat, der allerdings auch stressbelastet war) regelmäßig.

Was meinst du mit natürlichem Progesteron? Ich habe Utrogest genommen, in denen Progesteron in der Form enthalten ist, wie es der Körper auch produziert. Manche meinen mit natürlichem Progesteron auch diesen Yams-Wurzel-Extrakt. Von daher bin ich mir nicht sicher, was du meinst.

Heikel fand ich die ganze Angelegenheit, weil der Gyn nicht die Werte kontrolliert hat. Wenn ich etwas zuführe, was Auswirkungen auf die Hormone hat, möchte ich auch den Verlauf dieser dokumentiert haben, ansonsten hätte ich Bedenken, dass da erstrecht etwas ins Ungleichgewicht gerät.

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [bine99](#) on Wed, 01 Aug 2007 14:00:26 GMT

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

Hallo,

meine Gyn hat mir auch Utrogest 2x abends verschrieben, als Monotherapie, habe leicht erniedrigte Progesteronwerte.

Es scheint sich bei Utrogest also um natürliches Progesteron zu handeln....das wollte ich nur sicherstellen, danke.

Unter Hormonselbsthilfe.de habe ich u.a. gelesen dass Progesteron auch Erfolge gegen Haarausfall gebracht hat.

Kann wohl eine antiandrogene Wirkung haben, was die Erklärung wäre. Weisst du noch mehr über Progesteronwirkung? Was könnte damit in Ungleichgewicht geraten? Das Östrogen, weil Progesteron Gegenspieler zu Östrogen ist?

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [Claudi](#) on Sat, 04 Aug 2007 11:38:15 GMT

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

Ich möchte noch einmal etwas über die Bezeichnung „natürliches Progesteron“ sagen, da auch ich mich am Anfang habe total verwirren lassen. Mit ein Grund warum ich mit den Utrogest aufgehört habe.

Es gibt nur EIN Progesteron. Medikamente mit synthetischem Progesteron z.B. wie Utrogest, enthalten den gleichen Stoff wie im Körper vorhanden. Utrogest wird – soweit ich weiß – aus Sojaöl über Zwischenstufen im Labor hergestellt.

Diese Bezeichnung „natürlich“ dient m. E. nach zur Werbung und Verwirrung. Z. B. wird der Yams-Wurzel-Extrakt als "natürliches" Progesteron verkauft. In dem Extrakt ist der Wirkstoff "Diosgenin" enthalten. Daraus kann man auf chemischem Wege Progesteron herstellen. Es ist also nur eine Vorstufe.

Es gibt also lediglich verschiedene Entstehungswege für das gleiche Endprodukt.

Es gibt kein „künstliches“ Progesteron (wie einige durch diese Verwirrung vermuten), sondern nur noch Gestagene wie z.B. PROGESTIN.

@ bine: Ich denke, das Schwierigste ist die Dosierung. Daher meine ich dass man Progesteron und Östrogen kontrollieren lassen sollte, damit diese nicht ins Ungleichgewicht geraten.

Ich bin gespannt, wie es bei dir hilft. Du berichtest doch sicherlich darüber?

Sollst du sie schlucken oder einführen?

Subject: Re: Progesteronmangel - Ursache für Haarausfall?

Posted by [bine99](#) on Sun, 05 Aug 2007 19:55:00 GMT

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

Hallo,
die mögliche Wirkung des Progesterons auf das Östrogen beunruhigt mich auch muss ich zugeben. Zumal ich es jetzt als Monotherapie verordnet bekommen habe, ich soll es jetzt lt. FA über 3 Zyklen einführen, 2 Kapseln täglich. Habe im Beipackzettel gelesen, dass Progesteron in der Regel im Rahmen einer dualen Therapie, also im Wechsel mit Östrogen angewendet wird. Habe andererseits auch im Internet recherchiert und Infos gefunden, das z.B. ein Dr. Lee , derjenige der die natürliche Progesteronbehandlung wohl grundsätzlich initiiert hat, Progesteron erfolgreich nur als Monotherapie eingesetzt hat, mit der Begründung, dass Frauen in der Regel kein Östrogendefizit haben, sondern eher an Östrogendominanzsymptomen leiden, wie Wassereinlagerungen, PMS etc. Haarausfall wird übrigens auch als Östrogendominanzsymptom in diesem Zusammenhang aufgeführt. Tja, ich nehme es jetzt seit kurzem, es ist gut verträglich, spüre keine Nebenwirkungen. Über wieviel Zyklen hast du Progesteron genommen?
