
Subject: Vorbeugen gegen HA nach der Geburt möglich?

Posted by [magic](#) on Wed, 09 Apr 2008 07:58:39 GMT

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

Hallo, melde mich seit längerer Zeit mal wieder!

Ich hatte ja selbst unter Pilleneinnahme (Belara) seit ca. 2 Jahren starken HA am Ober und Hinterkopf.

Nach Absetzen der Pille wurde es noch schlimmer: 5 Monate lang täglich mind. 250 Haare, beim Waschen das Doppelte.

Der HA hat erst aufgehört als ich dann schwanger geworden bin. Seitdem ist es echt ein ganz neues Leben! Es fallen fast keine Haare mehr aus.

Allerdings sind leider bisher auch kaum neue nachgewachsen. Die die weg sind kommen wohl tatsächlich nie wieder da sie so wie's aussieht mitsamt Wurzel ausgefallen sind.

Langsam neigt sich die SSW nun dem Ende zu und meine Angst, dass ich danach wieder dieselben HA-Probleme bekomme steigt gerade täglich an.

Da ich jetzt keinen HA habe bin ich der Meinung, dass mein Problem doch 100 %ig hormonell bedingt ist, auch wenn das diverse Ärzte "nicht feststellen" konnten.

Meine Frage: gibt es irgendetwas, was ich nach der Geburt tun kann, damit der HA nicht wieder so stark zurückkommt? Würde evtl. Eil-cranell helfen? Regaine scheidet ja wg. stillen leider aus und die Pille kann und will ich eigentlich auch nicht gleich wieder schlucken. Was kann ich tun?

LG

Subject: Re: Vorbeugen gegen HA nach der Geburt möglich?

Posted by [Tina76](#) on Wed, 09 Apr 2008 10:06:25 GMT

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

Hallo magic!

Schön dass dein HA zurückgegangen ist.

Toll ist auch deine Entscheidung zu stillen. Leider gibt es in der Stillzeit dann auch nicht wirklich viel gegen den schlimmen Haarausfall.

Es sei denn du würdest nur kurz stillen und dann eben gleich mit Regaine oder Eil-Cranell anfangen. (wobei Regaine sicher wirksamer ist)

Vielleicht hilft bei dir nach der Schwangerschaft/Stillzeit eine stärkere Pille. Belara ist ja auch eine ziemlich nieder dosierte antiandrogene Pille. Da ist sicher jeder Körper anders.

So dann wünsche ich dir noch eine schöne Restschwangerschaft und dass die Haare danach auch bleiben wo sie hingehören

Lieben Gruss

Subject: Re: Vorbeugen gegen HA nach der Geburt möglich?

Posted by [Jessmell](#) on Thu, 10 Apr 2008 15:01:18 GMT

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

Hallo,

also mir fallen die Haare auch mit Wurzeln aus, aber wachsen wieder nach. Ich habe seit über 20 Jahren HA, mal mehr und mal weniger Lücken und auch die Lücken wachsen im Laufe der Zeit (bei mir) wieder nach und es entstehen leider auch wieder neue Lücken. Wichtig sind die Haarfollikeln, ob diese vernarbt sind oder nicht. Wenn sie vernarbt sind, dann ist ein Haarwuchs wohl ausgeschlossen (laut Arzt Uniklinikum Essen).

In meiner Schwangerschaft und vor allem kurz danach, sind mir die Haare fast alle wieder nachgewachsen.. Leider nur für kurze Zeit. Vielleicht war es die Fröhlichkeit, die man in sich getragen hat

LG Melle

Subject: Re: Vorbeugen gegen HA nach der Geburt möglich?

Posted by [Gaby](#) on Thu, 10 Apr 2008 16:26:15 GMT

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

Hallo Magic,

nach meiner letzten SS vor 8 Jahren manifestierte sich der hormonelle HA erst so richtig. D.h. ich hatte auch früher schon HA Phasen und die Diagnose AGA, aber alles noch im überschaubaren Rahmen. Vor und während meiner SS hatte ich noch bis ca. 4 - 5 Monat HA und danach war Schluß. Die Haare wuchsen und waren gegen Ende der SS recht voll. Sie lockten sich sogar etwas, obgleich ich von Natur aus schnurgerade Schnittlauchlocken haben. Nach der SS - ab ca. dem 4. Monat ging das Riesenhorror-Szenario dann los. Die Haare fielen büschelweise aus, es war der reinste Flächenbrand, sowas habe ich nicht mal unter dem Regaine-Shedding erlebt. Jeder sah es mir an. Ich hatte starke GHE und nur noch einen daumendicken Pferdeschwanz. Jemand fragte mich mal verwundert: "Sind das alle Haare die du hinten im Pferdeschwanz hast?"

9 Monate lang fielen die Haare sehr stark aus und ich habe damals sofort für mich beschlossen: Wenn noch mal eine SS, dann noch am Tag der Geburt mit Regaine, NEM`s (vor allem Eisen und Zink - weil die Depots nach einer SS aufgebraucht sind) und Pille loslegen und nicht stillen, so schwer, wie mir das auch sicher fallen würde, da ich sehr, sehr gerne gestillt habe. Ich persönlich würde heute alle Gegenmaßnahmen treffen, die man nur treffen kann.

Meine Haare hatten danach nochmal eine kurze Wachstumsphase - erreichten aber nie wieder die Schulterblattlänge. In den Folgejahren ging es dann richtig rapide bergab.

Dies sind nur meine Erfahrungen. Sie müssen nicht mit deinen einhergehen.

LG Gaby

Subject: Re: Vorbeugen gegen HA nach der Geburt möglich?

Posted by [Hühni](#) on Fri, 11 Apr 2008 07:58:03 GMT

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

Hallo,

ich hatte vor meiner ersten SS ein Jahr lang ziemlichen Haarausfall. Die Ursache weiß ich bis heute nicht, vielleicht eine schwere Fieberinfektion. Der Haarausfall wurde im ca. 3 Schwangerschafts-Monat besser und ging schnell gegen null...Es ist auch alles nachgewachsen.

Nach Absetzen der Pille (ein Jahr vor dem großen HA) hatte ich damals auch ca. 5 Monate Haarausfall.

Naja, jedenfalls hatte ich trotz Stillens (8 Monate lang), nach der SS KEINEN Haarausfall!!! Nichts. Wenn's hochkam habe ich nach den Waschen drei Haare im Kamm gehabt, das war aber auch schon viel...

Ich habe auch immer ständig damit gerechnet, dass es jeden Tag losgeht, aber es kam nichts. Drei Jahre nicht, bis zur nächsten SS. Aber auch da kam kein Haarausfall. Der fing erst im letzten Sommer wieder an, aber da war mein Sohn schon 1,5 Jahre und 10 Monate abgestillt. Ich denke also nicht, dass er bei mir mit den Schwangerschaften etwas zu tun hat(te).

Da ich auch so eine Panik geschoben habe in der ersten SS, dass der HA wiederkommt, habe ich nach der Geburt Neril-Shampoo benutzt, weil ich während der HA-Phase auch sehr starke Kopfhautprobleme hatte, die auch in der SS weggingen.

Ob das Shampoo wirklich was genutzt hat oder nur Plazebo-Effekt hatte, kann ich nicht sagen. Kopfhautprobleme hatte ich bis zum letzten Jahr jedenfalls auch keine mehr...

Ich würde aber gucken, dass Du, auch gerade während der Stillzeit, Deinen Nährstoffhaushalt aufpeppst. Da habe ich auch ein bißchen drauf geguckt.

Es muss also nicht immer gleich das schlimmste passieren...

Ich drücke Dir jedenfalls die Daumen!!!

Subject: Re: P.S

Posted by [Hühni](#) on Fri, 11 Apr 2008 08:08:27 GMT

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

P.S.:

Ich habe NIE wieder eine Pille genommen, da ich sie vor der SS auch als Auslöser des Hormonchaos/Haarfall in Verdacht hatte und mir ging es deutlich besser damit. Nach der

Schwangerschaft befand sich mein Körper wohl in einem ziemlich "hormonellen Gleichgewicht", wenn man das so sagen kann, dass ich nicht wieder durch eine Pille stören wollte...ich glaube, dass war auch ganz gut so, denn bis ich schwanger geworden bin hatte noch ein paar andere Probleme, wie eben die Kopfhaut, lanf´ge Zyklen, unreine Haut... Ist alles nach der SS nicht oder nur sehr gering wiedergekommen.

Von Eil-Cranell habe ich wahrscheinlich meine Kopfhautprobleme bekommen, ansonsten hat es mir nicht geholfen.

Bei meiner ersten SS war ich übrigens 26, bei der zweiten 29.
