
Subject: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...

Posted by [Mamaus](#) on Wed, 03 Sep 2008 08:43:37 GMT

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

Hallo!

Ich habe spätestens seit Anfang Juni 2008 mit Haarausfall zu kämpfen. Es wurden schon einige Untersuchungen gemacht. Die Ursache liegt wohl in einer hormonellen Umstellung, da ich Anfang Juni von der Pille auf ein schwächeres Hormonpräparat gewechselt bin. Sowohl Hautarzt als auch Endokrinologe können die Ursache aber nicht definitiv bestimmen.

Jedenfalls ist es jetzt September, und besteht der Haarausfall weiter.

Schon seit März 2008 nehme ich Androcur 10 (15 mg Cyproteronacetat). Der Testosteronwert ist bei mir daher sehr niedrig, so daß ein Zuviel an männlichen Hormonen nicht die Ursache sein dürfte.

Seit etwa zwei Wochen verwende ich folgende weitere Medikamente:

Pantostin (Alfatradiol, 1x tägl 3 ml)

Pantovigar Kapseln (3x tägl.)

Weiter benutze ich seit gestern auch Regaine Männer (5% Minoxidil). Heute - also einen Tag darauf (!) - kam es beim Haarewaschen zum wohl ersten "Shedding". Die Haare fielen mir wirklich büschelweise aus. Ich schätze, es waren etwa 300 Haare. So viele habe ich beim Haarewaschen noch nie verloren. Jetzt sitze ich vor dem Schreibtisch und teilweise gibt es immer noch Haare, die entweder auf dem Tisch oder Boden auftauchen. Ich bin psychisch völlig fertig...

Hier ist ein Foto, das allerdings nur die Haare im Waschbecken zeigt. Es war noch welche in der Badewanne und auf dem Boden.

Nun habe ich unter diesem Link etwas über das Shedding gelesen. Danach soll das Shedding z.B. etwa zwei bis sechs Wochen nach Beginn der Anwendung von Minoxidil oder Finasterid auftreten. Bei mir ist das ganze aber schon einen Tag nach Beginn mit Minoxidil entstanden!!

Ist das normal??

Hier noch einige weitere Informationen, die Aufschluß über meine Ursache geben könnten:

Trichoscan vom 18.8.2008

Laborwerte vom 19.8.2008 (1)

Laborwerte vom 19.8.2008 (2)

Laborwerte vom 24.7.2008

Im Hinblick auf eine mögliche Mangelernährung habe ich mir auch schon Gedanken gemacht. Ich mache seit Jahresanfang eine Reduktionsdiät, wo ich täglich zwischen 1300 und 1400

Kalorien zu mir nehme. Ich habe bisher knapp 8,5 kg abgenommen. Momentan habe ich einen BMI (Body-Mass-Index) von 19,5, was Normalgewichtigkeit entspricht.

Meine täglich Ernährung ist aber dennoch sehr ausgewogen. Ich nehme fünf Mahlzeiten zu mir. Das Essen besteht hauptsächlich aus Gemüse (hauptsächlich Spinat, Blumenkohl, Sellerie, Gurken, Sauerkraut), Vollkorn- und Milchprodukten. Fleisch esse ich kaum, dafür eher Fisch.

An Nahrungsergänzungsmitteln nehme ich täglich folgendes:

Biotin (10 mg)
Eisen (14 mg)
Folsäure (200 µg)
Zink (15 mg)
Lachsölkapseln (3000 mg)

Über die letzten drei Monate habe ich auch ein Vitaminkomplexpräparat genommen. Dieses enthält u.a. Vitamin A (Retinol). Da laut den Laborwerten bei mir eine leichte Überhöhung von Vitamin A festgestellt wurde, habe ich das Präparat abgesetzt.

Laut mehreren Quellen im Internet (z.B. hier) kann eine Vitamin A - Überdosierung zur Haarausfall führen. Der Hautarzt meinte aber zu mir, daß bei mir nur eine leichte Erhöhung vorläge und diese eher nicht die Ursache sein dürfte.

Ich wäre euch für jegliche Kommentare und Hilfevorschläge wirklich sehr dankbar!

Liebe Grüße und herzlichen Dank vorab,
Marion

Subject: Re: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...
Posted by [PDO174](#) on Wed, 03 Sep 2008 13:35:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Marion,

du schreibst das der Haarausfall wahrscheinlich vom Pillenwechsel kommt, sollte es wirklich so sein dauert es schon seine Zeit bis sich der Hormonhaushalt wieder einpendelt (man spricht von ca. 3 - 12 Monaten).

Mein Haarausfall wurde auch von einem Pillenwechsel ausgelöst, bei mir ist es aber nun schon seit fast einem Jahr so und noch immer kein Stillstand.

Zu dem Foto muss ich sagen dass es mir jetzt gar nicht so viel vorkommt (hast du die Haare gezählt od. nur geschätzt?).

LG.

PDO

Subject: Re: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...

Posted by [Mamaus](#) on Wed, 03 Sep 2008 18:09:11 GMT

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

PDO174 schrieb am Mit, 03 September 2008 15:35Hallo Marion,

du schreibst das der Haarausfall wahrscheinlich vom Pillenwechsel kommt, sollte es wirklich so sein dauert es schon seine Zeit bis sich der Hormonhaushalt wieder einpendelt (man spricht von ca. 3 - 12 Monaten).

Mein Haarausfall wurde auch von einem Pillenwechsel ausgelöst, bei mir ist es aber nun schon seit fast einem Jahr so und noch immer kein Stillstand.

Zu dem Foto muss ich sagen dass es mir jetzt gar nicht so viel vorkommt (hast du die Haare gezählt od. nur geschätzt?).

LG.

PDO

Hallo,

ja, ich habe auch schon gelesen, daß der Haarausfall nach hormoneller Umständen je nach Einzelfall länger oder kürzer dauern kann. Problematisch ist halt nur, daß das Haar bei mir schon ausgedünnt ist. Eine Fönfrisur, wie ich sie im April noch mit Freude gestylt habe, ist heute nicht mehr möglich. Ich trage eigentlich nur noch einen (locker sitzenden) Pferdeschwanz. Und auch der wird leider immer dünner.

Es wundert und schreckt mich auch ehrlich gesagt ein wenig, daß dein Haarausfall - wenn er tatsächlich hormonell bedingt ist - nach einem Jahr immer noch andauert. Der Östrogenwert müßte sich doch wieder stabilisiert haben? Ist es möglich, daß die Ursache bei dir vielleicht noch woanders liegt? Hast du mal ein großes Blutbild, Östradiol und Testosteron feststellen lassen? (Östradiol ist übrigens nicht nachweisbar, wenn du die Pille nimmst!)

Auf dem Foto sieht man übrigens nur die Haare, die im Waschbecken waren. Das sind ca. 150-200. In der Badewanne waren noch welche, und über den Tag gingen auch noch einige aus. Ich muß daher schon von 300 ausgefallenen Haaren ausgehen.

So, ich werde gleich wieder Regaine auftragen. Ich hoffe und bete einfach weiter, daß sich der Haarausfall bald legt. Es macht mich alles so traurig. Dabei war ich bis vor ein paar Monaten noch ein total fröhlicher Mensch. Seit einigen Wochen ist alles anders...

LG und dir auch gute Besserung!

Marion

Subject: Re: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...

Posted by [PDO174](#) on Fri, 05 Sep 2008 08:50:14 GMT

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

Hallo Marion,

natürlich hab ich schon ein Blutbild machen lassen und auch meine Schilddrüsenwerte wurde untersucht, alles in bester Ordnung.

Es wurde auch ein Hormonstatus gemacht.

Es gibt keinen Anhaltspunkt dass der Haarausfall von etwas anderem kommen könnte.

Ich war heute wieder beim Arzt und die meinte wieder dass es bei mir bestimmt vom absetzen der Diane ausgelöst wurde.

Am Sonntag werde ich wieder mit der Diane beginnen und hoffe dass es dann endlich besser wird.

LG.

PDO

Subject: Re: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...

Posted by [Anette-Gross](#) on Fri, 05 Sep 2008 09:07:29 GMT

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

Ich würde auch sagen, dass die Pille daran schuld ist. Auch wenn du jetzt eine neue nimmst, wirst du weiterhin mit dem HA kämpfen müssen. Es gib viele Frauen in diesem Forum, die das gemacht haben und leider keine Ergebnisse hatten. Sorry, ich will dich nicht erschrecken, aber wenn man die Pille nimmt, sollte man schon bedenken, was es für Nebenwirkungen hat.

Subject: Re: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...

Posted by [PDO174](#) on Fri, 05 Sep 2008 09:47:29 GMT

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

Hallo Anette,

Die Unterstellung ich hätte nicht bedacht dass die Pille auch Nebenwirkungen hat kannst du dir sparen (jede Frau muss selbst für sich abwegen was für sie das richtige ist).

Die Nebenwirkung hatte ich ja nicht unter der Pilleneinnahme, im Gegenteil: Ich hatte volles, schönes Haar.

Wie schon gesagt wurde der Haarausfall durch das Pillen-Absetzen ausgelöst. Der daraus resultierende Haarausfall ist vergleichbar mit dem Haarausfall nach einer Entbindung.

Ob es durch die erneute Einnahme der Diane wieder besser wird werden wir sehen, ich berichte bestimmt, aber laut meiner Ärztin sollte es wieder besser werden.

Subject: Re: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...

Posted by [Mamaus](#) on Mon, 17 Nov 2008 20:25:05 GMT

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

Nur mal anbei:

In der Zwischenzeit hat sich bei mir viel POSITIVES getan!

Einen ausführlichen Bericht gebe ich euch Anfang Dezember.

Eins vorab:

Regaine 5% war für mich die beste Entscheidung, die ich für meine Haare je getroffen habe.

Subject: Re: Mein Haarausfall - Arzt kann Ursache nicht definitiv feststellen...

Posted by [Desiree](#) on Mon, 17 Nov 2008 21:32:41 GMT

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

Das bisschen höhere Vitamin A ist bestimmt von der Pille. Das hab ich auch, nur noch höher .
Die Pille erhöht oft Vitamin A und verbraucht andere Vitamine vermehrt, wie B-Vitamine zB.

Lieben Gruss,

Desiree
