

---

Subject: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Rose23](#) on Fri, 03 Oct 2008 16:06:34 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben ,  
durch Zufall (oder Schicksal) bin ich beim Surfen auf diese Seite gestoßen und hoffe hier ein bisschen Aufmunterung und Hilfe zu finden...

Zu mir:

Ich bin 23 und leide unter starkem HA (diffus, jedoch im vorderen Bereich stärker). Meine Haare, sowie die meiner Eltern sind sehr sehr fein (glaube ein "normales" Haar hat die 3-fache Dicke )

Diagnose HA:

-noch ungeklärt

Zu meiner Geschichte:

- Mit 15 bekam ich Anorexie, bildete mir ein nach ein paar Monaten massenweise Haare zu verlieren, bekam die Pille (Vallette)verschreiben
- 4 Jahre später fühle ich mich gesund, mein Gewicht ist stabil, ich verliere aber immer noch viele Haare
- Es folgen Hautarzt-Besuche, Haaruntersuchungen etc. - alles unauffällig "Sie haben doch genug Haare"
- Ich lebe mit dem Haarausfall, sage mir, dass jeder Mensch Haare verliert, schiebe alles auf die frühere Mangel/Fehlernährung,

Heute:

- ich lebe seit einem Jahr unter permanenten Stress(Beziehung, Familie, Trennungen, Krankheiten in der Familie)
- Ernährung: wechselnd; Gewicht: stabil
- Vor kurzem wurde ich darauf aufmerksam gemacht, dass ich mich ja wieder soooo sehr haare, seitdem steigere ich mich richtig hinein und könnte jeden Tag heulen
- Tatsächlich liegen überall in der Whg Haare und nach dem Waschen verliere ich dann mal eben (ich zähle nie wieder = Psychoterror) an die 300 Härchen

ABER, ich bin ja ne Löwin und lasse mich nicht unterkriegen , ich bin aktiv geworden:

- Habe endlich ein Bluttest gemacht. Alle wichtigen organischen Werte sind gut (da hab ich mich weniger drüber gefreut, denn ich vermutete starken Eisenmangel)
- War beim Hautarzt (Regaine bekommen, werde ich aber nicht mehr nehmen, da shedding, zu schlecht für meinen Psyche )
- War beim Gyn, Hormonstatus ist auch ok...

Was ich nun mache, um das Problem zu bekämpfen:

- Nehme Pantostin und Pantovigar
- Biotin, Eisentabletten, Schüsslersalze

-Versuche mich gesund zu ernähren

Der letzte Strohalm:

-Kann der HA von meiner Pille kommen? Habe mit meinem Arzt gesprochen und werde sie ab nächstem Monat wechseln...

Zusatzinfo:

-Ich war jetzt mehrere Monate in der Sonne, sprich Ausland. Kann dieser Aufenthalt Auswirkungen haben?

Ich freue mich wirklich, wenn sich jemand die Mühe macht, das alles zu lesen. Ich bin gerade in einer schlechten psychischen Verfassung (neue Wohnsituation, Trennung vom Traumamann , Studienbeginn). Es sollte alles gut werden, aber der HA steht mir im Weg...Ich bin dankbar für jeden Tipp!!!

-----

Hallo,  
ich habe die Bearbeitungs-Kürzel aus deinem Beitrag entfernt und die Schrift wieder auf "normal" vergrößert.  
Denke mal, du hattest dich versehen...  
Liebe Grüße von Mona

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Franka](#) on Fri, 03 Oct 2008 16:53:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

also bei Pantostin kann ich dir (aus eigener Erfahrung) keine Hoffnungen machen. Ich hatte Pantostin beim 2. Hautarzt auch verschrieben bekommen, das half bei mir kein bisschen. Auch andere Dinge wie Biotin, Kieselerde etc. schlugen nicht an. Regaine habe ich ca. einen Monat genommen und dann wieder abgesetzt aus Angst. Da man es ja immer nehmen muss, denn sonst fallen die Haare wieder aus.

Am Montag habe ich einen Termin beim Endokrinologen um dort nochmal alles genau untersuchen zu lassen. Bisher bekam ich auch immer nur die Antwort, dass alles ok sei. Man wolle mir nun eine andere Pille verschreiben. Das will ich aber nicht, da man von der Diane auch nicht so viel gutes liest. In dem Moment kann sie vielleicht helfen, setzt man sie aber ab geht alles von vorn los bzw. noch schlimmer. Damit ist mir auch nicht geholfen, denn irgendwann will man ja auch weg von den Hormonen bzw. Kinder bekommen und muss ja dann über kurz oder lang die Pille absetzen.

Ich nehme seit fast 8 Jahren die Belara und habe gelesen, dass diese auch Haarausfall als Nebenwirkung verursachen kann. Auch einige andere aufgeführten Nebenwirkungen treffen zu einigen Symptomen bei mir. Ich werde nun, wenn der Riegel zuende ist, die Pille absetzen und schauen wie es weiter geht. Unabhängig was am Montag beim Endo. raus kommt. Denn, wenn

die Pille abgesetzt ist und man diese eine Weile nicht mehr nimmt, dann kann man ja einen Hormontest machen lassen. Der wurde bei mir damals unter Einnahme der Pille gemacht, der ja dadurch verfälscht ist.

Aber ich kann dich sehr gut verstehen, mir gehts nicht anders und ich bin jeden Tag am Ende. Ich bin froh, wenn ich mal für 5 Minuten auf andere Gedanken komme. Ich will einfach nur ein normales Leben führen und mir keine Gedanken um meine Haare machen müssen. Jedes mal beim Haarewaschen könnte ich Tränen ausbrechen. Aber das geht ja jedem so und liest man hier immer wieder. Aber irgendeine Ursache muss es ja geben.

Liebe Grüße  
Franka

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Holunderweg3](#) on Fri, 03 Oct 2008 17:14:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Mädels, ich glaube wir sitzen alle in einem Boot!!!Irgenwann hat uns mal jemand auf unsere Haare wg. HA angesprochen, egal wer, Friseur, Familie....und da hat jemand einen Schalter umgelegt, so ist es bei mir, weil es fing dann ganz plötzlich an, das ich meinen Haaren so viel Aufmerksamkeit geschenkt habe, kaum liegt was da zucke ich zusammen, wir wissen hier alle wie scheusslich ein Haarwaschtag sein kann. Ich kann von mir sagen das ich eine Haarphobie habe, meide alles was den Haaren und Ihrem Wachstum nützen könnte, kaum kämmen, schnell zusammen machen ja nichts sehen.

Mein Kopfhaut nimmt mirs sehr übel, ich habe Schuppen, Krusten, und das Ende vom Übel immer wieder HA mal mehr mal weniger. Es kommen sicher noch ein zwei Körperl. Probleme wie Eisenmangel und Hormone dazu, aber wenn ich zurückblicke...länger, wie oft hat mein Mann geschimpft das das Waschbecken verstopft ist, es spuckt im Kopf herum, ich kann es nur ab und an abschalten, heute beim radeln, der Wind weht, ich habe Angst das es welche runterweht, ist schon krank....man kann hier die Ursachen abklären, aber wer hat hier schon eine genaue Diagnose, es ist schön das es einem nicht alleine so geht. Gruss rinnen

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Rose23](#) on Fri, 03 Oct 2008 17:23:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ähm...ich hoffe, du nimmst mir das nicht übel, aber ich hätte lieber sowas wie schweren Eisenmangel oder Hormonprobleme als gar keine Diagnose  
Ich hab mir auch schon überlegt die Haare nach dem Waschen einfach die nächsten drei Monate mit Augen zu zu fönen/kämmen und dann mal wieder nen Blick drauf zu werden  
Ich glaube zu viel Aufmerksamkeit dem ganzen jeden Tag zu widmen ist wirklich Gift. Aber wie kann man sich das Haarewaschen den verschönern

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

---

Posted by [keinohrhase47](#) on Mon, 06 Oct 2008 12:09:20 GMT

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

---

Hallo Rose,

ich würde es auf jeden Fall mit einer neuen Pille probieren. Das kann Wunder bewirken.

Ich wünsche Dir noch alles Gute und lass Dich nicht unterkriegen.

Viele Grüße

keinohrhase

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Mellitti](#) on Mon, 06 Oct 2008 12:43:35 GMT

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

---

Hallo Mädels...

es ist wirklich unglaublich, ihr sprecht mir so aus der Seele und wenn ich eure Zeilen lese, dann könnt ich denken es kommt von mir.

Meine kurze zusammenfassung:

Haarausfall seit ca 3-4 Jahren, zich Pillen versucht ( Diane+Androcur, Juliette, Belara, Valette, jetzt die Aida)

Meine diagnose "soll" zuviele Männliche Hormone sein, Bei zich Hautärzten war ich, Trichogramm alles ok, Wurzel alles ok, Ärztin sagt, bei mir stimmt alles auch der Schilddrüsen wert.

Ich nehme Ell Cranell, merkt aber noch nix...

Ich weiß nicht mehr was ich noch machen soll, ich fühl mich von Ärzten nicht ernst genommen. Immer guckt man mir aufn kopf und sagt, naja aber es geht doch noch..

Nee klar, aber das ich fix und fertig bin, Haarwaschtage für mich grauenvoll sind und ich beim Haarewaschen weine... nee das ist egal.

Ich denk mir auch es kann doch nicht sein das man mir bei diffusen Haarausfall nicht helfen kann.

Ich will jetzt zum Endo gehn auch wenn mein HA sagt mit der Schilddrüse ist alles ok.

Meine Geheimratsecken werden immer größer

Soll ich wieder eine andere Pille nehmen eine die Stark ist? Komischer weise, ist mein Haarausfall im Urlaub immer weg... Ich habe jetzt die vermutung das es vielleicht am Rauchen liegt, denn im Urlaub rauch ich nie.. um es zu testen hab ich jetzt gestern aufgehört. Aber kann das sein?

Mein Schatz ist auch schon am Ende, er sagt mir immer wie sehr er mich liebt und das ich seine Schönste bin Aber das muntert mich nicht mehr auf...

Ich wünsche mir nur das der HA endlich aufhört, bitte...

Ich werd echt verrückt, was ist aus meine Schönen Haare geworden ....

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Holunderweg3](#) on Mon, 06 Oct 2008 13:00:52 GMT

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

---

Hallo Melitti, so wie du schreibst ,haben wir alle diesen schei...HA besonders na Haarwäsche...und wenn du ihn schon seit 3-4 Jahren hast, bewundere ich dich sogar, ich habe nach 6 monaten die Nase voll, ich weiss zwar das ich Eisenmangel habe und einen Hormonwert männl. leicht erhöht, will mich auch nicht damit abfinden.Wieviel verlierst du denn so?Mein eigentliches Problem ist auch mehr die Angst vorm Waschen ,Kämmen ,Frisieren.....eine Endlosgeschichte, denke manchmal reif für den Psychater!Gruss rinchen

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [xwomam](#) on Mon, 06 Oct 2008 13:20:18 GMT

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

---

Hallo Rose,

Ich kenn deine Verzweiflung, glaub mir. Ich bin 21 und habe dasselbe Problem, und der HA ist auch schon deutlich sichtbar.

Ich würde dir auf jeden Fall raten, mal die pille abzusetzen. Zumindest bei mir wurde der HA nach Absetzen der Pille zumindest etwas besser.

Und sonst, denk ich mir, kann man nur alles durchprobieren. Mir hat noch nichts geholfen leider. Vielen hier helfen Dinge wie Mesotherapie, Pantostin, Regaine etc. Ich werde jetzt auch beginnen Regaine 2 mal am Tag zu benutzen, weil meine Haare verlier ich ja so und so. Und die Hoffnung stirbt zuletzt.

Wachsen die Haare bei dir denn wieder nach? Und haben deine Eltern Haarausfall oder gnaz einfach nur dünnes Haar?

Ig

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Rose23](#) on Mon, 06 Oct 2008 16:53:25 GMT

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

---

So, mein Plan:

1. ruhig bleiben
  2. Pillenwechsel nä Monat
  3. Haare kämmen mit Augen zu
  4. weniger schwarz tragen \*heul\* \*heul\* \*heul\*
  5. mal ne Hochsteckfrisur ausprobieren
  6. Ablenkung
- 
-

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Holunderweg3](#) on Mon, 06 Oct 2008 17:02:00 GMT

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

---

Hi Rose, mein Plan ist sooo ähnlich...haare kämmen, durchfahren, alles lockere hoffentlich erwischen, ins KLos und weg...., mehr schwarz tragen , heute mit nem Kosmetiktermin verwöhnt, komisch die Augenbrauen wachsen wie Kraut , beim Yoga gewesen.....und beim "Turnen" auf der Matte , Haare gesichtet, einreden die warn schon da.

Ich weiss nicht ob das manchmal nicht wahrhaben wollen ,verdrängen, runterspielen, auch das hochstecken was ich mache gut ist, im Moment muss das!!!!GRÜSSE

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Franka](#) on Mon, 06 Oct 2008 17:29:51 GMT

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

---

Hey Leute,

also ich hatte heute einen Termin beim Endo. Tja was soll ich sagen, bin genauso schlau wie vorher und kein bisschen weiter. Ich meine ganze Geschichte erzählt, was ich schon alles probiert habe etc. Es wurde gleich gesagt, dass ich AGA hätte. Hmm wie jeder Arzt irgendwie. Jedenfalls muss ich nächste Woche Freitag nochmal hin um Blut abnehmen zu lassen (dort wird nochmal komplett alles getestet, sogar Hormonstatus). Und dann sehen wir weiter.

Ich bin ja auch gerade am Überlegen die Pille mal abzusetzen, zum Einen um zu sehen, ob es vielleicht daran liegt und wenn nicht, dann kann ich ja nochmal einen richtigen Hormontest machen lassen ohne Pilleneinnahme. Hier wurde ja auch geschrieben, am besten mal absetzen, dass kann manchmal schon etwas helfen. Ich hatte die Ärztin darauf angesprochen und was kam direkt als Antwort??? Nein, also die Pille kann niemals Schuld am Haarausfall sein, auch an den anderen Symptomen die ich habe nicht (die z.B. als Nebenwirkung bei meiner Pille genannt werden). Fühlte mich auch wieder kein bisschen ernst genommen. Für der war es klar, ich habe zu viele männliche Hormone. Tja und helfen kann mir irgendwie keiner Ist doch echt zum heulen.

Liebe Grüße

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Rose23](#) on Mon, 06 Oct 2008 17:50:38 GMT

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

---

Ach, ich könnte kotzen, gerade gesehen, dass ich mit Pferdeschwanz inszwischen absolut nach HA-Patient ausseh

Augenbrauen sind bei mir auch top toll, dass meine neue Männerbekanntschaft jetzt immer meine Haare im Mund hat, weil die inzwischen ja wirklich auf jedem Quadratzentimeter zu finden sind

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [xwomam](#) on Mon, 06 Oct 2008 19:30:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey

...das Problem erinnert mich an meines. Mir ging das auch immer so, dass der Mann ständig Haare von mir im Mund hatte. Aber das beschränkt sich leider nicht nur auf Männerbekanntschaften. In der Arbeit, auf der Uni, haben die ständig irgendwo Haare von mir und fragen sich woher, die Haare kommen...

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Mellitti](#) on Mon, 06 Oct 2008 19:49:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Aabend...

Aber wenn ich zuviele Männliche Hormone habe, hilft dann dagegen nur eine Pille?  
Ich würd sie auch gern mal absetzen aber dann hab ich Angst das es dann noch schlimmer wird.. mein Arzt rät mir davon ab.

Wenn ich sie wasche verliere ich an die 300, ich habe sie einmal gezählt seitdem nie wieder, aber ich seh ja an dem Kneul das es wohl noch genauso viel ist.

Meine Haare wachsen nach, also ich hab überall kurze Härchen, aber ich denk mir so schnell wie sie ausfallen, können Sie gar nicht nachwachsen.

Ich hab auch echt schon überlegt ne Therapie zu machen, um damit einfach besser umzugehen. Morgen geh ich zum Sport, das heißt Haare waschen. Aber ich werd auch schön in die Sauna gehen, vielleicht komm ich da mal auf andere Gedanken. Ist es bei euch auch so das man immer an die Haare denkt?

Ich wünschte ja auch das ich euch einen Tip geben könnte, aber ich brauch ihn ja selbst, ich will meine Haare wachsen lassen weil ich sie so gut wie nie offen trage, aber meine Haare werden immer dünner und mein Zopf auch. Versteh nicht warum es im Urlaub immer weg war.. ich mein wirklich Stress hab ich nicht.. kann es an der Sonne liegen oder wie?  
Schlaft schön....

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Kizuna87](#) on Tue, 07 Oct 2008 01:06:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo, ich habe mir die vielen Berichte alle durchgelesen und muss sagen...mir geht es genauso...Ich bin 21 Jahre und das einzige was mir den ganzen Tag durch den Kopf geht ist mein Haarausfall...Ich denke oft an nichts anderes mehr, ertrage es auch nicht mehr mich im Spiegel zu betrachten...Seit Winter 2006 leide ich unter dem Problem...mein Haar wird immer weniger, ich nehme weder die Pille noch sonstwas...habe es mit Pantovigar probiert, mit dem "rosa" Tonikum für Frauen von Schwarzkopf, alles bringt nix...an andere Sachen traue ich mich nicht ran...Habe noch viele Haare, aber im Vergleich zu vorher ist es massiv dünner geworden...Oft habe ich auch Heulkrämpfe. Wenn ich meine Haare wasche verdunkle ich das Zimmer weil ich es nicht mehr ertrage...(so als wenn man im Zimmer nur den

Fernseher ohne Licht laufen hätte). Ich weiss es klingt vielleicht bekloppt aber, habe zu nix mehr Bock, vergrabe mich hauptsächlich durch dieses Problem meistens nur noch Zuhause... Bei mir Zuhause liegen überall all Haare rum, egal ob auf dem Boden, Teppich, Sofa... das macht mich sehr depressiv und akzeptieren kann ich es auch nicht. Traue mich mit keinem in meinem Umfeld zureden weil ich mich teilweise sehr dafür schäme und mich selbst seit Winter 2006 nicht mehr leiden kann deswegen... Ich hatte immer braune Haare bis August 2008, habe sie mir schwarz färben lassen mit roten Strähnen...

Da war es 1-2 Wochen super... ohne viel Haarverlust... aber jetzt kann ich mir die Haare büschelweise rausschleissen oder einen Schmerz zuspüren... Das kann doch nicht normal sein=( Meine Mutter hat auch extrem dünnes Haar schon immer und habe es offensichtlich von ihr geerbt. Mein Vater und meine Schwester haben alle volles Haar. Habe oft auch schon Wutausbrüche durch den Haarausfall... Oder lasse keinen mehr an mich ran... meine Eltern sollen am allerwenigsten was mitbekommen...

Mein Ideal vom Style her ist der Gothic-Style, schwarze Haare und so... Habe mir jetzt ernsthaft überlegt mir eine solche Perücke zukaufen (weil ich nur noch entweder mit Zopf oder Haar spangen rum laufe, sogar wenn ich schlafe) und weil ich denke wenn ich dieses Problem nicht mehr hätte es mir wesentlich besser gehen würde... Zweifel aber an Perücken und Medikamente nach allem was ich so gelesen hab schreckt es mich auch total ab=( Bei Perücken könnte ich mich nicht damit abfinden meine echten Haare abzurazieren...

Weiss nicht was ich machen soll, habe mal mit meiner Freundin darüber geredet aber sie meinte das wäre übertrieben und so, fühle mich nicht ernstgenommen=( So wie ich sein will, kann ich nicht sein, und das geht mir sehr an die Substanz... Dadurch das ich mich total unglücklich fühle, leidet alles was mir wichtig ist im Leben, weil ich oft keine Freude mehr empfinde, mich selbst hasse, oder ich wenn ich andere Frauen mit schönen Haaren beneide und oft Wut empfinde... Auch Wut darüber das dauernd egal ob in Zeitschriften, Fernsehern oder sonst wo Haarwerbungen laufen, es zieht mich nur noch mehr runter...

Aber ne Perücke ziehe ich immer mehr in Erwägung... nur bei den Kosten weiss ich nicht, was auf mich zukommt, ob ich mir diese "Rettung" leisten kann... Ich will glücklich werden, und frage mich ob ich noch warten soll oder mir jetzt schon eine zulegen soll... Ich hoffe meinen langen Beitrag schreckt niemanden zusehr ab, würde mich über jeden Kommentar zu meinem Beitrag freuen... Alles Liebe Kizuna87

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Holunderweg3](#) on Tue, 07 Oct 2008 06:24:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es stimmt wirklich, ich denke alle die hier schreiben, haben Angst, manchmal mehr manchmal weniger, und Mut können wir uns nur alle gegenseitig hier machen, weil ein Aussenstehender gar nicht weiss, wie man auch mit HA leiden tut, wenn ich hier lese, was alle so für Künste anstellen, von wegen Haarewaschen mit zugezogenen Vorhängen und und und, überalle sehe auch ich mich darin wieder, es wird zu einer Manie, genauso mit der Werbung, ich könnte jedesmal nen Schreikrampf bekommen, wenn die dunkelhaarige Frau mit den dicken Locken ihre Haare zeigt... Wir müssen jeden Tag funktionieren, und unser dämliches Problem Haare neben



Schule ,Uni, Labor, Arbeit bewältigen, ich habe eigentlich immer Angst, jetzt haben es alle entdeckt, die hat HA, es braucht mich nur mal jemand schief anzuschauen, ich denke immer, die Haare. Es ist echt furchtbar wie man da reinrutscht. So muss jetzt los, ich drücke mal alle hier lieb, mir gehts so wie den meisten hier, liebe Grüsse rinnen

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Rose23](#) on Tue, 07 Oct 2008 06:54:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmmm..habt ihr mal überlegt, dass ich vll auch ganz andere tolle Dinge an euch habt, außer eure Haare? Mir sagt man z.B. ein schönes Gesicht nach, anderen vll einen tollen Kleidungsstil oder eine besondere Ausstrahlung. Ich finde ja teilweise auch Frauen mit superkurzen Haaren sehr attraktiv

Ansonsten hab ich mal gerechnet, dass ich die Pille jetzt tatsächlich seit 8 Jahren ohne Unterbrechung nehme - vll schadet das dem Körper doch irgendwie

Und dann denk ich immer, was sollen die Frauen sagen, die ne Chemo machen müssen? Die sind 1. totkrank und müssen 2. noch ohne Haare leben

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Franka](#) on Tue, 07 Oct 2008 07:06:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Guten Morgen,

also da bist du nicht allein. Ich nehme die Pille auch seit fast 8 Jahren, wenn jetzt nicht sogar schon seit 8 Jahren (weiß den genauen Monat nicht, wann ich damit angefangen habe). Die Ärztin gestern (Endo.) meinte ja zu mir, dass der Haarausfall keineswegs von meiner Pille bzw. überhaupt von den Pillen kommen kann. Das finde ich für einen absoluten Schwachsinn. Es kommt ja immer wieder vor, dass Frauen durch die Pilleneinnahme Haarausfall oder bekommen. Manche bekommen ihn durch die Einnahme und andere beim Absetzen. Also mein Entschluss steht fest, ich werde sie absetzen. Ist halt wieder ein Versuch wert. Vielleicht klappt es ja, wenn nicht, dann muss ich mal ne andere Pille probieren.

Hattest du vor Pilleneinnahme auch schon Haarausfall oder erst seit der Einnahme? Seit anfang an oder erst nach ein paar Jahren?

Ich finde, dass das durchaus auch von der Pille kommt. Denn nicht umsonst findet man im I-Net darüber so viel mit den Nebenwirkungen und nicht nur Haarausfall sondern auch viele andere Dinge. Es kann nicht gut sein, ein lebenslang sowas zu schlucken für den Körper.

Liebe Grüße

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [xwomam](#) on Tue, 07 Oct 2008 07:59:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr lieben,

Ich muss sagen, was ich durch den HA gelernt hab, ist dass ich den Ärzten nicht mehr vertraue. Ich habe es auch satt, mir sagen zu lassen, was ich haben kann und was nicht. Mir haben Gynäkologe und Hautarzt damals auch nicht geglaubt, dass bei mir der HA in den ersten 2 Wochen der Pilleneinnahme immer schlechter ist, und dann besser wird. Aber es ist ganz einfach so! Auch wenns medizinisch nicht erklärbar ist,...Ärzte sind halt auch nicht allwissend. Franka, schau mal auf [www.sanego.de](http://www.sanego.de), da gibts genug Leute, die von der Pille HA haben.

@Kizuna:

Ich verstehe sehr gut, wie es dir geht. Ich bin auch erst 21, habe seit einem Jahr HA und ich bin auch oft schon fast depressiv, ziehe mich zurück. Ich versuche meine Eltern auch rauszuhalten, die bekommen die Zeiten gar nicht mit, in denen ich jeden Tag heule. An deiner Stelle würd ich auf jeden Fall noch anderes probieren, wie z.B. Regaine. Mir hat es nicht geholfen, aber vielleicht hilfts dir. Ja, und ich denke, wenn Freunde zu uns sagen, es sei nicht so schlimm, dann nicht weil sie uns nicht ernst nehmen. Ich rede ab und zu mit 2 Freunden drüber, und die sagen auch meist sowas. Aber ich denke mal, sie wollen uns einfach nur beruhigen, uns zeigen, dass man den HA nicht so sieht. Ich denk mir immer, was man für Möglichkeiten hat, als Freundin...man kann ja auch schwer sagen, kauf dir besser eine Perücke oder so...

Dann erstmals liebe Grüße

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Rose23](#) on Tue, 07 Oct 2008 08:21:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@ Franka:

Also ich glaub, dass ich vorher auch HA hatte, aber der war eher im Normalbereich...ich hab die Pille nach der Magersucht bekommen, zur Stabilisierung, weil ich auch keine Regel mehr hatte ...meine Angst: was wenn der HA noch viel viel schlimmer wird bei Absetzen der Pille? Ich glaube ich trau mich das jetzt nicht, nachdem ich das Zeug solange geschluckt hab und versuchs erstmal mit ner neuen Pille...meine Hautärztin meinte, dass es durchaus von der Pille kommen kann... Mir wurde jahrelang eingeredet, dass ich zu wenig Fleisch und Fisch esse bla bla bla...toll, Eisenwerte sind sogar super wie ich seit ein paar Wochen weiß; organisch alles ok

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Franka](#) on Tue, 07 Oct 2008 11:55:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also der Haarausfall muss ja durch Absetzen der Pille nicht unbedingt stärker werden. Jeder Körper reagiert ja anders darauf. Und wie es einem wirklich dabei ergeht, das kann leider vorhersagen. Mir wurde ja gesagt, dass oftmals der Haarausfall schlimmer wird oder überhaupt durch Absetzen eintritt, wenn man die Pille gegen Haarausfall genommen hatte. Wenn man diese dann weglässt, dann kommt dieser wieder. So wie bei diesen ganzen anderen Mitteln, wie z.B. Regaine. Da wird ja auch geschrieben, wenn man dieses Mittel absetzt, dann fallen die Haare wieder aus.

Wenn sogar dein Hautarzt auch sagt, dass es von der Pille kommen kann, dann würde ich den Versuch wagen. Sollte der Haarausfall einsetzen, also schlimmer werden, dann nimmst du die Pille wieder bzw. eine andere. Oder du probierst es erstmal mit einer ganz schwachen und schaust was dann passiert. Wenn der Haarausfall nicht stärker wird, dann weißt du ja das ohne Pille nix passieren wird und du weißt, dass der Haarausfall nicht von der Pille kommt Nur Mut!!

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut

Posted by [Mellitti](#) on Tue, 07 Oct 2008 19:31:24 GMT

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

---

Hallo ihr lieben..

Ich war heute beim Friseur...eigentlich geh ich schon lange privat aber ich dachte ich möcht heut auch einfach mal spontan gehen.. eigentlich kann ich nur sagen, das war wohl das letzte mal. Es war mir so peinlich als die Friseurinnen zu mir sagen "oh ihnen gehen aber sehr die Haare aus", sofort hätte ich anfangen können zu heulen. Als sie mir dann die Haare mit einer Bürste kämmen wollte, hab ich gleich gesagt, bitte mit einem Kamm. Und die Haare rieselten nur so. Wie schrecklich. Ich habe auch gleich das Gefühl das sie viel dünner geworden sind. Und immer habe ich nur die anderen Mädchen mit ihren schönen haaren beobachtet und mir gewünscht das ich schnell wieder aus dem Salon raus bin.

@Kizuna87: Ich fühle wirklich so mit dir... Ich kann mich auch nicht damit abfinden und ich leide auch so sehr darunter.

@Rose: du hast ja recht, mir sagt man auch immer das ich sehr hübsch sei und ich doch gar nicht traurig sein brauch, das ist ja auch richtig aber was nützt mir ein schönes gesicht wenn ich irgendwann keine Haare mehr habe und es mich seelisch fertig macht. Ich nehme auch seit fast 10 Jahren die Pille und immer eine antiandrogene, ich hab sie damals wegen Pickelchen auf dem Rücken bekommen und irgendwann kam dann erst der Haarausfall. Mein Gyn meinte aber auch wenn ich die Pille absetze kann es noch schlimmer werden da bei mir ja erhöhte männl. Hormone nachgewiesen sind. Ich nehm jetzt die Aida das ist eine niedrig dosierte, aber ich hab auch das Gefühl das es noch etwas schlimmer geworden ist, deswegen traue ich mich auch nicht sie ganz abzusetzen...

@Franka: Unter welchem HA leidest du? Hat man etwas bei dir festgestellt? Welche Pille nimmst du, hältst du mich auf dem laufenden wenn du sie absetzt?

Ich muss sagen das ich sehr froh bin das es dieses Forum hier gibt denn ich kennen in meinem Freundeskreis niemanden der mit HA betroffen ist und fühle mich deshalb etwas allein, aber hier

fühl ich mich wirklich verstanden.

hat jemand von euch mal überlegt eine Therapie zu machen? ich mein wir sind ja alles ziemlich am ende und vielleicht lernt man gut damit umzugehen?

Gute Nachti  
Eure Melli

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Kizuna87](#) on Tue, 07 Oct 2008 22:41:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@ xwomam

Ich bin froh alleine zu wohnen von daher kriegt sowenig wie möglich jemand was mit...es gibt eigentlich noch einen anderen Grund warum ich mich zurück ziehe aus der öffendlichkeit,den Grund ziehe ich auch als Ausrede vor wenn es mir nicht gut geht,und mich meine Freunde oder meine Eltern fragen was los is

...Ein problem is schlimm...alles zusammen noch schlimmer...

Zu deinem Tipp mit Regaine...ich hab schon viele Berichte gelesen das die extrem stark sein sollen? Und das man damit nachdem man die genommen hat (sind das Pillen oder ein Tonikum?) und man hört damit auf wird der Haarausfall noch schlimmer?

Was mich auch stört is,wenn man mal zum Frisör geht (alle 3-4 Jahre oder länger),das die Frisören dann an den Haaren noch ziehen und den Fön extrem glühend einstellen das ich dann am liebsten schreien möchte...

Was mir privat viel hilft is Musik,Lesen da wo ich komplett abschalten kann und mal nicht an den Haarausfall denken muss....oder Poesie,alles aufschreiben was mich belastet...

Ich bin froh eine Freundin zu haben, die zu einem hält, und einem zuhört...und die nicht über einen urteilt wie so oft =(

Zum Glück hab ich was gefunden was mich etwas ablenkt...  
und mir spass macht is an meinem neuen Kalender zuarbeiten das lenkt etwas ab...=)

Gruss Kizuna87

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Kizuna87](#) on Tue, 07 Oct 2008 23:00:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@ xwomam

Ich bin froh alleine zu wohnen von daher kriegt sowenig wie möglich jemand was mit...es gibt eigentlich noch einen anderen Grund warum ich mich zurück ziehe aus der öffendlichkeit,den Grund ziehe ich auch als Ausrede vor wenn es mir nicht gut geht,und mich meine Freunde oder

meine Eltern fragen was los is  
...Ein problem is schlimm...alles zusammen noch schlimmer...

Zu deinem Tipp mit Regaine...ich hab schon viele Berichte gelesen das die extrem stark sein sollen? Und das man damit nachdem man die genommen hat (sind das Pillen oder ein Tonikum?) und man hört damit auf wird der Haarausfall noch schlimmer?

Was mich auch stört is,wenn man mal zum Frisör geht (alle 3-4 Jahre oder länger),das die Frisören dann an den Haaren noch ziehen und den Fön extrem glühend einstellen das ich dann am liebsten schreien möchte...

Was mir privat viel hilft is Musik,Lesen da wo ich komplett abschalten kann und mal nicht an den Haarausfall denken muss....oder Poesie,alles aufschreiben was mich belastet...

Ich bin froh eine Freundin zu haben,die zu einem hält,und einem zuhört...und die nicht über einen urteilt wie so oft =(  
Zum Glück hab ich was gefunden was mich etwas ablenkt...  
und mir spass macht is an meinem neuen Kalender zuarbeiten das lenkt etwas ab...=)

Gruss Kizuna87

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Franka](#) on Wed, 08 Oct 2008 05:00:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

@Melli:

Also was ich genau für einen Haarausfall habe, sagt keiner genau. Ich bin der Meinung diffus, jedoch am Oberkopf vermehrt. Alle Ärzte sagen sofort AGA oder Hormone. Aber zu viel männl. Hormone wurden bei mir nicht festgestellt. Bisher konnte auch kein richtiger Hormontest gemacht werden, da ich ja die Pille nehme und der Test unter Pilleneinfluss ist ja verfälscht. Tja und da ich nicht immer auf die Ärzte warten will, ich so bald keine Haare mehr habe, dachte ich mir, probiere ich mal das mit der Pille absetzen. Denn dann kann man ja auch nochmal einen richtigen Hormontest machen.

Ich nehme die Belara von Anfang an, ist ja auch eine antiandrogene. Damals auch wegen Pickel bekommen und dann gingen die Haare aus, allmählich immer mehr. Von der Zeit her könnte es passen und nicht jeder Körper reagiert mit Nebenwirkungen auf etwas bei der ersten Einnahme. Manchmal dauert es ja ewig, bis sich das eingespielt hat. Aber ich werde dir gerne berichten, wie es mir so ergeht

Liebe Grüße

PS: Das der Haarausfall danach schlimmer wird ist ja nicht unbedingt gesagt. Jeder Körper reagiert anders

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Rose23](#) on Wed, 08 Oct 2008 05:43:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich glaub ich schreib jetzt mal nen Frage-Beitrag zur Pille.

@Franka: Das hört sich ja alles wie bei mir an

---

---

Subject: Re: Habe Angst - brauche Mut  
Posted by [Toppik](#) on Thu, 09 Oct 2008 14:05:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wenn es keine körperlichen Ursachen gibt, kann Streß durchaus Haarausfall verursachen.

Meine These hört sich vielleicht ein bisschen merkwürdig an. Aber vielleicht konzentrierst Du Dich so auf Deine Haare, um alle anderen Probleme zu vergessen. Ich denke, man macht soetwas unbewußt.

Das meine ich nicht böse, aber ich denke, Du solltest vielleicht mal bei einem Psychater vorsprechen. Um grundsätzlich alle Probleme ersteinmal zu lösen. Ansonsten bist Du in so einem Teufelskreis.

Du bist gestreßt, die Haare fallen aus, du wirst davon noch gestreßter und die Haarprobleme größer.

Ich nehme die Diane, die den HA verlangsamt hat. Aber es ist keine Dauerlösung, da zu viele Nebenwirkungen und das Schlaganfallrisiko steigt. Biotin und Zink war sehr gut zu meiner Haut. Die Haare wurden zwar nicht dicker, aber gesünder. Also brachen nicht mehr so schnell ab.

---