
Subject: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Fri, 19 Dec 2008 11:11:13 GMT

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

Wer kann mir sagen wann der schlimme Haarausfall einsetzt nach dem absetzen? hatte jemand keinen HA? bin ja jetzt 8 wochen pillenfrei und krieg immer mehr panik das es bald los geht. wieviel haare habt ihr in der schlimmsten phase denn verloren? Würd mich über paar Antworten freuen.Werd noch pranoide!

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [Schnuffelchen29](#) on Fri, 19 Dec 2008 17:48:59 GMT

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

Hallo,

also bei mir fing der HA nach ca. 4 Monat schleichend an und wurde dann immer schlimmer und richtig heftig... dauerte ca. 6 Monate und diesen Sommer hatte ich auch noch mal einen heftigen Schub. Habe wirklich eine Menge Haare verloren. Würde die Pille einfach so nie wieder absetzen. Erst jetzt - fast 15 Monate später - ist ein richtiges Nachwachsen der verlorenen Haare zu sehen. Habe eine Menge Geld ausgegeben um das in den Griff zu bekommen. (Nahrungsergänzung wie Biotin, Pantovigar, Priorin, Eisentabletten und etliche andere Haar-Vitamine, Shampoos, Haarwasser und Mesotherapie) Gott sei Dank tut sich jetzt endlich was...

Ich hoffe, dass es bei dir nicht so ein Drama wird wie bei mir. Aber ich glaube ich bin da echt die (heftige) Ausnahme...

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [Franka](#) on Fri, 19 Dec 2008 20:10:28 GMT

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

Hallo,

ich habe auch Pille abgesetzt und bisher keine Verschlechterung, im Gegenteil.

Man kann das nie so allgemein sagen, denn jeder reagiert darauf anders! Genauso, wie jeder anders auf die unterschiedlichen Pillen reagiert. Der eine verträgt sie super und der andere bekommt schlimmen Haarausfall.

Einfach probieren und abwarten, mehr kann man dann eh nicht machen. Denn wenn Absetzen, dann richtig. Sofort wieder nehmen, wenn einige Haare mehr fallen bringt ja dann auch nix. Das ist ja nicht Sinn und Zweck des Absetzens...

Also nur Mut und gutes Durchhaltevermögen,
liebe Grüße

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [Rose23](#) on Fri, 19 Dec 2008 22:27:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Schnuffelchen
Hattest du denn unter PillenEINNAHME auch Haarausfall? Oder fing der erst danach an?

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [Schnuffelchen29](#) on Sat, 20 Dec 2008 11:18:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir fing es erst danach an... früher hatte ich ganz dichte (dennoch feine) Haare. Hatte nie Probleme mit Haarausfall. Erst nach Absetzen der Pille fing das Chaos an und es dauert wie gesagt bei mir echt ewig... hätte ich das gewusst, hätte ich die Pille nicht einfach so ohne Grund abgesetzt...

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [Rose23](#) on Sat, 20 Dec 2008 12:33:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ein Trost ist vll, dass du weißt wo es herkam...
ich habe unter der Pille HA und muss mich quält die Frage, ob es vllt von der Pille kommen kann (die ich schon 8 Jahre nehme)

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [@Alexandra@](#) on Sat, 20 Dec 2008 13:17:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich glaube ehrlich gesagt nicht das die pille allein ein grund sein kann für haarausfall,es nehmen ja genug die pille und haben keine probleme. für mich war nur ein ausschlaggebender punkt das wenn ich ohne pille den gleichen HA hab wie mit,dann kann ich das zeug auch weg lassen.kann man ja nicht ewig nehmen.
außerdem entzieht die pille ja anscheinend dem körper nährstoffe,mag sein das die fürs haarwachstum wichtig sind.
große hoffnung das ich wieder dichtes haar krieg hab ich nicht,aber viell kann man es ein bisschen rauszögern,so das ich noch nicht so bald ein haarteil brauch.
das der HA erst 4 monate nach absetzen auftaucht macht mir schon angst,dieses warten halt und jeden tag die angst vorm haarewaschen-sind es mehr oder nicht.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [Franka](#) on Sat, 20 Dec 2008 16:25:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Man sollte das nicht so verallgemeinern. Es gibt genug Leute, die die Pillen ohne Probleme vertragen und dann gibt es aber auch genug, die die Pillen nicht vertragen und z.B. Haarausfall bekommen. Man braucht ja nur mal nach bestimmten Pillen im Internet googeln und es klagten auch sehr viele über Haarausfall und das er nach Absetzen dann weggegangen ist...
Ich denke, dass sollte jeder für sich selbst entscheiden, ob er den Schritt wagt abzusetzen und es zu probieren (sofern nicht ein anderer Grund für den Haarausfall ist)

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [Schnuffelchen29](#) on Sat, 20 Dec 2008 19:15:32 GMT

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

Ja.. das denke ich auch. Eine Freundin von mir hat mit oder ohne Pille keinerlei Probleme gehabt. Ich habe einfach ein riesen Pech gehabt.. bereue es sehr, dass ich sie damals einfach so abgesetzt hatte. Vielleicht ist es bei dir ja tatsächlich so, dass der HA durch die Pille kommt. Ich hatte mit Pille nie HA. Jeder Körper reagiert halt anders. Hast du denn diffusen HA oder das Ausfallschema, das für den androg. HA steht? Bei mir sind sie überall ausgefallen. Vor allem hat es mich am Haaransatz gestört... na ja... das ist zwar nur mir aufgefallen, dennoch ist das echt für die Psyche der Horror...

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Sun, 21 Dec 2008 17:50:21 GMT

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

ich hab diffusen HA ,was ja aber auch androgenetisch sein kann.
am oberkopf fällt's halt am ehesten auf,aber mir fallen sie überall raus.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [susanne27](#) on Wed, 24 Dec 2008 01:10:24 GMT

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

Ich habe 10 Jahre lang die Pille Valette genommen und habe seit 4-5 Jahren Haarausfall (vll. auch schon länger aber aufgefallen ist es mir erst vor 4-5 Jahren).

In den letzten Monaten habe ich bemerkt, dass ich während der 7-tägigen Pillenpause und eine Woche danach nur noch halb so viele Haare verliere, das war jeden Monat so. Ich habe dann mal den Beipackzettel durchgelesen und da steht doch tatsächlich drin, dass die Valette Haarausfall verursachen kann. Ich dachte ich lese nicht recht, denn schließlich ist das eine antiandrogene Pille. Im Internet findet man aber zahlreiche Berichte über HA in Verbindung mit der Pille Valette.

Deswegen habe ich die Pille vor 1 Monat abgesetzt. Die ersten 3 Wochen habe ich wirklich viel weniger Haare beim Waschen und Kämmen verloren aber seit einer Woche habe ich wieder deutlich mehr Haarausfall. Auch meine Haut ist viel fettiger geworden und ich kriege Pickel. Wie kann es sein, dass es bei mir so schnell geht??? Das ist doch nicht normal.

Nun überlege ich, ob ich mit der Pille wieder anfangen soll. Was würdet ihr mir raten?

Ich verliere an Tagen, an denen ich mir die Haare NICHT wasche ca. 150-200 Haare und an Tagen an denen ich mir die Haare wasche 300-350 Haare. Weiß bald nicht mehr weiter.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Wed, 24 Dec 2008 07:54:47 GMT

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

also das mit der fettigen haut kam bei mir auch schon nach paar wochen und ist jetzt 10 wochen nach absetzen immer noch so. hab auch pickel wie verrückt. Haarausfall ist bei mir aber immer noch etwas besser wie unter der pille. ich hatte auch bemerkt das in der pillenpause der HA fast weg war und dann wieder kam. weiß allerdings auch nicht wie lang ich noch glück hab und wanns bei mir los geht.wieviel hast du denn verloren als es besser war?

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [Franka](#) on Wed, 24 Dec 2008 09:14:40 GMT

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

Hallo Susanne,

ich nehme seit dem 18.10. keine Pille mehr. Genau wie du, habe ich seit gut 5 Jahren Haarausfall. Anfangs war mir dieser nicht bewusst, da ich sehr viele und dicke Haare hatte. Man hatte auch nichts gesehen. Ich dachte, dass es normal ist, wenn man längere Haare hat. So habe ich dann dahin gelebt und mir nicht weiter den Kopf darüber zerbrochen. Doch vor über einem Jahr ist mir der Haarausfall und auch das Ausmaß richtig bewusst geworden. Ich war richtig schockiert, als ich jedes Mal beim Haarewaschen die Mengen im Sieb sah und auch beim Kämmen...

Jedenfalls ging dann die Rennerei zu den Ärzten los etc. Kam nie wirklich was bei rum. Als ich jetzt zum Schluss den Endo. auf die Pille angesprochen habe, ob es davon vielleicht kommen könnte (weil von der Zeit es durchaus passen kann), bekam ich nur als Antwort, dass das niemals von der Pille kommt. Ich hatte wie du eine antiandrogene Pille (Belara), die ja auch bei Haarausfall eingesetzt wird. Ich habe dann aber den Entschluss gefasst, es zu probieren. Denn als letzte Möglichkeit bleibt mir nur noch Regaine, was ich nicht unbedingt nehmen möchte. Zumindest noch nicht. Seit dem ist stetig mein Haarausfall etwas besser geworden. Ich hatte mit der Pille beim Haarewaschen ca. 100-120 Haare verloren (nur im Sieb) und jetzt bin ich bei ca. 60 Haaren. Das kann ja kein Zufall sein.

Es kann aber auch vorkommen, dass anfangs der Haarausfall etwas schlimmer wird beim Absetzen. Nur Mut und halte durch. Denn absetzen und kurze Zeit später wieder nehmen ist nicht gut. Dein gesamter Hormonhaushalt ist jetzt durcheinander und muss sich erstmal wieder einpendeln. Sollte nach 3 oder 4 Monate immer noch keine Besserung zu sehen sein, dann kannst du dir ja eine andere Pille holen. Aber vorher am besten mal einen Hormontest beim FA machen lassen. Dieser ist nur 100%, wenn du die Pille nicht nimmst (mind. 3 Monate).

Also Kopf hoch und nicht aufgeben. Es gibt so viele Frauen, bei denen die Pille Schuld ist. Aber das kann nur jeder für sich selbst ausprobieren. Ich habe auch noch einen weiten Weg vor mir, denn der Haarausfall ist noch lang nicht "normal". Ich hoffe, dass es so weiter geht.

Genieße jetzt die Weihnachtszeit und komm auf andere Gedanken. In diesem Sinne ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und lass dich reich beschenken

Liebe Grüße

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [Rose23](#) on Wed, 24 Dec 2008 11:25:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Susanne,

ich nahm ebenfalls die Pille Valette seit 8 Jahren, gleiches Phänomen habe jetzt zu einer niedriger dosierten gewechselt (bin bei der dritten Packung), merke aber noch keine Verbesserung in Richtung HA (eher in Richtung Kopfschmerzen, die sind besser geworden, was ja auch schonmal ein gutes Zeichen ist). Mein Entschluss steht fest: absetzen. Halt durch und gib deinem Körper Zeit!!!

Alles Liebe und ein schönes Fest! Rose

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [@Alexandra@](#) on Wed, 24 Dec 2008 11:51:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

eine frage an dich,wieso denkst du eine Haarausfallrate von 60 sei nicht normal,das ist doch super.
mir gehts ja genauso wie dir,alles gleich.hast du keine angst das der HA in ein paar monaten losgeht?
ich hab gehört das die haare sich nach dem absetzen in so einer bestimmten phase befinden und dann später rausfallen.?
manche schreiben auch das es nach 7 monaten los ging.
das alles hemmt meine freude am derzeitigen HA Stand sehr.
gehts dir nicht auch so?

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [susanne27](#) on Wed, 24 Dec 2008 13:34:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[@Alexandra@](#) schrieb am Mit, 24 Dezember 2008 08:54also das mit der fettigen haut kam bei mir auch schon nach paar wochen und ist jetzt 10 wochen nach absetzen immer noch so. hab auch pickel wie verrückt. Haarausfall ist bei mir aber immer noch etwas besser wie unter der pille. ich

hatte auch bemerkt das in der pillenpause der HA fast weg war und dann wieder kam. weiß allerdings auch nicht wie lang ich noch glück hab und wanns bei mir los geht.wieviel hast du denn verloren als es besser war?

Als es besser war (während der Pillenpause und eine Woche danach) habe ich "nur" noch ca. 50-60 Haare beim Kämmen verloren, was m.E. sehr wenig ist, ansonsten sind es locker doppelt soviele. Heute beim Kämmen waren es ca. 100-120 was zwar nicht wenig ist, aber immer noch besser als 300-350, die ich gestern verloren habe als ich mir die Haare gewaschen habe. Ich zähle die Haare übrigens nicht ständig, ich habe mir vor einiger Zeit mal einen "100er-Knäuel" gemacht und kann dann immer gut abschätzen wieviele Haare mir ausgehen.

@Alexandra: Welche Pille hast Du denn genommen und wieviele Haare hast Du während der Pille verloren und wieviele jetzt?

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [susanne27](#) on Wed, 24 Dec 2008 13:43:20 GMT

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

Hallo Franka, vielen Dank für Deine ausführliche Antwort. Ich glaube ich werde wirklich durchhalten und die Pille weiterhin NICHT nehmen.

Also Du nimmst die Belara seit ca. 2.5 Monaten nicht mehr? Nach wievielen Wochen ist Dein Haarausfall besser geworden? Hat es sich kurzfristig auch verschlechtert oder ist es stetig besser geworden?

Hallo Rose, seit wann nimmst Du eine andere Pille und wieviele Haare verlierst Du derzeit? Keine Kopfschmerzen zu haben ist schon mal sehr positiv. Hast Du die neue Pille gleich nach der Valette genommen oder dazwischen eine pillenfreie Zeit gehabt? Wie heißt Deine neue Pille?

Ich wünsche euch Allen ein schönes Weihnachtsfest!!! Jetzt sollten wir mal den Haarausfall einfach vergessen und die Feiertage genießen.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Thu, 25 Dec 2008 11:45:15 GMT

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

Hab die yaminelle genommen und immer so ca. 100-120 verloren,jetzt ohne pille sind es so 60-70. glaub aber nicht das es so bleibt,gibts denn ein pille absetzten ohne haarausfall überhaupt.???

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [susanne27](#) on Thu, 25 Dec 2008 13:24:26 GMT

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

Liebe Alexandra, ich weiß nicht ob es das gibt, jeder Körper reagiert anders. Wäre doch klasse, wenn es bei Dir zu keinem Shedding mehr käme. Bist Du denn zufrieden 60-70 Haare am Tag zu verlieren? Wachsen genügend Haare nach? Nimmst Du noch irgendwelche NEM?

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Thu, 25 Dec 2008 16:45:27 GMT

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

was heißt zufrieden,weniger wär au nicht schlecht,aber mittlerweile weiß ich gar nicht mehr was noch normal ist. denke unter 100 ist schon mal O.K.Es wachsen schon noch haare nach aber die haarqualität hat stark abgenommen,es sind jede menge dünne fuseln drunter.nehme zur zeit noch haar aktiv von taxofit und selenium gel mit kieselerde. auf den kopf schmier ich mir so ne tinktur von alpecin gegen juckende kopfhaut und fettiges haar,damit hab ich sehr zu kämpfen.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [susanne27](#) on Thu, 25 Dec 2008 17:26:45 GMT

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

Ich habe ebenfalls fettige Kopfhaut bzw. Schuppen, das hatte ich früher nie.

Mir fallen sehr viele kurze Haare aus, fast mehr als lange Haare. Weiß nicht was ich davon halten soll...

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Thu, 25 Dec 2008 19:54:46 GMT

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

da kann ich nicht mitreden,hab mir die haare schon kurz schneiden lassen,weil sie so dünn sind,krieg sie jetzt besser hin,aber jetzt merk ich nicht mehr welche rausfallen,sind ja alle kurz.entspannt bin ich aber trotzdem nicht,hab halt angst das es bald losgeht,kann ja mehrere monate gehn.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [Franka](#) on Sun, 28 Dec 2008 18:39:13 GMT

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

Hallo,

@ Alexandra

Also wenn es 60 Haare am Tag wären, dann wäre es ok. Aber ich habe nur vom Waschen geschrieben (sprich die, die im Sieb landen) und da ich ja merke, dass ich noch genügend beim Kämmen etc. verliere, ist das lang noch nicht ok.

Ich zähle zur Zeit nur die Haare, die beim Waschen ausgehen. Daran merke ich ja auch schon, ob es besser oder schlechter wird.

Warum sprichst du immer von einer Verschlechterung die bald losgeht?? Das weißt du doch gar nicht, ob es kommt. Jeder Körper reagiert anders. Außerdem kommt keine Verbesserung, damit dann eine richtige Verschlechterung kommt. Das wäre eher anders herum. Freu dich lieber über die Zeit JETZT und denk nicht an die Zeit, die eventuell kommen könnte... Ich bin kann zwar noch keine Bäume ausreißen, auf Grund der aktuellen leichten Verbesserung, aber ich bin so froh, dass ich zur Zeit nicht jede Minute an den Haarausfall denken muss. Das ist auch schon mal was.

@Susanne

Seit dem Absetzen der Pille habe ich eigentlich kurze Zeit danach schon eine stetige Besserung bemerkt. Erst ist die Zahl gleichbleibend gewesen und dann ging es langsam runter bis zur der Zahl jetzt aktuell. Bin gespannt wie sich das weiter entwickelt.

Aber auf jeden Fall muss es noch weiter runter gehen und vorallem müssten noch einige Haare nachwachsen. Denn den extremen Neuwuchs der ausgefallenen Haare kann ich bisher nicht feststellen.

Liebe Grüße

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Mon, 29 Dec 2008 08:19:03 GMT

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

ich hab deswegen so ne angst,weil ich im internet gelesen hab(ich weiß man sollte nicht lesen)daß die haare nach dem pille absetzen in eine ruhephase treten(würde ja passen) und dann ausfallen nach paar monaten(würde ja auch passen,wenn viele nach paar monaten erst HA kriegen). Und das ist auch der grund warum ich mich nicht freuen kann.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [susanne27](#) on Mon, 29 Dec 2008 14:03:28 GMT

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

Mädels, ich bin so am Ende, ich weiß nicht mehr was ich machen soll. In den letzten Tagen war mein HA ein bisschen besser, d.h. ich habe tagsüber beim Kämmen "nur" noch so 70-80 beim Kämmen verloren was für mich schon ein Fortschritt ist/war. Ich habe vor ein paar Tagen wieder angefangen Silicea D12 zu nehmen und habe gleich eine Verbesserung gemerkt (fragt mich nicht warum, aber bei mir geht das komischerweise sehr schnell).

Gestern Abend habe ich mir jedoch die Haare gewaschen und nachdem ich aus der Dusche gekommen bin und in den Spiegel geschaut hab, da hängen schon mind. 50 Haare an den

Haarspitzen, die ich einfach rausziehen konnte. Ich hab mir die Haare dann nicht gekämmt und bin ins Bett gegangen. Heute morgen dann wieder der Schock, alleine beim Kämmen waren es locker 300-400 Haare. Ich hätte am liebsten geheult. Dabei wasche ich mir die Haare so vorsichtig, ich berühre kaum die Kopfhaut aus Angst mir würden noch mehr Haare ausgehen. Meine Haarwurzeln sind total schwach, wenn ich die Kopfhaut massieren würde, würden mir noch viel mehr Haare ausgehen.

Es ist so schrecklich, ich wasche mir nur noch alle 5 Tage die Haare auch wenn ich sie mir lieber öfters waschen würde, aber ich verkrachte diesen Haarwaschhorror nicht mehr. Denn bei JEDER Haarwäsche verliere ich Unmengen an Haaren.

Was soll ich nur machen, soll ich mit Regaine anfangen? Habe jedoch total Horror vor dem Shedding. Was ist wenn ich gar keine AGA habe? Ich lebe ja im Ausland (Karibik) und die Ärzte konnten ausser Eisenmangel bisher nichts feststellen. VII. sollte ich mich nochmal durchchecken lassen (Schilddrüse etc).

NEM schlagen bei mir gut an, aber langfristig wird mein HA nicht besser davon, die wirken immer nur kurzfristig.

Mit der Pille werde ich erstmal weiterhin aussetzen.

Die Mesotherapie klingt sehr vielversprechend, aber so etwas wird hier bei mir bestimmt nicht angeboten. Ich würde es aber gerne probieren.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [@Alexandra@](#) on Mon, 29 Dec 2008 17:41:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

du hast doch die pille abgesetzt,was ja heißt das dein starker HA damit zu tun haben könnte,was wiederrum heißt das es auch wieder aufhören müsste. oder haßt du als du noch pille genommen haßt genauso viele haare verlohren?

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [susanne27](#) on Mon, 29 Dec 2008 21:02:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe auch unter der Pille sehr viele Haare verloren, beim Waschen so ca. 200-250, jetzt sind es aber noch mehr. Kann also sein, dass es daran liegt weil ich die Pille nicht mehr nehme.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [@Alexandra@](#) on Tue, 30 Dec 2008 07:49:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich vermute mal das dein problem nichts mit der pille zu tun hat,sonst müsste sich der ha unter

pillen einnahme bessern(viel besser als du beschreibst)
bei mir spielt die schilddrüse noch ne rolle und meine werte haben sich verbessert seit ich keine pille mehr nehm.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [Lisa76](#) on Tue, 06 Jan 2009 12:43:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Du,

Ich schreib heute mal ein paar Zeilen, denn ich hab ja Zeit....Haarausfall nach Pille absetzen muss nicht sein, kommt aber häufig vor. Bei mir ist das immer so. Eine Möglichkeit, wäre die Pille "auszuschleichen", das heisst, die Hormone nicht schlagartig abzusetzen, sondern in geringer Dosis noch eine zeitlang zu nehmen und immer weiter zu reduzieren. Ist ja bei Dir jetzt leider passè, hast sie ja schon abgesetzt. Wenn der Haarausfall dann einsetzt, auf keinen Fall Panik bekommen, und sich immer wieder selbst vor Augen halten, das es nicht ewig dauern wird. Bei Stress werden Stresshormone produziert, die alles noch schlimmer machen. Ich weiß das aus eigener Erfahrung. Bisher hat es noch immer aufgehört, bei mir. Leider ist unser übertriebenes Gesellschaftsbild die Ursache dafür, daß wir Panik kriegen. Eine Frau mit dünnem Haar scheint weniger attraktiv und sie ist um ein "Geschlechtsmerkmal" beraubt, so scheint es. Tatsache ist aber, daß Frauen im Laufe ihres Lebens immer wieder mehr oder weniger volles Haar haben werden. In der Schwangerschaft z.B wächst und gedeiht nicht nur das Kind in unserem Bauch - auch die Haare. Danach fällt die Pracht wieder aus. Auch wenn`s schwer ist. Wir sind alle Persönlichkeiten, und dürfen uns nicht verlieren nur wegen dieser schwachsinnigen, übertrieben schönheitsbetonten Gesellschaft. Was nützt ein schönes Gesicht, wenn dahinter nur Leere ist? (sorry, heute bin ich wohl etwas philosophisch)

Hoffe, es hilft ein wenig

Gruß, Lisa

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!
Posted by [susanne27](#) on Sun, 15 Feb 2009 15:04:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Mädels,

seit meinem letzten Beitrag in diesem Thread sind 7 Wochen vergangen und glücklicherweise hat sich mein HA gebessert!

Ich verliere jetzt beim Kämmen weniger Haare und beim Haarewaschen macht es sich noch mehr bemerkbar. Ich tippe so auf "nur noch" 100-150 Haare beim Haarewaschen und 60-80 Haare beim Kämmen. Genau kann ich es nicht sagen, denn ich zähle die Haare nicht, sondern

mache mir immer nur solche Knäuel, wobei ich einen "100er-Knäuel" habe, was mein Richtwert ist. Noch vor 7 Wochen waren es beim Haarewaschen ca. 300 Haare, also eine deutliche Besserung!

Ich nehme die Pille (Valette) seit dem 28.11.08 nicht mehr, somit seit 2.5 Monaten.

Seit einigen Wochen schlucke ich auch fleißig neue NEM's (Vitamin-B-Komplex, Dong Quai, Nettle) und auch weiterhin meine alten NEM's die ich schon länger nehme (Zink, Biotin, Silicea, Eisen).

Mir ist vor ein paar Tagen sogar aufgefallen, dass mir am Scheitel einige neue Härchen nachwachsen. Mein Scheitel sieht nicht mehr so kahl und glänzend aus, er ist zwar immer noch breit aber ich habe das Gefühl da tut sich etwas.

Woher die Besserung nun kommt, kann ich nicht sagen. Liegt es an der Absetzung der Pille oder vielleicht doch an den neuen NEM's??

Ich esse seit meiner Kindheit kein Fleisch mehr und habe einen extremen Eisenmangel und ich vermute auch Vitamin-B-Mangel, deswegen tippe ich am meisten auf den hochdosierten Vitamin-B-Komplex.

Es ist immer bisschen blöd wenn man mit vielen Sachen gleichzeitig anfängt und dann nicht weiß woher die Besserung kommt aber das ist mir egal, HAUPTSACHE ES WIRD BESSER, ich werde erstmal so weiter machen wie bisher.

Was mir jedoch etwas Sorgen macht, ist, dass ich meine Periode nicht mehr hatte, seitdem ich die Pille abgesetzt habe, also direkt nach dem Absetzen schon noch einmal (Abbruchblutung) aber seitdem nicht mehr. Ich habe die Pille 11 Jahre lang genommen, mit nur einer Unterbrechung vor ca. 4 Jahren. Meine letzte Blutung hatte ich Anfang Dezember, seitdem nichts mehr. Eine Schwangerschaft ist garantiert ausgeschlossen.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [@Alexandra@](#) on Mon, 16 Feb 2009 14:58:03 GMT

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

also ich hab gelesen das es ganz normal sei, das die blutung ausbleiben kann, meine frauenarztin meinte, das so nach 4 monaten sich was tun sollte. ich habe zum glück einen regelmäßigen zyklus, wenn auch nur sehr schwach seit absetzen. bin mal gespannt ob es bei dir so bleibt mit der besserung, ich bin jetzt seit 4 monaten pillenfrei und der HA ist auch noch besser.

Subject: Re: An alle Pillenabsetzerinnen!

Posted by [susanne27](#) on Mon, 23 Feb 2009 15:02:29 GMT

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

Ist es bei euch auch so, dass der HA zyklusbedingt mal besser und mal schlechter ist? Jetzt hatte

ich in den letzten 2-3 Wochen wenig HA und seit gestern ist es wieder deutlich schlechter.

Ich dachte endlich gehts bergauf und jetzt sowas.
