
Subject: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [leila06](#) on Mon, 23 Feb 2009 18:22:34 GMT

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

Hallo,

ich bin ganz neu hier und brauche Mut, Trost und vor allem Hoffnung. Ich bin nahe dran zum Psychologen zu rennen, da ich Angst habe, durchzudrehen. Ich bin weit weg von zu Hause (im Ausland) und ganz allein hier.

Ich weiss, dass es noch weitere Beiträe zum Thema Pille absetzen gibt. Ich habe alle gelesen und einige Fragen sind offen geblieben, daher ein neuer Thread.

Ich habe am 02. 12. die Pille "Valette" abgesetzt. Ab dem 15. 12. begann der Haarausfall und wird immer schlimmer. Nun meine Fragen:

1) Ich verliere 150-200 Haare pro Tag; nach der Haarwaesche sind es 380-400 Haare. Wieviele Haare verliert ihr, insbesondere Pillenabsetzerinnen?

2) Wie lange dauert der Haarausfall?

3) Wachsen die ausgefallenen Haare wieder nach?

4) Mein FA hat mir angeboten, Aldactone (Spironolacton) zu verschreiben. Ich bin mir unschlüssig, da das ja wieder ein Einfluss auf den Hormonhaushalt ist. Soll ich mit Spiro anfangen, oder abwarten?

5) Hat jemand Erfahrung mit Spiro? Kann es nach dem Absetzen von Spiro schlimmer werden?

6) Gibt es hier Frauen, denen die ausgefallenen Haare (durch Pille absetzen) wieder nachgewachsen sind?

7) Schilddrüse ist richtig eingestellt (Euthyrox 125) und Eisenwerte sind ok.

Danke!

Ig
Leila

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [susanne27](#) on Mon, 23 Feb 2009 18:55:26 GMT

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

Hallo Leila,

ich versuche einige Fragen zu beantworten (siehe unten in rot), weiß jedoch nicht auf Alles eine Antwort. Um Dir weiterhelfen zu können, würde ich gerne auch noch einiges von Dir wissen:

- 1) Gab es einen Grund warum Du die Valette abgesetzt?
- 2) Hattest Du bevor Du die Valette abgesetzt hast GAR KEINEN Haarausfall?
- 3) Käme es für Dich in Frage wieder mit der Pille anzufangen?
- 4) Wie alt bist Du?
- 5) Wie häufig wäscht Du Dir die Haare?
- 6) Hast Du mal Deine Blutwerte kontrollieren lassen?

leila06 schrieb am Mon, 23 Februar 2009 19:22Hallo,

ich bin ganz neu hier und brauche Mut, Trost und vor allem Hoffnung. Ich bin nahe dran zum Psychologen zu rennen, da ich Angst habe, durchzudrehen. Ich bin weit weg von zu Hause (im Ausland) und ganz allein hier.

Ich weiss, dass es noch weitere Beiträe zum Thema Pille absetzen gibt. Ich habe alle gelesen und einige Fragen sind offen geblieben, daher ein neuer Thread.

Ich habe am 02. 12. die Pille "Valette" abgesetzt. Ab dem 15. 12. begann der Haarausfall und wird immer schlimmer. Nun meine Fragen:

- 1) Ich verliere 150-200 Haare pro Tag; nach der Haarwaesche sind es 380-400 Haare. Wieviele Haare verliert ihr, insbesondere Pillenabsetzerinnen?

Tagsüber ca. 100-150 (beim Kämmen) und beim Waschen ca. 200-350. Bei mir variiert es sehr, mal habe ich 2 gute Wochen, an denen verliere ich beim Kämmen "nur" 80 Haare und beim Waschen "nur 150-200", dann habe ich wieder 2 schlechte Wochen (so wie jetzt) und da verliere ich dann fast doppelt so viele Haare.

- 2) Wie lange dauert der Haarausfall?

Das kommt darauf an woher der HA kommt. Wenn es lediglich an der Absetzung der Pille liegt, sollte sich der HA nach 3-6 Monaten regulieren.

- 3) Wachsen die ausgefallenen Haare wieder nach?

Auch das kommt auf die Ursache drauf an. Wenn es hormonell bedingter HA ist, dann denke ich schon.

- 4) Mein FA hat mir angeboten, Aldactone (Spironolacton) zu verschreiben. Ich bin mir unschlüssig, da das ja wieder ein Einfluss auf den Hormonhaushalt ist. Soll ich mit Spiro anfangen, oder abwarten?

Sorry damit hab ich keine Erfahrung.

- 5) Hat jemand Erfahrung mit Spiro? Kann es nach dem Absetzen von Spiro schlimmer werden?

Sorry damit hab ich keine Erfahrung.

6) Gibt es hier Frauen, denen die ausgefallenen Haare (durch Pille absetzen) wieder nachgewachsen sind?

Ich habe die Valette abgesetzt, weil ich dachte dass mein HA von der Valette kommt (steht auch auf dem Beipackzettel), jedoch hat sich mein HA nicht wirklich verändert, wenn dann ist er eher besser geworden. Und ja mir wachsen zum Glück wieder Haare nach.

7) Schilddrüse ist richtig eingestellt (Euthyrox 125) und Eisenwerte sind ok.

Hast Du auch Ferritin testen lassen?

Danke!

Ig
Leila

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [leila06](#) on Mon, 23 Feb 2009 19:27:17 GMT

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

Hallo Susanne,

ich anworte einfach mal auf deine Fragen:

zu 1) Ich habe die Valette abgesetzt, da mir meine Endokrinologin Metformin zur Zyklusregulierung verschrieben hat. Obwohl ich PCOS habe, bekam ich nach dem Absetzen der Valette 2x meine Regel und bin jetzt im 3. Zyklus.

2) Gar keinen HA hatte ich bis 20, dann wurde PCOS festgestellt und ich bekam die Pille. Als ich die Valette nahm, hatte ich wenig HA (60-80 Haare pro Tag, nach dem Waschen etwas mehr). Ich konnte gut damit leben.....

3) Wenn ich wüsste, dass mit Pille der HA besser wird, würde ich sie vielleicht, wenn auch ungern wieder nehmen, aber dafür gibt es keine Garantie. OHNE Pille fühle ich mich, abgesehen vom HA, super. Ich hatte mehr als 20kg zugenommen und 10 davon sind nun weg.

4) Ich bin 33 Jahre alt.

5) Ich wasche meine Haare alle 3 Tage.

6) Blutwerte sind laut Arzt ok, aber Ferritin habe ich nicht testen lassen.

7) Mir ist aufgefallen, dass meine Haare nach dem Absetzen schnell nachfetten und schuppiger sind. Seit einem Monat ist es jedoch besser, vielleicht ein Zeichen, dass sich die Hormone einpendeln???? Auf meinem Bauch hat sich so ein Flaum gebildet, Testosteron war jedoch im Normbereich. Mein Körper spielt verrückt.....

Ig
leila

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [susanne27](#) on Mon, 23 Feb 2009 19:49:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zu 1) Ich habe eben gelesen, dass Metformin zu einem Vitamin B 12 Mangel führen kann. Hast Du Deinen Vitamin B 12 Wert mal überprüfen lassen?

Hattest Du denn unter der Valette keinen regelmäßigen Zyklus?

zu 2) Warum wurde bei Dir PCOS festgestellt? Welche Symptome hattest Du? Hast Du auch unreine/fettige Haut (Akne)?

zu 3) Man müsste es doch feststellen können warum Du HA hast. Also obs hormonell bedingter HA ist oder ein Vitamin Mangel.

zu 6) Ferritin solltest Du testen lassen, das wird von den Ärzten oft vergessen.

zu 7) Nach dem Absetzen bekam ich ebenfalls fettigere Haut und Haare. Das hat sich jetzt in den letzten 2 Wochen jedoch etwas gebessert.

Ich habe übrigens mehr als 11 Jahre lang die Valette genommen und nehme sie seit Ende November nicht mehr. Meine Tage habe ich seitdem nicht mehr bekommen.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [leila06](#) on Mon, 23 Feb 2009 20:18:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bekomme alle 2 Wochen Vitamin B 12 gespritzt.

Mit Valette hatte ich regelmaessige Zyklen, aber nach 12 Jahren Einnahme meinte meine Aerztin, dass ich auf Metformin umsteigen soll, da ich auch eine Insulinresistenz habe. Mit Metformin bekomme ich meine Regel und kann mein Gewicht kontrollieren. Bin sehr zufrieden.

PCOS wurde vor 13 Jahren festgestellt: keine Periode, viele kleine Zysten im Unltraschall ABER kein HA und keine Akne.

Laut meinem FA ist alles ok. Hauptsache ich habe meine Regel, so sieht er das, aber ich leide.....

Ich sehe gerade, dass wir beide einen aehnlichen Verlauf haben: Ich habe 13 Jahre die Pille genommen und am 02. 12. 08 abgesetzt. Du hattest sie 11 Jahre und nimmst sie seit Ende November nicht mehr. Wie fühlst du dich? Hat der HA nach dem Absetzen begonnen oder war

er auch schon vorher da? Möchtest du die Pille wieder nehmen?

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [susanne27](#) on Mon, 23 Feb 2009 20:46:20 GMT

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

Ja wir haben beide einen sehr ähnlichen Verlauf, dazu kommt noch, dass ich ebenfalls im Ausland wohne, sehr weit weg von Zuhause, und an den Ärzten hier verzweifle. Die sind nämlich alles andere als kompetent. Wo wohnst Du wenn ich fragen darf (gerne auch per PM)?

Mein HA ist mir das erste Mal vor ca. 4 Jahren aufgefallen. Ich stand unter der Dusche und beim Abspülen der Haare hatte ich auf einmal ganze Strähnen (!) in den Fingern. Ich war total geschockt.

Seitdem wasche ich meine Haare auch nur noch gaaaanz vorsichtig. Würde ich das Shampoo wie jeder normale Mensch richtig einmassieren, würde ich wahrscheinlich noch viieeel mehr Haare beim Waschen verlieren.

Ich fülle immer etwas Shampoo in eine Plastikflasche ab, gebe etwas Wasser dazu und schüttele dann bis Schaum entsteht. Das Ganze kommt dann ganz vorsichtig auf die Kopfhaut und wird vorsichtig wieder abgespült. Anders kann ich meine Haare zur Zeit einfach nicht waschen.

Ich habe leider noch ein ziemliches Kopfhautproblem, seit ca. 1.5 Jahren. Ich vermute ein seborrhoisches Ekzem. Viele gelbliche festhaftende Schuppen, die mich fast in den Wahnsinn treiben. Ich behandle es derzeit mit Teershampoo und hoffe dass es bald besser wird.

Ausserdem habe ich noch extremen Eisenmangel und nehme seit gut 1.5 Jahren Eisentabletten. Desweiteren noch viele anderen NEM's (wie Zink, Biotin, Vitamin-B-Komplex, Silicea usw.). Nimmst Du irgendwelche NEM's?

In den letzten 2-3 Wochen war mein HA viel besser, ich habe tagsüber weniger als 100 Haare verloren und beim Haarewaschen (alle 4-5 Tage) nur 150-200 und habe auch gesehen dass mir wieder viele kleine Haare nachwachsen. Aber seit gestern ist es leider wieder schlechter. Heute muss ich mir noch die Haare waschen und bekomme schon die Krise wenn ich nur daran denke.

Ich sollte mal wieder ein großes Blutbild machen lassen und auch testen lassen ob ich nicht PCOS habe (wurde bisher nicht untersucht).

Unter der Valette war mein Testosteron sehr niedrig, jetzt ohne Pille wird der Wert bestimmt höher sein, ich merke ja, dass meine Haut fettiger ist.

Wurde bei Dir eigentlich auch mal DHT (Dihydrotestosteron) überprüft?

Die Pille möchte ich aber erstmal nicht wieder nehmen, mein HA hat sich nicht verschlechtert, ist wenn dann eher besser geworden.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [@Alexandra@](#) on Tue, 24 Feb 2009 08:16:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallöchen,bin auch ne pillenabsetzterin und wollte mal wissen was ist denn eigentlich PCOS? kenn ich gar nicht. wollte noch wissen welches teershampoo du nimmst,hab auch seborrhoisches ekzem und hab den ganzen markt bald durch. teerschampoo war aber noch nicht dabei.hast du auch ab und zu kopfhautschmerzen? weiß nicht ob das vom ekzem kommt oder wieder was anderes ist. ärzte wissen ja komischer weise nie von was ich red.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [leila06](#) on Tue, 24 Feb 2009 09:08:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@susanne27

Ich nehme Biotin, Zink und Silicea, aber erst seit 6 Wochen. Kann man da schon eine Besserung erwarten, oder ist das zu früh? Ab wann wirken solche NEMs denn?
DHT wurde bisher nie kontrolliert. Meinst du es könnte daran liegen?

Am 6.Maerz gehe ich nach Hause und werde einen neuen Endokrinologen aufsuchen. Hier (bin im Ausland) war ich noch bei keinem Arzt denn: 1)zu teuer 2) ich vertraue ihnen nicht. Aber das mit den Aerzten ist so ein Thema, meine Endokrinologin hat behauptet, dass der HA nichts mit dem Absetzen zu tun hat, mein GYN dagegen meinte, es liege daran und der Körper brauche Zeit. Aber WIEVIEL Zeit???? Wenn ich wüsste, der HA verschwindet in 1-2 Monaten, dann würde ich kein Theater machen, aber das kann mir keiner sagen.

@Alexandra

PCOS ist das Syndrom der polyzystischen Ovarien. Regel bleibt aus, einfach googeln, viele Frauen sind davon betroffen.....

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [susanne27](#) on Tue, 24 Feb 2009 14:35:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Alexandra@ schrieb am Die, 24 Februar 2009 09:16.....wollte noch wissen welches teershampoo du nimmst,hab auch seborrhoisches ekzem und hab den ganzen markt bald durch. teerschampoo war aber noch nicht dabei.hast du auch ab und zu kopfhautschmerzen? weiß nicht ob das vom ekzem kommt oder wieder was anderes ist. ärzte wissen ja komischer weise nie von was ich red.

Ich nehme das "T-Gel extra strength" von Neutrogena. Habs mir in den USA bestellt. Ich habe es bisher 2x benutzt, eine große Besserung merke ich allerdings noch nicht.

Ja, ich habe ebenfalls von Zeit zu Zeit diese Kopfhautschmerzen.

@leila06: Es könnte gut möglich sein, dass es am DHT liegt. DHT ist ja DAS Hormon, welches die Haare zum Ausfallen bringt. Weitere Infos unter Wikipedia:

<http://de.wikipedia.org/wiki/Dihydrotestosteron>

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [leila06](#) on Fri, 27 Feb 2009 09:08:19 GMT

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

@Susanne

Danke für die Infos. Ich werde DHT mal testen lassen. Was passiert, wenn es erhöht ist? Muss ich dann so DHT-Blocker nehmen? Hast du Erfahrung damit? Wie geht es dir momentan?

Ig
leila

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [optima](#) on Fri, 27 Feb 2009 09:20:49 GMT

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

susanne27 schrieb am Die, 24 Februar 2009 15:35

@leila06: Es könnte gut möglich sein, dass es am DHT liegt. DHT ist ja DAS Hormon, welches die Haare zum Ausfallen bringt.

...Bringen kann..Muss aber nicht.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [susanne27](#) on Sat, 28 Feb 2009 17:43:07 GMT

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

leila06 schrieb am Fre, 27 Februar 2009 10:08@Susanne

Danke für die Infos. Ich werde DHT mal testen lassen. Was passiert, wenn es erhöht ist? Muss ich dann so DHT-Blocker nehmen? Hast du Erfahrung damit? Wie geht es dir momentan?

Ig
leila

Hallo Leila, optima hat Recht, DHT bedeutet nicht gleich HA, das passiert nur wenn die Haarwurzeln empfindlich auf DHT reagieren.

Wenn der DHT Wert jedoch stark erhöht ist, und alle anderen Werte im Normalbereich liegen, dann kann man wohl davon ausgehen, dass die Haarwurzeln empfindlich auf DHT reagieren und man deswegen HA hat. Oder sehe ich das falsch optima Kann man das irgendwie testen lassen, ob eine Empfindlichkeit gegen DHT vorliegt?

Leila, mir geht's momentan so mittelmäßig. Seit 1 Woche fallen wieder recht viele Haare aus (ca. 100-150 an normalen Tagen und ca. 250 an Haarwaschtagen) aber ich sehe trotzdem dass mir viele neue Haare im Scheitelbereich nachwachsen.

Wo fallen Dir eigentlich die meisten Haare aus? Und wachsen Dir neue Haare nach?

Erfahrungen mit DHT Blockern habe ich bisher nicht. Ich selbst weiß ja noch nicht einmal woher mein HA kommt, tippe jedoch auf Eisenmangel und evt. auf PCOS (muss das mal testen lassen).

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [leila06](#) on Sun, 01 Mar 2009 20:58:27 GMT

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

Hmm, also ich verliere taeglich etwa 150-200 Haare. Haarewaschen ist für mich echt Horror, dann sind es ca. 400 Haare. Ich hasse es!!! Mir geht es richtig mies, ich bin einfach schlecht gelaunt. Ich vermisse die Zeiten, wo HA kein Thema für in meinem Leben war..... Die Medizin und die Aerzte gehen mir auch auf die Nerven. Weisst du ich war bei der Endokrinologin, beim Gyn, beim Hautarzt und keiner konnte mir definitiv sagen, woran der HA liegt und wie er gestoppt werden kann. Mann wir haben 2009, aber die Medizin ist machtlos. Ich hab's irgendwie satt staendig Biotin, Eisentabletten, Zink, Selen und Silicea zu schlucken. Dazu kommen meine Schilddrüsentabletten und Metformin. das sind am Tag 8 Tabletten, die ich nehme. Ich fühle mich wie 90! meine Mama ist 55 und nimmt KEINE Medikamente. Dieser HA kostet mich Geld und Nerven, ich kann nicht mehr. Vielleicht ist es besser, mich damit abzufinden und irgendwann eine Perücke zu tragen. Ich hab's sowas von satt!!!

Ob mir Haare nachwachsen, weiss ich nicht. Klingt blöd, ich weiss, aber ich kann keine "Stoppel" sehen. Ich habe an einigen Stellen so kurze, 2-3 cm, Haare. Geheimratsecken hatte ich früher nicht, jetzt kann man die deutlich sehen. Die meisten Haare fallen am Oberkopf aus, also da wo der Oberkopf endet und der Hinterkopf beginnt.....

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [leila06](#) on Sun, 01 Mar 2009 21:05:32 GMT

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

Ich beneide die Frauen, die ihre Haare mit einem beliebigen Shampoo waschen und ihre Haare fönen können, ohne dass die Haare dabei büschelweise ausgehen. Es muss doch ein schönes Gefühl sein dickes, glaenzendes und gesundes Haar zu haben, das nachwaechst. Ich kann einfach nicht mehr positiv denken und sage einfach: ok dann sollen meine Haare eben alle ausfallen und ich trage dann eine Perücke, denn NICHTS hilft gegen den HA. Ich bin am Ende.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [susanne27](#) on Mon, 02 Mar 2009 01:58:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Leila, mir gehts genauso. Ich beneide sogar meinen Freund denn er verliert am Tag vielleicht 5-10 Haare. Er hat dickes, volles Haar und ca. 3x so viel Volumen wie ich. Das ist echt frustrierend. Und wenn er sich die Haare wäscht dann massiert er das Shampoo richtig ein und rubbelt sich nach dem Waschen die Haare trocken. Dann kämmt er sich da Haare mit einem ganz feinzinkigen Kamm und dabei verliert er gerademal 2-4 Haare. Ich schaue ihn dann immer entsetzt an und sage ihm: "Wenn ich das machen würde, dann hätte ich wahrscheinlich gar keine Haare mehr auf dem Kopf". Denn ich benutze lediglich einen grobzinkigen Kamm und kämme meine Haare extrem vorsichtig. Trockenrubbeln könnte ich meine Haare nie.

Ist es nicht ungerecht, wir nehmen NEM's, ernähren uns bewusst, sind ganz vorsichtig beim Haarewaschen und Kämmen, vermeiden alles was dazu führen könnte, dass die Haare rieseln und trotzdem passiert genau das --> die Haare rieseln.

Aber Leila gib nicht auf, lass Dich nochmal genauestens bei einem Arzt durchchecken und diverse Werte testen. Ich werde morgen eventuell auch zu einem FA gehen und mir einen Termin geben lassen. So kann es ja nicht weitergehen.

Zur Zeit machen mich meine Schuppen total wahnsinnig, ich wache fast jede Nacht auf, weil meine Kopfhaut juckt und erwische mich dabei wie ich auf dem Kopf kratze, was dazu führt dass noch mehr Haare ausfallen.

Ich schlucke auch 8 Tbl. am Tag: Morgens gleich nach dem Aufstehen 1 Eisentablette + 1 Probiotic Tbl. Nach dem Frühstück 2 Tbl. Dong Quai (Engelswurz). Nachmittags 1 Tbl. Vitamin-B-Komplex + 1 Tbl. Biotin und abends 1 Tbl. Nettle + 1 Tbl. Zink. Zwischendurch nehme ich noch Silicea als Schüsslersalz ein.

Wenn Du mal jemanden zum Reden brauchst, kannst Du mir auch gerne eine PM schicken. Lass den Kopf nicht hängen (ich weiß leichter gesagt als getan...).

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [susanne27](#) on Mon, 02 Mar 2009 02:04:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach, ganz vergessen: Wenn Du 2-3 cm lange Haare bei Dir entdeckst, dann wachsen Dir wie es aussieht auch neue Haare nach. Ich entdecke auch solche 2-5 cm langen "Antennen" bei mir.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [leila06](#) on Mon, 02 Mar 2009 07:41:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Susanne,

vielen Dank für die tröstenden Worte! Ich glaube du verstehst mich sehr gut, da du acu an HA leidest. Manchen Leuten gehe ich naemlich auf die Nerven z.B. meinem Vater und meinen Schwestern. Die sagen, ich soll das doch locker sehen und mich nicht reinsteigern. Manchmal gelingt einem das ja, insbesondere wenn man beschaefigt ist und sich ablenken kann. Aber dann kommen solche Tage: ich bin allein in der Wohnung, wasche und kaemme mein Haar, verliere dabei bis zu 400 Haaren. In solchen Momenten könnte ich glatt durchdrehen!
Ich habe mich entschlossen, einen letzten Anlauf zu nehmen: Naechste Woche gehe ich zu einem anderen Endokrinologen, zum Gastroenterolog und evtl. zur Dermatologin. Mal sehen, ob das was bringt. Ich wünsche dir eine stressfreie, schöne Woche.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [Ataba](#) on Mon, 02 Mar 2009 08:24:08 GMT

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

locker sehen und nicht reinsteigern??? weils nichts bringt gell? das ist immer das argument der anderen. sie haben zwar recht, aber es lässt sich schwer umsetzen.

ich glaub einfach, dass KEIN mensch (und damit mein ich wirklich KEINEN) der nicht selbst HA in diesem, unserem Umfang hat oder hatte, wirklich nachvollziehen kann wie groß die psychische Belastung ist.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [@Alexandra@](#) on Mon, 02 Mar 2009 12:56:15 GMT

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

muß euch so recht geben,ich habs schon aufgegeben jemanden damit voll zu blubbern,weil die meißten es eh nicht nachvollziehen können(keiner).

Das mit dem vorsichtig haare waschen und kämmen kenn ich auch aber eigentlich sind wir blöd,denn die haare die rausgehn beim kämmen würden eh rausfallen,beim vorsichtig sein,bleiben viell mehr hängen,die dann halt später rausfallen. aber die psyche spielt uns allen halt einen streich.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [Ataba](#) on Mon, 02 Mar 2009 13:24:06 GMT

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

das mit dem vorsichtig waschen hab ich schon aufgegeben. ich hab die schn..z. langsam voll von der ständigen panik um jedes einzelne haar. und wenn ich "normal" wasch fallen auch nicht mehr oder weniger aus, als wenn ich vorsichtig wasch.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [optima](#) on Mon, 02 Mar 2009 13:47:52 GMT

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

susanne27 schrieb am Sam, 28 Februar 2009 18:43

Wenn der DHT Wert jedoch stark erhöht ist, und alle anderen Werte im Normalbereich liegen, dann kann man wohl davon ausgehen, dass die Haarwurzeln empfindlich auf DHT reagieren und man deswegen HA hat. Oder sehe ich das falsch optima Kann man das irgendwie testen lassen, ob eine Empfindlichkeit gegen DHT vorliegt?

Nein, beides mal. Leider kann man keine 100%-igen Aussagen machen. Einen solchen Test gibt es meines Wissens nicht

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [optima](#) on Mon, 02 Mar 2009 13:49:52 GMT

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

Ataba schrieb am Mon, 02 März 2009 09:24locker sehen und nicht reinsteigern??? weils nichts bringt gell? das ist immer das argument der anderen. sie haben zwar recht, aber es lässt sich schwer umsetzen.

ich glaub einfach, dass KEIN mensch (und damit mein ich wirklich KEINEN) der nicht selbst HA in diesem, unserem Umfang hat oder hatte, wirklich nachvollziehen kann wie groß die psychische Belastung ist.

Ja ihr müsst doch aber zugeben, dass ganz objektiv gesehen die anderen Recht haben.

Was bringt es denn sich hineinzusteigern? Bringt doch wirklich nichts, die Haare wachsen davon auch nicht nach.

Besser ist es, wenn man die Sache objektiv betrachtet und nach einer Lösung sucht.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [susanne27](#) on Mon, 02 Mar 2009 13:58:45 GMT

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

leila06 schrieb am Mon, 02 März 2009 08:41Liebe Susanne,

vielen Dank für die tröstenden Worte! Ich glaube du verstehst mich sehr gut, da du acu an HA leidest. Manchen Leuten gehe ich naemlich auf die Nerven z.B. meinem Vater und meinen Schwestern. Die sagen, ich soll das doch locker sehen und mich nicht reinsteigern.

Ja, ich verstehe Dich sehr gut. Mein Freund sagt so etwas zum Glück nicht, er weiß wie sehr mich der HA belastet.

leila06 schrieb am Mon, 02 März 2009 08:41Manchmal gelingt einem das ja, insbesondere wenn man beschaeftigt ist und sich ablenken kann. Aber dann kommen solche Tage: ich bin allein in

der Wohnung, wasche und kaemme mein Haar, verliere dabei bis zu 400 Haaren. In solchen Momenten könnte ich glatt durchdrehen!

Kann ich sehr gut nachvollziehen. Als mein HA noch schlimmer war und ich 400 Haare beim Kämmen nach dem Waschen verloren habe, da hab ich mich im Bad eingeschlossen und nur noch geheult. Einmal da war ich fix und fertig, hab zur Schere gegriffen und mir die Haare 15 cm abgeschnitten in der Hoffnung dass kürzere Haare, da leichter, weniger Zug auf die Haarwurzeln ausüben und die Haare weniger ausfallen. Geändert hat sich leider nichts.

leila06 schrieb am Mon, 02 März 2009 08:41 Ich habe mich entschlossen, einen letzten Anlauf zu nehmen: Naechste Woche gehe ich zu einem anderen Endokrinologen, zum Gastroenterolog und evtl. zur Dermatologin. Mal sehen, ob das was bringt. Ich wünsche dir eine stressfreie, schöne Woche.

Das finde ich super Leila, wir sollten nichts unversucht lassen!

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [susanne27](#) on Mon, 02 Mar 2009 14:04:56 GMT

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

Ataba schrieb am Mon, 02 März 2009 14:24 das mit dem vorsichtig waschen hab ich schon aufgegeben. ich hab die schn..z. langsam voll von der ständigen panik um jedes einzelne haar. und wenn ich "normal" wasch fallen auch nicht mehr oder weniger aus, als wenn ich vorsichtig wasch.

Hallo Ataba, bei mir ist das seltsamerweise nicht so, zumindest war es früher nicht so. Wenn ich mir damals die Haare "normal" gewaschen habe, oder vorher sogar noch meine Kopfhaut massiert habe, konnte ich mir ganze Büschel einfach so rausziehen. Wie es heute wäre, weiß ich ehrlich gesagt nicht, denn ich habe Panik es auszuprobieren, deswegen wasche ich erstmal weiterhin vorsichtig.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [Ataba](#) on Mon, 02 Mar 2009 14:08:26 GMT

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

sagt ja auch kein Mensch, dass sie nicht recht haben. Klar haben sie recht. Aber sie könnens nicht verstehn. Die Panik, die Angst die man hat. Sie meinen, sie können sich das vorstellen. Können sie nicht.

Aber recht haben sie. Keine Frage.

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"

Posted by [leila06](#) on Mon, 16 Mar 2009 19:21:38 GMT

Hallo,

ich war einige Zeit nicht hier. In der letzten Woche war ich bei einer Endokrinologin und beim Gyn. Beide haben meine Hormone untersucht und es hat sich herausgestellt, dass mein Testosteronwert im oberen Grenzbereich liegt und in den letzten 2 Monaten von 49 (Januar) auf 72 (Maerz) angestiegen ist- Grenzwert ist 80! Ich hatte am 2. Dezember die Pille abgesetzt. Beide Aerzte empfinden den Verlust von 400 Haaren pro Tag nicht als schlimm und meinten ich solle die Pille nicht nehmen. Ich nehme jetzt Nachtkerzenöl, weil es angeblich die Hormone regulieren soll, ausserdem hat mir der Gyn "Spironolacton 100mg" verordnet. Die NW von Spiro sind nicht ganz ohne, habe etwas Angst davor. Nun meine Fragen:

1-Hat jemand Erfahrung mit Nachtkerzenöl oder Spiro?

2-Ist der Anstieg des Testosteronwertes von 49 auf 72 in 2 Monaten noch normal?????

3-Ich bin jetzt 3,5 Monate ohne Pille; wie lange würdet ihr noch auf eine Besserung warten?

Ig
leila

Subject: Re: Konkrete Fragen zum Thema "Pille absetzen"
Posted by [@Alexandra@](#) on Tue, 17 Mar 2009 12:19:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

merkst du sonst noch was was mit dem hohen testoron zusammen hängt? Kriegst du deine periode normal? wann genau hat dein HA angefangen mit 400 pro tag? denke das kann ja leider bis zu nem jahr gehn bis sich das wieder reguliert hat,oder? ich wart auch gespannt auf den HA,bin jetzt 5 monate pillenfrei.
