

---

Subject: Haarausfall junge Frau

Posted by [Sinmara](#) on Tue, 10 Mar 2009 20:49:28 GMT

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

---

Hallo ihr,

ich bin neu hier, leide aber auch, wie ich glaube, unter Haarausfall. Richtig aufgefallen ist es mir in Prinzip sogar erst seit ca. drei Wochen, wenn ich aber nachdenke, besteht das Problem schon seit Jahren.

Zu meiner Vorgeschichte: Seit der Pubertät leide ich unter Akne und später auch unter verstärkter Körperbehaarung. Als ich es 'satt' war, bin ich zum Frauenarzt und habe die Pille Bella Hexal 35 verschrieben bekommen. Vorher ist mir schon aufgefallen, dass mir extrem viele Haare ausfallen sind. Der Zeitraum war ca. ein dreiviertel Jahr. Ich habe mich aber nicht groß drum gekümmert, weil kein Haarverlust sichtbar war. Ich hatte immer seeeehr viel, dickes, kräftiges Haar. Eine richtige Löwenmähne halt. Als ich mit der Pille angefangen habe, war ich 22. Nach einiger Zeit der Einnahme, merkte ich, dass ich keine Haare mehr verloren habe. Darüber habe ich mich natürlich gefreut und habe dann nur gedacht: Aha, das lag dann wohl auch an den Hormonen. Seit ca. vier Monaten habe ich die Pille abgesetzt, weil ich keine Östrogene mehr nehmen darf (Migräne mit Aura). Das Risiko eines Schlaganfalls sei zu hoch. Die ersten Monate nach dem Absetzen ist mir auch nichts aufgefallen. Meine Haare waren auf einmal glatter, was ich aber auf ein Haarpflegeprodukt schob. Im Januar merkte ich dann, dass mein Haar viel schneller fettet. Damit hatte ich früher nie Probleme gehabt. Dann hatte ich eine Phase, in der ich mein Haar alle zwei Tage wusch, bis ich dann feststellte, dass mir wieder extrem viele Haare beim Waschen ausfallen. Ich muss nur einmal mit den Händen durchgehen und habe mehrere in der Hand. Da entdeckte ich auch eine ziemlich kahle Stelle am Kopf. Neben dem Scheitel, hinter der Stirn kann man quasi auf die Kopfhaut gucken. Das ganze Haar im Scheitelbereich ist quasi ziemlich licht. Seit dem ich das entdeckt habe, wird es aber schlimmer, d.h., noch kahler und noch lichter. Ich traue mich schon gar nicht mehr die Haare zu waschen, und mache das nur noch alle drei Tage, und hoffe immer, dass ich nicht außer Haus muss. Sie hängen richtig strähnig runter. Von einer Löwenmähne ist schon lange nicht mehr die Rede. Ich habe kaum noch Haare in der Hand. Direkt nach dem Waschen sind sie zwar noch ansehnlich, aber schon einen Tag später sieht es nach nichts aus. Ich habe die letzten Tage die Haare auch mal gezählt. Im trockenen Zustand fallen mir nicht viele Haare aus (zumindest noch nicht). Das waren immer so zwischen 30 und 40. Bei der ersten Haarwäsche, wo ich gezählt habe, sind mir 278 ausgefallen, bei der Haarwäsche danach 430, bei der danach 467. Es scheint also zuzunehmen. Noch dazu bin ich am Ende meines Studium und habe demnächst Prüfungen. Ich würde das Ganze ja gerne auf den Prüfungsstress schieben, aber durch die Vorgeschichte ist das eher unwahrscheinlich. Außerdem hat es zu einer Zeit angefangen, wo ich noch keinen Stress hatte. Ich weiß nicht, was ich machen soll. Möchte zwar einen Endokrinologen aufsuchen, aber was kann der groß machen, wenn ich keine Östrogene nehmen darf? Außerdem weiß ich gar nicht, wie ich das momentan terminlich machen soll. Ich habe halt sehr viele Prüfungen jetzt. Ich bin richtig verzweifelt. Meine Haare waren immer das Einzige, was mir so richtig an mir gefallen hat. Mein ganzer Rücken ist durch die Akne vernarbt und auch im Gesicht habe ich Narben. Ich habe außerdem gelesen, dass Haare, die aufgrund von hormonellem Haarausfall ausgehen, nicht mehr nachwachsen - stimmt das? Wenn ja, bin ich wirklich am Ende, weil der Zustand, so wie er jetzt ist auch nicht schön ist. Und ich kann auch nicht ewig ignorieren, wie schnell mein Haar fettet, d.h., ich muss irgendwann wieder öfter waschen und dann fällt ja noch mehr aus. Ich bin jetzt erst 25, ich kann mir eigentlich

nicht vorstellen, eine Perücke zu tragen. Vielleicht klingt das jetzt kleinkariert oder gemein oder so. Aber ich frag mich echt, was noch alles dazu kommt.  
Vom Hausarzt kriege ich jetzt erst einmal eine Überweisung an einen Endokrinologen.  
Schilddrüse und normales Blutbild sind getestet und soweit in Ordnung.  
Gibt es denn wirklich noch Hoffnung?  
Tut mir leid für den langen TExt  
Vielen Dank  
Sinmara

---

---

Subject: Re: Haarausfall junge Frau  
Posted by [Elisabeth](#) on Wed, 11 Mar 2009 07:53:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Sinmara,

Du solltest unbedingt zu einem Endokrinologen gehen und Deine Hormone untersuchen lassen.  
Hier findest Du Ärzte mit denen andere gute Erfahrungen gemacht haben:  
<http://www.top-docs.de/include.php?path=login/arzts.php>

Außerdem solltest Du Dir den Einsteiger-Thread durchlesen.  
[http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/13742/1360/0 ///#msg\\_13742](http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/13742/1360/0 ///#msg_13742)

Die Probleme mit Akne und Behaarung könnten evtl. auf ein PCO-Syndrom hindeuten.  
Dass die Haare bei hormonell bedingtem Haarausfall prinzipiell nicht mehr nachwachsen ist Unsinn.  
Ich wünsche Dir alles Gute!

Gruß Elisabeth

---

---

Subject: Re: Haarausfall junge Frau  
Posted by [lavender](#) on Wed, 11 Mar 2009 09:21:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich empfehle Dir, Dich mal mit Hormon-Yoga von Dinah Rodrigues zu beschäftigen. Sie hat ein Programm entwickelt, bei dem der Östrogen-Spiegel auf natürlich Weise gehoben werden kann. Anwenderinnen berichten immer wieder, dass ihr HA dadurch aufhört und das Haar wieder dicker und kräftiger wird.  
Ich habe damit allerdings erst angefangen. Wenn ich Erfolge haben sollte (in ca. 6 Monaten) werde ich hier berichten.

Allerdings denke ich auch, dass ein Endokrinologe Dich untersuchen sollte.

Viel Erfolg  
Lavender

---

---

Subject: Re: Haarausfall junge Frau  
Posted by [Sinmara](#) on Wed, 11 Mar 2009 10:40:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

vielen Dank euch beiden für eure Antworten und eure Tipps. Wie gesagt, werde ich auch jetzt erst einmal zum Endokrinologen gehen. Ich hoffe nur, dass das Ganze schnell gehen kann.

LG

Sinmara

---

---

Subject: Re: Haarausfall junge Frau  
Posted by [@Alexandra@](#) on Wed, 11 Mar 2009 12:51:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dein momentaner HA kommt doch bestimmt vom Pille absetzen, wenn das etwa 4 Monate her ist? würde ja passen. Und das bei hormonellen Geschichten die ausgefallenen Haare nicht mehr nachwachsen ist blödsinnig, sonst hätten ja alle die das Problem haben keine Haare mehr. Es wachsen viell nicht mehr so VIEL nach und sie wachsen langsamer. Und das du die Pille abgesetzt hast kann ja auch noch positives bewirken, wenn sich der Körper umgestellt hat.

---

---

Subject: Re: Haarausfall junge Frau  
Posted by [Sinmara](#) on Sat, 14 Mar 2009 23:07:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi ihr,

wollte nur mal einen Zwischenstand sagen. Bemühe mich gerade um einen Termin bei einem Endokrinologen. In der Zwischenzeit habe ich mal beim Hausarzt ein paar Werte bestimmen lassen.

Das Blutbild ist soweit o.k. Testosteron ist an der Grenze, aber nicht erhöht.

Allerdings: Mein Cortisol-Wert ist viel zu hoch, außerdem habe ich einen Vitamin D-Mangel. Weiß hier vielleicht jemand was dazu?

LG

Sinmara

---

---

Subject: Re: Haarausfall junge Frau  
Posted by [lavender](#) on Sun, 15 Mar 2009 10:07:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich habe neulich mit einer Frau gesprochen, die niedriges Vitamin D und HA hatte - in Verbindung mit Hashimoto. Ich erinnere mich nur dass sie Biotin genommen hat und der HA wegging. Ich sehe sie demnächst nochmal und kann nachfragen, was sie gegen Vitamin D-Mangel gemacht hat.

Viele Grüße lavender

---

---

Subject: Re: Haarausfall junge Frau  
Posted by [Sinmara](#) on Sun, 15 Mar 2009 16:57:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

vielen Dank, das ist wirklich sehr nett!

ich hoffe zwar nicht, dass ich was mit der Schilddrüse hab (Werte sind auch soweit o.k., aber eben nur beim Hausarzt bestimmt, das muss ja noch nichts heißen), aber Genaueres werde ich wohl wirklich erst beim Endokrinologen erfahren. Aber es kann ja nicht schaden jetzt schonmal gegen den Vitamin D-Mangel einzunehmen. Hoffe auch wirklich, dass es besser wird. Die eine sehr, sehr lichte Stelle kann ich nämlich immer schlechter geschickt verstecken...

LG

Sinmara

---