
Subject: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Sat, 30 May 2009 08:32:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

...man von einem hübschen jungen Mädchen, dem die Männer nachlaufen, zu einem haarlosen depressiven "etwas" wird, dass keiner will...

Ich weiß, ich hab das ganze nicht so nett ausgedrückt. Mir ist das nur gestern beim Fortgehen aufgefallen. Ich bin 22 (gerade erst geworden) und habe seit 1,5 Jahren HA (AGA, die schnell voranschreitet).

Früher haben mich beim Fortgehen haufenweise Männer angesprochen und jetzt interessiert sich niemand mehr für mich. Wie soll ich denn damit klar kommen. Das ist einfach nicht fair...

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [@Alexandra@](#) on Sat, 30 May 2009 16:16:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn es für dich wirklich so schlimm ist und der HA so schnell und sichtbar voranschreitet, dann entscheide dich doch für Haareratz. ich hab hier schon so oft gelesen das man damit gut klar kommen kann und sogar krankenkassen teils dazu zahlen.

es gibt doch diese microlines haarnetze die man gar nicht sieht.

oder benutzt du schon sowas?

meine freundin zum beispiel hat gar keine haare mehr (alopecia areata) und die wechselt mit perücken und tüchern immer ab, ich persönlich würde glaub perücken vorziehen. sie hat einfach in ihrem leben andere prioritäten gesetzt und gemerkt das es wichtigere dinge gibt.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [nilufar](#) on Sat, 30 May 2009 20:51:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich weiss genau was du meinst!!
was machst du denn alles gegen den ha?

Ig nilu

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Sun, 31 May 2009 08:39:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für eure Antworten

@ Alexandra: Du hast schon Recht, es gibt wichtigeres im Leben. Ich weiß das gut, wirklich.

Aber dennoch ist das belastend: Ich bin 22 und mir macht es Spaß mit meinen Freundinnen tanzen zu gehen. Zudem bin ich Single und da flirtet man halt gern mal mit Jungs. Und es tut weh, wenn man diese Veränderung bemerkt, dass man einfach nicht mehr interessant ist... Über eine Haarverdichtung denke ich eh schon die ganze Zeit nach. Das ganze hat halt 2 Hacken. 1. ist es oft schlecht, für das eigene Haar und 2. spürt man es. Und ich habe Angst davor, jemanden, den ich kennenlerne gleich am Anfang über meinen HA aufzuklären...

@nilu: Wenigstens bin ich nicht die einzige, der es so geht. Ich habe wirklich alles probiert: 5 Hautärzte, 3 Mesotherapeuten, einen Heilpraktiker, eine Vitalfeldtherapeutin, Regaine, Pantovigar, Priorin, Inneov, alle Blutwerte getestet...

Es gibt leider wirklich nichts mehr, was ich noch tun kann.

Könnte nochmal mit der Pille beginnen, aber da war der HA leider noch viel schlechter als jetzt. Wie geht es dir mit HA?

Ig xwomam

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [@Alexandra@](#) on Sun, 31 May 2009 09:08:46 GMT

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

mit der pille würd ich dann an deiner stelle auch nicht anfangen,es sei denn viell ne ganz andere.ich persönlich hab aber jetzt auch die erfahrung gemacht das der HA ohne pille sogar minimal besser wurde,aber das wars auch schon.bin jetzt 8 monate pillenfrei und es ist alles wie immer also warum das zeug überhaupt nehmen.

ich würde an deiner stelle schnellst möglich was machen in punkto haarverdichtung od ähnliches das dein selbstwertgefühl nicht ganz verschwindet,sonst brauchst noch nen therapeuten.wenns nix ist für dich kannst weiter überlegen aber wer weiß,viell hilft es dir und du kommst super damit klar.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [nilufar](#) on Sun, 31 May 2009 10:24:54 GMT

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

ich bin auch erst 22 und habe den ha schon seit jahren, jedoch kam der sehr schleichend und somit hab ich erst nach jahren realisiert das irgendetwas nicht stimmt.

ich bin jahrelang von arzt zu arzt gerannt und mir konnte nicht EINER sagen worans liegt.

ich kann dir gar nicht schreiben wie oft ich heulend vor dem spiegel zusammen gebrochen bin. das war bis vor ca 9 monaten.

vor 9 monaten ca hab ich wieder angefangen regaine zu benutzen.

und hatte zufälligerweise auch in dem zeitpunkt bilder von meinem kopf gemacht.

ich hatte kein shedding und wenn ich mir auf die kopfhaut schaue sehe ich wie die meisten auch keine stoppel die nachwachsen, aber ich habe jetzt vor kurzem wieder bilder gemacht und war

echt erstaunt, weil sich auf jeden fall was getan hat.

ich will dir damit sagen dass sich der zustand manchmal doch bessert ohne das man das selber wirklich realisiert. wie lange hast du denn regaine benutzt? (ich benutze das 5%).
und zudem nehme ich seit 4 monaten die diane35 und bin der meinung das dadurch mein ha auch weniger geworden ist.

mir sind nie VIELE haare ausgefallen, aber irgendwie wurde mein oberkopf doch sehr sehr licht.

ich selber stecke meine haare oft zusammen, und muss dann auch nur sehr wenig toppik benutzen (haarverdichtung) das würde ich dir auch raten.

ansonsten wenn ich sie offen tragen will was ich beim weggehen immer tue, benutze ich ebenfalls toppik und mache mir selber eine haarverdichtung rein. eine reihe befestigt man mit clips. es sieht gut aus und ist nicht schädlich für die eigenen haare.

vor 10 monaten habe ich noch 3 - 4 reihen reingemacht, heute ist es nur 1 reihe!

ich gehe in 2 wochen zum ersten mal zur mesotherapie und bin mal gespannt, denn man will ja doch alles versuchen damits immer besser wird.

der beitrag wurde jetzt ganz schön lang

noch was: versuch nicht negativ zu denken von wegen (ich bekomme eine glatze, keiner schaut mich an etc) das ist GIFT für den Körper und du glaubst nicht was man mit negativen gedanken alles bewirken kann, kannst du ja mal googlen!!!

ich hoffe ich konnte dir etws helfen.

Ig nilu

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [Jessy](#) on Tue, 02 Jun 2009 15:00:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HI,
kann dich da gut verstehen!! Ist einfach nur noch alles schrecklich mit HA. Bin jetzt 27 Jahre und muss auch seit 1,5 Jahren darunter leiden!!
Wer kam bei dir auf die Diagnose AGA??
Hast du schon eine Haaranalyse und den Hormonstatus prüfen lassen??
Hab jetzt nächsten Monat einen Termin beim Hautarzt, werde da mal die Haaranalyse machen lassen. Meine Pille hab ich auch letzte Woche abgesetzt!! Seit wann nimmst du keine Pille mehr?
Evtl. muss sich dein Körper noch auf die Veränderung einstellen??

Wieviele Haare verlierst du denn am Tag bzw an Waschtagen??
Sieht man es schon arg bei dir??

Geb auf jedenfalls nicht auf! Viele die ich kenne hatten mal HA und jetzt ist davon nichts mehr zu sehen.

LG Jessy

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Tue, 02 Jun 2009 21:42:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,
Danke für eure Antworten! Es ist wirklich schön aufmunternde Worte zu hören

@nilu: Ich habe auch schonso viel probiert und ich mache weiter. Ich bin sogar 5 mal nach München gefahren (ich wohne in Wien) nur zu einem Mesotherapeuten, der in München ist und angeblich gut sein soll. Hier in Österreich wird kein Procain usw. verwendet...
Ich hab alles getan was man nur tun kann, aber wenn ich mir fotos ansehe, wird mein Haarbild immer schlechter...

@Jessy:

Also zur Diagnose AGA kam eigentlich kein Arzt, sondern ich. Habe genau dasselbe Muster, wie meine Oma und meine Mama und das lässt halt AGA vermuten.

Ich habe auch schon alles probiert, von Mesotherapie, bis Haaranalyse, und sämtliche Blutwerte. Die Hormone sind eigentlich ok, und die Haaranalyse hat eine Telogenwert von 20-30 Prozent gezeigt, je nach Region. Ganz schön erschreckend...

Die Pille nehme ich jetzt seit über einem Jahr nicht mehr. Ich hab zwischendurch mal wieder probiert sie zu nehmen, hab aber nach 10 Tagen oder so aufgehört, weil mir viel mehr Haare ausgegangen sind, als sonst.

Wie viele Haare ich so verliere ist echt unterschiedlich, aber es sind zu viele. Zur Zeit würde ich sagen so 60-80 am Tag, beim Waschen verliere ich so um die 60 Haare würde ich sagen.

Man sieht den Haarausfall leider schon. Am Hinterkopf besonders, aber auch meine Stirn wird höher und mein Scheitel breiter...

Ich verwende bereits SuperHair. Es hilft etwas, aber bei der höher werdenden Stirn, z.B. da bringt das ja leider nichts

Wie ist es bei dir? Sieht man bei der den HA schon?

Ig xwomam

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [susanne27](#) on Wed, 03 Jun 2009 01:24:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe xwomam,

60-80 Haare am Tag ist doch eigentlich nicht viel. Problematisch wird es nur wenn nicht so viele nachwachsen. Ist das bei dir der Fall?

Ich habe seit schätzungsweise fast 5 Jahren HA (bin jetzt 29), habe es jedoch das erste Mal "erst" vor 3.5 Jahren bemerkt, als ich mir beim duschen büschelweise die Haarsträhnen rausziehen konnte. Das war der absolute Horror.

Ich hatte früher sehr viele Haare, und mir sind wahrscheinlich auch mehr Haare ausgegangen als anderen Leuten (vermute ich mal, genau weiß ich es aber nicht, da ich früher nie drauf geachtet habe).

Vor 6 Monaten habe ich die Pille (Valette) abgesetzt, und seit ca. 5-6 Wochen fallen mir Gott sei Dank konstant weniger Haare aus als noch davor (es wurde jedoch seit der Pillenabsetzung stets etwas weniger, trotz einiger Schwankungen). Zur Zeit liege ich bei 65-80 Haaren am Tag und das ist für "meine Verhältnisse" sehr wenig. In meiner schlimmsten HA Zeit waren es ca. 150-220 Haare am Tag und 300-400 Haare nach dem Waschen (nur 1x in der Woche). Und das ging jahrelang (!) so. Nach 1x kämmen war die Haarbürste komplett voll.

Würden mir nicht so viele Haare nachwachsen, hätte ich bestimmt schon eine Glatze, denn es hinterläßt natürlich Spuren wenn man durchschnittlich über 200 Haare am Tag über mehrere Jahre lang verliert.

Mein Ferritinwert lag vor 2 Jahren bei <1.5 ich war quasi schon anämisch. Seitdem nehme ich Eisentabletten, zu Beginn nicht sehr regelmäßig und zu schwach dosiert, aber seit knapp 4 Monaten sehr konsequent und hochdosiert.

Entweder mein Eisenwert hat sich verbessert und somit auch der HA oder es liegt an der Pillenabsetzung vor 6 Monaten. Ich nehme ausserdem ein hochdosiertes Multivitaminprodukt + Silicea und Zink ein.

Hast du auch schon mal Deinen Eisenwert (Ferritin) testen lassen? Wie siehst du mit Deiner Schilddrüse aus? Ist die ok? PCOS hast Du nicht? Nimmst Du irgendwelche NEM's (Multivitamin, Zink, Biotin...)?

Gib nicht auf, bei mir hat es auch mehrere Jahre gedauert bis der Haarausfall besser wurde. Weg ist er aber immer noch nicht.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Wed, 03 Jun 2009 08:18:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

Danke für die aufmunternden Worte
Es stimmt 60-80 hört sich nicht viel an. Es gab bei mir auch schon Zeiten da waren es 150 oder 200 am Tag. Aber zum Glück waren das nur sehr kurze Phasen, wenn ich krank war oder so.
Das Problem bei mir ist, dass die Haare nicht nachwachsen. Am Oberkopf wachsen schon einige

nach, aber am Hinterkopf gar nicht, und an der Stirn auch nicht. Und auch die am Oberkopf sind leider viel weniger, als mir auffallen.

Wenn ich Fotos mit jetzt vor einem Jahr vergleiche, könnte ich heulen, und wenn ich Fotos mit jetzt vor 1,5 Jahren vergleiche erst Recht...Das ist kein Vergleich, leider.

Bei mir hat der HA sehr plötzlich eingesetzt. Auf einmal sind mir Unmengen an Haaren ausgegangen.

Dir geht es also auch ohne Pille besser? Bei mir war es nämlich auch so. Der HA hat unter der Diane 35 begonnen und ich bin mir ziemlich sicher, dass das der Auslöser war. Als ich sie abgesetzt habe, wurde der HA auch besser.

Alle Ärzte meinen das ist nicht möglich. Die Diane 35 sei ja das Antiandrogenste überhaupt und müsste mir helfen - ist aber de facto nicht so.

Eisen, Zink, B-Vitamine, Schilddrüse hab ich alles bestimmen lassen. Werd das aber noch mal tun, weil mir auch im Nacken so viele Haare ausgehen, und das ja eigentlich gegen AGA spricht. Und ich will ja auf Nummer sicher gehen...

Es wär einfach so schön, wenn ich einfach mein Leben wieder haben könnte. Wenn ich bevor ich außer Haus gehe, nicht überlegen müsste, wie ich die lichten Stellen verdecke...

Aber ich befürchte, die Zeit bekomme ich nicht wieder...

lg

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [LittleTweety](#) on Wed, 03 Jun 2009 08:38:07 GMT

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

Hallo xwomen,

bei mir gehen auch viele Haare im Nacken aus. Und es fällt mir auch an der Stirn auf. Eigentlich gehen mir überall Haare aus. Es fällt nur vorne eher auf. Hinten kann ich ja nicht draufgucken

Aber meine Augenbrauen wachsen auch nur noch mehr schlecht als recht. Fingernägel ebenso.

Aber wenn das bei dir plötzlich kam und bei Krankheit schlimmer wird würd ich an eine Autoimmunkrankheit denken.

Hast du dich ausserdem mal auf Kryptopyrollurie testen lassen? Das ist eine Zinkstoffwechselstörung.

Die Pille bringt ja einiges ins Arge. Nach dem Absetzen meiner Pille wurde es auch merklich besser.

Ich glaube nicht, dass es erblich bedingt ist bei dir. Die Ärzte haben nur keinen Bock sich mit

dem Thema zu befassen.

Wenn dann habt ihr in der Familie höchstens das gleiche Problem, nämlich dass die Ursache nicht gefunden wurde bzw. stoffwechseltechnisch bei euch allen was nicht stimmt.

Gruß

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Wed, 03 Jun 2009 08:57:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi!

Danke für die Information;) Hab mir gleich mal einiges zu der Krankheit durchgelesen. Es trifft bei mir schon einiges zu, wie häufige Infektionen oder Histaminintoleranz. Aber müsste ich da nicht einen Zink oder Vitamin B6 Mangel haben?

Lg

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [@Alexandra@](#) on Wed, 03 Jun 2009 11:17:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

es ist ja schon seltsam das so viele schreiben das es nach pille absetzen besser wurde und wirklich jeder artzt sagt das könne nicht sein,bei mir auch.
mich würde mal interessieren ob die pille auch die haarstruktur negativ beeinflussen kann,also dünnere oder brüchige haare???

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [LittleTweety](#) on Wed, 03 Jun 2009 12:04:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo xwomen,

das Problem ist ja, dass du einen Vitaminmangel nicht feststellen kannst. Im Blu schwirren zwangsläufig immer Vitamine usw rum. Aber ist da dann auch noch genügend für die Zellen?

Unsere häutige Lebensweise lässt alle, wirklich alle unter Mängeln an Vitalstoffen leiden. Medikamente ziehen noch mehr aus dem Körper raus.

Und du bist definitiv zu jung für den Quatsch der Erbgeschichte.

Ein Jahr nach Pilleneinnahme hatten sich meine Haare übrigens strukturell sehr verändert. Zum negativen. Ich konnte auch keine Haare mehr tönen. Hielt einfach nicht.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [Jessy](#) on Wed, 03 Jun 2009 14:11:57 GMT

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

Hallo xwoman!

Bei mir sieht man den HA schon leicht!! Vorallem am Zopfumfang. Anderen fällt dies noch nicht auf. Was aber sehr schwierig wird, wenn man mit jemanden darüber reden will. Man wird nur kurz angeschaut und dann heißt es: Ist doch alles noch da, hast doch kein HA. Muss ich erst ne Glatze haben bis ich ernst genommen werde!!?

Ich verliere so am Tag 50 Haare. An den Tagen wo ich sie wasche sind es so zw. 150-250. Wobei ich aber auch sehr viele neue Haare immer wieder bekomme. Seh nach dem Föhnen immer aus wie ein Igel!!

Aber schon seltsam, wieviele Frauen Probleme mit HA durch die Pille haben. Ich hab auch lange Zeit die Valette genommen. Die ja auch eine antiandrogene Pille ist.

Werde jetzt wohl erst mal wieder 4 Monate abwarten dürfen, um zu sehen ob es ohne Pille besser wird.

LG Jessy

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [xwomam](#) on Thu, 04 Jun 2009 10:24:57 GMT

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

Hi

Ich hab mir jetzt gleich mal einen HPU test bestellt. Bei dem was ich schon für meine Haare ausgegeben habe, sind die 50 euro auch schon egal. Ich werd demnächst auch nochmal alle Blutwerte checken lassen, v.a. Schilddrüse.

Bei mir war das mit der Pille genauso. Ich habe damals im Jänner/Februar mit der Pille begonnen und im August ist mir aufgefallen, dass meine Haare auf einmal so dünn waren. Dachte zuerst das kommt vom färben oder so und hab mir nichts dabei gedacht. Ich hatte ja nie Haarprobleme. Und im November hat dann der massive HA begonnen.

Ich glaube die Pille ist vielleicht bei Leuten gut, mit PCO udgl. Aber bei mir war sie definitiv nicht gut. Ich hatte auch Wassereinlagerungen, hab teilweise ausgesehen als wär ich Schwanger, immer vor der Regel, und in der Pillenpause hab ich dann 2-3 Kilo abgenommen. Sowas kann ja gar nicht gesund sein...

Ich persönlich bereue es noch immer die Pille genommen zu haben. Das war meiner Meinung nach der Auslöser für meinen HA...aber rückgängig machen kann man es ja leider eh nicht...

Glg xwomam

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [teresa](#) on Thu, 04 Jun 2009 10:47:14 GMT

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

hey du, ich wollte nur mal sagen, deine attraktivität besteht nicht nur aus deinen haaren. wahrscheinlich fällt den männern dein haarausfall überhaupt gar nicht auf, sondern nur, dass du verunsichert und unzufrieden wirkst. und wenn man so etwas ausstrahlt wirkt das nun mal nicht anziehend. ich denke, das ist alles viel mehr eine einstellungssache, was jetzt nicht heißen soll, dass ich dein problem verharmlosen will. dennoch musst du nicht denken, dass niemand dich mehr will, nur weil es deinen haaren momentan nicht so gut geht. man bildet sich da so viel ein.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [optima](#) on Thu, 04 Jun 2009 12:27:08 GMT

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

Am besten andere Prioritäten setzen (wie schon gesagt wurde).

So banal wie es klingt, es gibt viel schlimmeres (Ich verzichte jetzt darauf Beispiele zu nennen).

Ausserdem ist "Schönheit" kein Wert, an den du festklammern kannst, da sie vergänglich ist (Alter).

Wenn ein Mann länger mit dir zusammensein will, dann ist das Aussehen kein entscheidender Faktor für ihn.

Ich will nicht sagen, dass ich dich nicht verstehen kann, aber du MUSST damit klar kommen/deine Einstellung ändern, wenn du dich besser fühlen willst.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [xwomam](#) on Thu, 04 Jun 2009 13:09:44 GMT

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

Hi,

@Teresa: Danke für deine Antwort. Ich muss sagen, ich kann das gar nicht mehr so einschätzen, in wie weit man als nicht Betroffener auf die Haare schaut. Ich schau bei jedem sofort auf die Haare, aber früher hab ich das auch nicht gemacht.
Nur leider brauche ich nur Fotos von mir anzusehen: Ich habe einfach schon fast kahle Stellen und die Haare sind so wenig...ich kann mir nicht vorstellen, dass man das nicht merkt...

@ Optima:

Danke für deine Antwort. Mir ist durchaus klar, dass es schlimmeres gibt, wirklich. Aber das ist, wie wenn du jemandem, der sich von seinem Freund getrennt hat oder arbeitslos geworden ist, oder womöglich eine Krankheit hat, sagst, es gibt Leute in Afrika die verhungern... Sicher stimmt das...aber ich habe nunmal mein Problem, und daran ändern Leute, denen es noch schlechter geht, wenig.

Und ja Schönheit ist vergänglich. Aber es geht hier auch weniger um Schönheit als um Normalität. Jedes 22 Jährige Mädchen hat Haare - und ich verliere sie eben. Und ich kann es Männern nicht mal verübeln, dass sie ein Mädchen, mit Haaren wollen. Und es ist so. Ich weiß ja nicht, ob du einen Freund hast (dann ist es vielleicht was anderes, weil der wird dich hoffentlich nicht wegen HA verlassen) Aber ich kann mir wenig Männer vorstellen, die sich ein Mädchen ohne Haare aussuchen...

Lg

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [optima](#) on Thu, 04 Jun 2009 15:13:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

xwomam schrieb am Don, 04 Juni 2009 15:09Hi,

[...]

Sicher stimmt das...aber ich habe nunmal mein Problem, und daran ändern Leute, denen es noch schlechter geht, wenig.

Doch, das tut es. Denk lieber daran, was du alles hast und worauf du stolz sein kannst. Es klingt dumm, aber es ist so einfach.

Zitat:

Und ja Schönheit ist vergänglich. Aber es geht hier auch weniger um Schönheit als um Normalität. Jedes 22 Jährige Mädchen hat Haare - und ich verliere sie eben. Und ich kann es Männern nicht mal verübeln, dass sie ein Mädchen, mit Haaren wollen. Und es ist so.

Naja, hier haben ja auch ganz schön viele junge Mädchen HA. Ich sage dir diese Sachen ja nicht um dir zu zeigen, dass dein Problem unwichtig und das du keinen Grund hast traurig zu sein. Ich sage dir diese Sachen nur, damit du eine Lösung für dich finden kannst, mit der DU dich wohlfühlen kannst.

Schliesslich kann dir keiner richtig "helfen" (ausser mit Ratschlägen).

Ich finde, dass du noch sehr jung bist und noch viele Sachen im Leben erleben kannst und du

solltest dich nicht so sehr vom HA beeinträchtigen lassen.

Ich hoffe dennoch, dass die Haare wieder nachwachsen! Ich bin sogar ziemlich sicher

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [@Alexandra@](#) on Thu, 04 Jun 2009 15:56:26 GMT

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

ich kann dir nur raten,alles zu versuchen um dich wohler zu fühlen.

probier doch einfach mal aus wie es ist mit haarverdichtung oder haarteilen oder was es da noch gibt.es ist wichtig das man aus dem loch wieder raus kommt. und viele schreiben doch das sie durch sowas wieder lebensqualität zurück bekommen haben.also ich werde bestimmt wenn es soweit ist alles probieren um so normal wie möglich auszusehn.

ich weiß ja nicht was du für haare hast,viell kommt für dich ein kurzhaarschnitt in frage? ich hab's gemacht und komm seit dem besser klar und es fällt auch nicht mehr so auf das sie so dünn sind.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [xwomam](#) on Thu, 04 Jun 2009 17:33:13 GMT

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

Hallo ihr lieben

Danke für die aufmunternden Worte. Ich weiß das wirklich zu schätzen.

@Optima:

Das stimmt schon, es hilft vielleicht irgendwie, sich vor Augen zu führen wie gut es einem geht. Es ist nur so, die meisten Leute in meinem Alter (und auch meine Freunde) haben keine Probleme in der Richtung. Und es ist halt naheliegend sich mit ihnen zu vergleiche, und sich "ihr Leben" zu wünschen (denn das sollte eigentlich der Normalfall sein)

Ich habe ganz einfach auch das Gefühl, dass der HA mein ganzes Leben ruiniert oder halt sehr beeinträchtigt.

Ich hab das Gefühl, mit anderen nicht mehr mithalten zu können. Wenn ich einen Jungen kennenlerne und er dann meine Freundinnen kennenlernt, interessiert er sich für die mehr als für mich (zumindest habe ich das Gefühl) Natürlich kann man jetzt sagen, dann ist er ein Idiot (was ja wohl auch stimmt). Aber de facto denkt man nicht so. Denn wenn man für jemanden Gefühle hat oder jemanden mag, ist das halt anders...

Sorry für die Jammerei Du hast ja Recht,w as sollen Leute sagen, die Krebs udgl. haben..

@ Alexandra: Eine Haarverdichtung wird eh früher oder später kommen. Wahrscheinlich im Sommer

Ich habe halt Angst vor den neuen Problemen, die auf mich zukommen. Denn dann bin ich gezwungen, den Leuten von meinem HA zu erzählen, (wenn ich jemanden kennenlerne)

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [@Alexandra@](#) on Thu, 04 Jun 2009 20:56:15 GMT

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

das mag schon sein,aber wenn du dir selber wieder gefällst,kannst du viell eher dazu stehn und findest alles gar nicht mehr so schlimm.dein selbstwertgefühl ist schließlich dafür verantwortlich wie du auf andere wirkst.ich zum beispiel hab in ner psychoteraphie gelernt(war nicht wegen dem HA)über solche dinge zu reden und es geht mir besser wenn die leute bescheid wissen,als wenn sie mich komisch anschauen.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [Sophia22](#) on Sat, 06 Jun 2009 21:05:36 GMT

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

Achja , ich weiß genau , wie du dich fühlst. ich bin auch erst 22 und frage mich , warum ich nicht einfach ein ganz normales leben führen kann , wie jede andere frau in meinem alter auch . Warum gerade die Haare, die für weiblichkeit stehen . Man hat noch sein komplettes leben vor sich und ich frage mich oft " welcher mann (gerade in unserem alter) nimmt schon freiwillig eine frau , die unter haarausfall leidet?

früher hatte ich so viel spaß an kosmetik , friseurbesuchen , shopping mit freunden ..aber jetzt , irgendwie wird das alles egal . was bringen mir tolle klamotten , wenn ich kaum haare auf dem kopf habe??

es ist schrecklich , frustrierend und vorallem deprimierend. Meine ganze Lebensqualität hat sich so verschlechtert , ich verkrieche mich am liebsten zu hause .

ich weiß , dass dich dieser beitrag nicht gerade motiviert , aber du bist nicht allein ..auch wenn wir in der minderheit sind

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [Yvii](#) on Mon, 08 Jun 2009 10:33:44 GMT

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

Hallo süße,

ich kann dich gut verstehen, wie du dich fühlst!

war hier lange nicht mehr im forum und heute habe ich mal nach langer zeit hier mal wieder vorbei geschaut ob es was neues gibt und bin auf deinen bericht gestoßen, der mich so an mich selber erinnert hat, wie ich denke und auch fühle.

ich habe das glück einen partner zu haben der auch den haarausfall von anfang an mitgemacht hat, auch für ihn ist das nicht einfach, er muß sich ständig mein gejammer anhören meine depresiven phasen durchstehen.was ich dir eigentlich sagen will mit oder ohne partner ist es schwer, ich denke zb. immer das er andere mädels viel schöner findet die volles gesundes

haar haben und scheiß drauf auf innere werte und so, es ist ja heute leider so das das äusere eine große rolle spielt.Ich bin 36 und kein hausmütterchen, was jedes wochenende zuhause sitzt, mein mann auch nicht, wir gehen immer noch sehr viel raus oder ich mit freundinnen alleine.

ich brauche stunden, damit ich die lichten stellen verstecke und die tonnen an haarsray einfach ekelig.eine haarverdichtung möchte ich zur zeit noch nicht obwohl ich da wohl nicht länger drum rumkomme, aber eine gute haarverdichtung ist sehr teuer, habe einen kostenvoranschlag machen lassen von bellargo scheint mir das beste zusein, viele promis tragen sie auch, kostet 1800 euro und ich bekomme nicht einen cent von der krankenkasse (KKH)
Also ich denke und fühle genauso wie du und kein mensch brauch mir was von innere werte oder so erzählen, fakt ist das man nix auf dem kopf hat und das macht einen fertig!!!
einen lieben gruß und halt die ohren steif!

Yvonne

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Mon, 08 Jun 2009 19:33:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Sophia und Yvonne,

Schön zu wissen, dass es nicht nur mir so geht. Ich hätte einfach so gerne mein Leben zurück, und ich denke es ist normal, dass es uns so geht...so ziemlich jeder in unserem Alter hat Haare am Kopf. Warum sollte also jemand mich wollen?!

Und das Äußere zählt nunmal auch, wenn man jung ist.. ist ja auch irgendwie logisch, dass Männer eine Frau mit Haaren wollen.

Und wenn man einen Freund hat, dann hat man wahrscheinlich Verlustängste, wie du sagst. Es ist einfach nicht fair, dass wir in unserem Alter in unserem Leben so eingeschränkt sind. Aber wahrscheinlich müssen wir einfach damit leben und uns damit abfinden...

liebe Grüße an die Leidensgenossinnen

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [LittleTweety](#) on Tue, 09 Jun 2009 08:06:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

man ist leider immer wieder entmutigt. Aber was mich jetzt wieder mutiger stimmt: Seit Jahren hat meine Mama kaum Haare auf dem Kopf. Es hieß AGA. Keiner in der Familie hatte das. Nur sie. Sie hat sich irgendwann damit abgefunden und nichts weiter getan. Letztes Jahr war sie bei meiner Heilpraktikerin. Hat ihre Pille abgesetzt (Neo Eunomin, die DIE Haarpille sein soll) und hat ihre Betablockerdosis halbiert. Zudem entgiftet. Das hat sie Anfang des Jahres wieder gemacht.

Ausserdem nimmst sie ein Algenpräparat und Rega-Saft.

Und was sehe ich vor ein paar Tagen, ich mein es ist mir vorher auch schon aufgefallen, dass ihre Haare irgendwie anders aussehen, dachte aber ich mein das nur. Beim genauen Hinsehen hab ich viele kleine Antennen bei ihr gesehen. Und sie meinte auch, dass es vielleicht mehr wird, aber an anderen Tagen meint sie das nicht.

Ausserdem sind ihre Haare viel lockiger geworden.

Ach ja: Das Wachstum soll übrigens rückwärts verlaufen. Das heißt, die Stellen, die als letztes kahl wurden, wachsen als erstes wieder.

Wenn sie sich nun wieder überwinden würde mal beim Arzt nen Eisencheck zu machen, wär das toll. Denn ich glaube, sie hat mir vielleicht den Hang zum Eisenmangel vererbt? Es deutet nämlich einiges drauf hin, dass sie ebenfalls unter Eisenmangel leidet.

Nun denn, ich wollte das hier mal schreiben.

Vielleicht hilft es jemanden ja noch (inclusive mir).

Gruß

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [@Alexandra@](#) on Tue, 09 Jun 2009 12:09:50 GMT

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

es ist schon der hammer, das es bei allen heißt AGA. bei meiner mutter heißt es seit 12 jahren AGA, und die hat noch genug auf dem kopf, zwar nicht so schön voll und dicht aber kahle stellen seh ich noch keine und sie ist 60!!

zudem hätte sie angeblich zuviel männliche hormone was aber nie untersucht worden ist. wenn es nicht so verdammt anstrengend wäre nach der ursache zu suchen, sollte man so lang forschen bis man es 100 prozentig weiß, aber wem sag ich das. ich hab ja auch angeblich AGA aber bis jetzt konnte mir noch niemand sagen warum ich so komische gekringelte haare auf dem kopf habe, in der haar klinik hieß es ich soll die halt rauswachsen lassen!!! danke fürs gespräch. bin mittlerweile auf dem stanpunkt das ich selbst für mich alles ausprobiere was geht aber zum arzt geh ich deswegen nicht mehr.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...

Posted by [Sophia22](#) on Tue, 09 Jun 2009 19:09:24 GMT

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

ich habe ja seit 6 monaten diffusen haarausfall...es lichtet sich ein wenig mein scheidel . ist das auch bei diffusem ha möglich , oder nur bei aga typisch??

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [nilufar](#) on Tue, 09 Jun 2009 19:13:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ alexandra

ich habe die nase auch voll von den ärzten. bin 5 jahre von arzt zu arzt gerannt mir konnte keiner sagen was für einen ha ich habe.
der letzte arzt, für den ich auch klar aga habe, riet mir nur mich besser zu ernähren und sport zu machen.
lächerlich oder? man weiss gar nich ob man sich aufregen soll oder nur über sowas lachen soll. abgesehen davon war der arzt spezialisiert auf ha.

lg

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Wed, 10 Jun 2009 08:42:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,
Also von Ärzten habe ich genug. Ich war schon bei weiß nicht wie vielen Ärzten. Am bestenr war ja der Arzt der sagte: Die Haare wachsen wieder nach,d as verspreche ich Ihnen. Das muss so sein, die Haarwurzel produziert ja wieder ein Haar.
Vielleicht sollt ich den jetzt nach 1,5 Jahren besuchen...dann kann er mir mal meine kahlen Stellen erklären...

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [@Alexandra@](#) on Wed, 10 Jun 2009 11:57:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zu mir sagte eine Spezialistin:ne ganz kahl werden sie ja nicht!!
na danke,aber mit löchern auf dem kopf ist besser oder was?
Bins auch leid ständig was neues zu probieren,wenn ich überleg was ich mir schon auf den kopf geschmiert habe,warscheinlich wirts deswegen net besser.hab auch das gefühl das meine kopfhaut immer gereizter reagiert,kein wunder!!!
und dann verschreiben dir manche ärztze noch so Hämmer.

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [sintia](#) on Wed, 10 Jun 2009 14:44:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich kenne das auch zu gut, die veränderung ist so depremierend,
es geht nicht direkt um die männer sondern man sieht ja daran ob man attraktiv ist oder nicht,
und nun gucken tatsächtlig sehr viel weniger jungs nach ,
also eine bestätigung für mich das der haarausfall hässlich macht ,

;-)

tut mir leid kann dazu nichts positives sagen sondern nur bestätigen ,ich verstehe dich .

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [sintia](#) on Wed, 10 Jun 2009 14:47:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich kenne das auch zu gut, die veränderung ist so depremierend,
es geht nicht direkt um die männer sondern man sieht ja daran ob man attraktiv ist oder nicht,
und nun gucken tatsächlicg sehr viel weniger jungs nach ,
also eine bestätigung für mich das der haarausfall hässlich macht ,
;-)

tut mir leid kann dazu nichts positives sagen sondern nur bestätigen ,ich verstehe dich
.javascript:%20insertTag(document.post_form.msg_body,%20",% 20'%20:cry:%20');

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [ira85](#) on Wed, 10 Jun 2009 16:55:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Auch ich finde mich in diesem Beitrag absolut wieder und es klingt vielleicht doof, aber es muntert mich auf, dass anscheinend bei HA "Mehr des selben" auch nix bringt - dachte ich mache grundsätzlich zu wenig, aber mehr scheint auch nicht wirklich zu helfen.

Eigentlich müsste man sich wirklich in Selbsthilfegruppen spezialisieren und alle Ärzte in den Wind schießen. Wenn die selbst nicht betroffen sind, können die sich auch nicht einfühlen, egal wie spezialisiert die auf HA sind oder nicht.

Im übrigen habe ich auch das Gefühl, dass Kerle seltener an mir interessiert sind. Ob das wirklich an meinem Äußeren oder meinem subjektiven Gefühl liegt mag ich nicht beurteilen. Zum Glück nimmt mein Freund mich ernst und hat von Anfang an gesagt, dass er auch bei mir bleibt, falls ich kahl werde. Sogar die Pille könne ich von ihm aus absetzen, wenn der HA wirklich daran läge. Ich wüsste aber auch nicht was ich machen sollte, wenn ich keinen Freund hätte, der mir ab und zu den Rücken stärkt.

Hm, ist jetzt doch etwas länger geworden.
Wünsche euch allen ein schönes verlängertes Wochenende.

Lg
Ira

Subject: Re: Wie kommt, man damit klar, dass...
Posted by [xwomam](#) on Sat, 13 Jun 2009 09:55:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich glaube wir können alle nur hoffen, dass mal wirklich etwas gegen Haarausfall gefunden wird.#

Ich denke, das sit ein Problem, dass so viele betrifft, eigentlich sollte es da doch schön langsam was geben oder?

Ich hoff dass, wenn ich mal Kinde rhaben sollte, es ihnen nicht mehr so geht, wie mir heute...

lg
