
Subject: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Mellitti](#) on Wed, 19 Aug 2009 19:25:28 GMT

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

Guten Abend zusammen...

Wer von Euch hat auch einen Eisenmangel (Eisen+Ferritin) und nimmt dagegen Tabletten, Infusionen was auch immer und der HA ist besser geworden?

Mein Ferritin und Eisen ist ziemlich im Keller, Ferritin bei 10 und das obwohl ich seit 1 Jahr jeden 2ten Tag Ferro Sanol nehme, ist der Wert gesunken.. Mein Hämatologe macht jetzt einen Test ob ich das Eisen nicht richtig aufnehmen kann und will dann meinen Speicher mit Hilfe von Infusionen auffüllen.. Ich bete das dass die Ursache für meinen HA ist und es danach endlich besser wird, sonst weiß ich einfach auch nicht mehr was ich noch machen soll.

Ich habe gerade wieder Haare gewaschen, brauch also nicht erklären wie meine Stimmung ist Ich habe nun auch seit 4 Wochen meine Pille abgesetzt, denn mein GYN meinte es wird wohl nicht an meinen Hormonen liegen, denn wenn dem so sei, dann würde unter meiner Pille der HA weg gehen oder besser werden. Er denkt auch es sei das Eisenproblem. Von daher will ich jetzt auch mal mit der 3 Monatspritze verhüten. Hat damit jemand erfahrung???

Zu dem habe ich auch seit einiger Zeit solche KOPfhautprobleme (schuppen) sonst habe ich das immer wieder gut weg bekommen aber nun hilft mein shampoo irgendwie nicht.. Habt ihr ne Idee wie ich die wieder weg bekomme?

Ich wünsche Euch einen schönen Abend...

Lg Milli

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Ataba](#) on Thu, 20 Aug 2009 08:53:45 GMT

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

Mein Ferritin lag letzten Winter bei 34. Ich nahm 3 Monate Tabletten mit mäßigem Erfolg. Danach Infusionen. Die letzte Infusion hatte ich Ende Juli. Im November auf einmal der HA-Stopp. Ich führ das aber nicht unbedingt auf das Eisen zurück. Kann sein, muss aber nicht. Ich hatte bis Mai d. J. relativ leichten HA. Jetzt im Sommer ging der HA wieder volle Socke los. Demnach könnt es auch saisonaler HA sein. Ich weiß es nicht.

Nach fast 2 Jahren HA weiß ich eins sicher: können kann alles, müssen muss nix.

LG

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Christiane38](#) on Fri, 21 Aug 2009 17:01:44 GMT

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

Hi,

ich hatte einen desaströsen Ferritin-Wert und eine latente Schilddrüsen-UF. Einige Wochen / wenige Monate, nachdem ich mit der Einnahme von Ferro Duodenal + SD-Hormonen begonnen habe, ist der HA deutlich weniger bzw. gestoppt worden. Meine Hoffnung, dass dann auch vermehrt Haare nachwachsen, hat sich allerdings nicht wirklich erfüllt: Die Kopfhaut schimmert noch genauso wie bei Beginn der Einnahme.

Gleichzeitig habe ich übrigens mit einem Shampoo angefangen: 5th Avenue Vivagen bei Haarausfall/dünnem Haar. Ich musste neulich mal für 2 Wochen auf ein anderes Shampoo umsteigen: Sofort rieselten wieder die Haare. Auch wenn viele sagen, dass das (so schnell) nicht sein kann: Eingebildet habe ich es mir garantiert nicht... Nach 1-2 Wochen mit Vivagen ging der HA dann wieder auf das für mich inzwischen gewohnte (=normale) Maß zurück.

Von daher kann ich aber auch nicht 100%ig sagen, worauf der HA-Stop zurückzuführen ist: Das Eisen, die SD oder das Shampoo. Wie dem auch sei: Ich bin einfach nur froh, dass nicht mehr überall und ständig Haare sind... Und klar ist, dass Eisenmangel nicht gut für die Haare (die Haut, die Konzentration, die Energie und die Psyche) ist, dagegen also auf jeden Fall was unternommen werden sollte!

LG

Christiane

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Mellitti](#) on Fri, 21 Aug 2009 18:00:49 GMT

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

Hallo Christiane,

das ist ja echt interessant.. Ich bin echt mal gespannt wie es bei mir sein wird, ich meine ich habe ja nun auch die Pille abgesetzt und viele erzählen hier ja auch wie schlimm es dann mit den haaren werden kann, bei mir ist es bisher noch unverändert.

Ich hoffe echt sehr, das wenn man einmal meinen Eisenspeicher wieder füllt, es dann einfach besser wird.

Ich wäre ja echt schon einfach zu frieden wenn der HA zurück gehen würde.. mir wachsen ja auch haare nach aber die sind nun mal einfach langsamer als die die ausfallen...

Von wo kaufst du denn das shampoo?

Und wieviel kostet das, ich würde das dann auch gern mal ausprobieren

Schönen abend noch...

LG

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [LittleTweety](#) on Fri, 21 Aug 2009 19:23:50 GMT

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

Hallo Christiane,

wie waren denn deine Schilddrüsenwerte? Würde mich jetzt interessieren, da mein neuer Hausarzt auch meinte, dass ich eine latente SD-Unterfunktion habe und zudem so gut wie keinen Ferritin.

Allerdings weist die Größe meiner SD (insgesamt keine 5 ml mehr) eher auf Hashi hin. Nu habe ich seit einigen Wochen Thyroxin hier liegen, traue mich aber nicht, das zu nehmen aus Angst vor noch mehr Haarausfall.

Wieviel Thyrox nimmst du?

LG

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [Holunderweg3](#) on Fri, 21 Aug 2009 19:29:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ..ich gehöre auch zu denen mit nem Ferritin welcher sich bis jetzt nach fast 2 Jahren nie über 30 auffüllen lässt. Und ich nehme ferrosanol seit fast 2 Jahren.....Pille nehme ich nicht. Ich hatte über den Winter bis ca. Juni kaum HA ..dann gings wieder richtig los. Habe heute auch wieder Haare gewaschen, ich möchte gar nicht wissen wieviele wieder usammenkamen. Gut ich habe das Eisen mal ziemlich unregelmässig genommen, und meine Mens ist auch nicht die schwächste. Aber ich schiebe den verlust auch auf das ferritin. Zudem bekomme ich sobald ich bissel mehr psychischen Stress habe, Schuppen, und die sind ja wiederum auch nicht förderlich für gesunde Kopfhaut. Ein Teufelskreis.... Zur Zeit nehme ich Ecerin Urea..weil immer so auf meinem Kof juckt....hoffe wenns kälter wird ...auf Besserung!!!Liebe Grüsse rinchen

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [Mellitti](#) on Fri, 21 Aug 2009 19:53:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Little Tweety,

die Fragen gingen sicher nicht an mich oder?
Bei meiner SD war immer alles ok...

Hallo Holunderweg..

Also ich habe auch Ferro Sanol fast 1 Jahr genommen und mein Wert ist ja trotzdem gesunken, mein Arzt macht jetzt am Montag so einen Eisentest mit mir. Ich muss da um 7:30 nüchtern hin kommen und dann bekomme ich 1 Eisentablette und dann muss ich 30 min warten und die wollen

sehen was mein Körper mit dem Eisen macht, und dann muss ich nochmal eine Tablette nehmen und dann wird Blut abgenommen und ich muss 3std warten.. Also es kann auch sein das man das Eisen über Tabletten nicht aufnehmen kann und dann geht es nur mit Spritzen... Mal sehen..

Ich will ja jetzt auch die 3 Monats Spritze nehmen, das gute ist das dann mein Eisen was ich bekomme ja auch nicht mehr durch die Mens verloren geht. Mein Arzt meinte jedenfalls das der Körper kein Eisen abbaut, sondern nur Frauen das über die Mens verlieren.

Ich bin gespannt und ich hoffe sooo sehr dass das endlich die Ursache für meinen HA ist

Schönen Abend...

Melli

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Holunderweg3](#) on Fri, 21 Aug 2009 20:34:18 GMT

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

Da drücke ich dir die daumen!!!1Vorallem das du das Eisen gut verträgst..ich bekomme manchmal Durchfall vom Eisen....und ein Punkt ist auch immer Vitamin C dazu zu nehmen..und da binich eher nicht imer dabei...Ne starke mens hatte ich schon immer..und auch immer hatte ich mehr HA wie andere...bewusst gmacht hat mich eine unsensible Friseurse vor 2 jahren...ansonsten musste mein Mann schon öfters Rohre vom Haar befreien...ich bin jetzt 38...und voller ist mein haar keinesfalls...ich denke ich verliere an Nichtwaschtagen um die 70 Haare..ist warscheinlich hochgerechnet..weil aus Angst trage ich fast nur noch hochgesteckte...an waschtagen...um die 200..grusel..wie siehts bei dir aus>??schönen Abend rinchen

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Christiane38](#) on Sat, 22 Aug 2009 08:09:33 GMT

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

Hi Little Tweety,

wenn bei Dir der Verdacht auf Hashi besteht, kennst Du ja sicher das Forum auf ht-mb? Meine Werte kann ich jetzt gerade nicht so aus dem Stand sagen (müsste kramen und habe gerade wenig Zeit). Aber es gibt so eine Tabelle, mit der kann man sich ausrechnen, bei wieviel Prozent des Normwertes man liegt.

Ich lag zwischen 10 % und 15 % bei t3 und t4. Das stufen Hashis als viel zu niedrig ein (sollte mind. 40-50% sein) bzw. wenig genug um echte Probleme zu bereiten.

Das sah mein Arzt damals 'endlich' auch so, nachdem bei mir vorher jahrelang immer wieder der Verdacht auf eine SD-Fehlfunktion geäußert wurde aufgrund meiner vielfältigen Symptome, nach einer Blutuntersuchung aber jedes mal gesagt wurde, dass ich halt 'in der Norm' und damit nicht behandlungsbedürftig bin.

Ich bin inzwischen bei sagenhaften 150 ng L-Thyroxin (von 25 langsam gesteigert über 15 Monate).

Ganz schön viel für jemanden, dem über 10 Jahre gesagt wurde, dass man keine Hormone

braucht, nicht wahr?

Mit der Dosis komme ich jetzt sehr gut zurecht, hat sich sehr positiv ausgewirkt (z.B. bin ich nicht mehr ständig so elendig müde und vergesse nicht mehr alles, das kann einem das Leben echt schwer machen neben den ganzen anderen Problemen).

Die Einstellungszeit ist allerdings nervig. Man bekommt das schon zu spüren, wenn man am Hormon-Rädchen dreht.

Was ich aber zu keinem Zeitpunkt hatte, war vermehrter HA. Und insgesamt geht es mir jetzt wesentlich besser als vor der Hormoneinnahme. Womit es sich für mich 'gelohnt' hat, länger nach einem Arzt zu suchen.

Mein HA ist wie gesagt so gut wie gestoppt. Woran es jetzt genau liegt, ist aber ja immer sehr schwer zu sagen (Thyroxin? Eisen? Shampoo? Weniger Stress?).

Hoffe, Dir damit geholfen zu haben. Wie sind denn Deine SD-Werte?

@Milli Ich kaufe das Shampoo übers Internet. Kostet so um die 15 Euro, ich komme aber ewig damit hin (obwohl ich täglich wasche). Von daher fällt das 'teurere' kaum ins Gewicht. Es ist das erste Shampoo, das ich auch über längere Zeit und täglich anwenden kann, ohne dass die Haare irgendwann schwer werden oder (sonst bei fast allen Shampoos:) ich juckende/trockende/leicht schuppige Kopfhaut davon bekomme.

Es macht zwar die Haare selber etwas trocken/rau, was aber nicht so extrem ist, dass ich sie nicht mehr kämmen könnte nach dem Waschen. Außerdem bringt das leicht aufgerauhte ja auch etwas mehr Volumen. Wenn die Spitzen zu trocken sind, nehme ich (alle Jubeljahre mal) den Conditioner derselben Firma.

LG

Christiane

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [LittleTweety](#) on Sat, 22 Aug 2009 09:18:09 GMT

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

Hallo,

mein T3 liegt bei 32 % und mein T4 bei knapp 17%. Meine SD ist insgesamt nur noch 4,7 ml groß wobei die linke Seite nur noch 1,0 ml groß ist.

Laut Radiologen aber nicht behandlungbedürftig, da die SD noch eine homogene Struktur und normale Echogenität zeigt.... Zudem seien die Hormone ja noch in der "Norm". Meine Beschwerden haben also alle nichts damit zu tun.

Wobei mein Arzt mir nun ja 25er Thyroxin verschrieben hat. Da ich allerdings alleine mit meinem Baby bin, weil mein Mann zur See fährt und mir auch schon gesagt wurde, dass gerade Anfangs die Nebenwirkungen erheblich sein können, traue ich mich noch nicht die Tabletten zu nehmen. Ich möchte warten, bis meine Mama im Herbst nicht mehr arbeitet und mich evtl. unterstützen kann, sollte ich total daneben hängen. Klingt jetzt wirklich doof, zumal ich schon langsam gegen die 30 gehe, aber ich möchte mich natürlich ordentlich um mein Kind kümmern und man macht sich da ja doch Gedanken.

Liebe Grüße

PS: Das Hashi-Forum kenn ich schon, habe schon sehr viel Zuspruch bekommen und tolle Erklärungen bzgl. der Funktionsweise der Hormone unter Tabletteneinnahme.

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [Mellitti](#) on Sat, 22 Aug 2009 11:55:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Huhu Rinchen,

ja meine Friseurin hat mich auch schon darauf hingewiesen aber ich habe es auch schon selbst gemerkt da ich selbst vom Fach bin Ich geh eigentlich gar nicht mehr zum Frisi, ich mache mir stähnen selbst und schneiden lasse ich sie dann von ner Freundin die das auch mal gelernt hat. Also ich verliere auch so 50 Haare am Tag schätze ich... Beim Waschen vielleicht 300... es ist aber auch immer so, wenn ich mir in die Haare gebe, ist IMMER 1-5 Haare in der Hand, einfach ätzend und ich merke langsam immer mehr das man meine Kopfhaut sehen kann.. meine Haare sind auch mega strohig, ich weiß auch nicht warum... Zusammen trage ich sie schon seit JAHREN!!! Man kennt mich nicht mit offenen Haaren, aber das mache ich nicht nur wegen dem HA sondern weil meine Haare einfach nicht schön sind, sie sind buschig, trocken und dünn.. Ich habe aber Locken und wenn sie dann mal wieder lang genug sind dann werde ich sie nur ganz leicht zusammen nehmen, also nur die Seiten mal sehen...

Lg Melli

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [Christiane38](#) on Sun, 23 Aug 2009 10:32:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Tweety,

wenn Ärzte 'Normwerte' erwähnen, fange ich inzwischen an zu gähnen.

Ich kann verstehen, dass Du mit dem Thyroxin nicht anfangen möchtest, weil Du Angst vor den Nebenwirkungen hast.

Ich denke, es ist auch eine Frage, wie starke Beschwerden man ansonsten hat. Bei mir waren z.B. die Nebenwirkungen durchaus spürbar, aber im Vergleich zu den Symptomen vorher nicht schlimmer, von daher war das nicht so wild.

Also zu warten, bis Dein Mann wieder da ist, damit Du Dich auf der sicheren Seite fühlst ist doch eine gute Idee!!!

Und ja, die ht-mb-Seite und -Leute sind echt extrem hilfreich!

LG
Christiane

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [LittleTweety](#) on Sun, 23 Aug 2009 18:38:05 GMT

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

Naja,

die Beschwerden nerven schon. Von Herzrasen über Panikattacken, Depressionen und Heulkrämpfe über Muskelschmerzen, extremen Hautirritationen (wenn ich an manche Stellen fasse, fühlt es sich an, als würde meine Haut brennen), immer mal wieder Haarausfall ist alles dabei. Ich wünschte nur ich wüsste, dass der HA durch das zuwenig an SD-Hormonen kommt und dann auch verschwindet, wenn ich LT nehme.

Vor der Schwangerschaft ging der HA zurück. Dann wurde ich schwanger und es ging wieder los. Bis ich entbunden habe. Dann hörte er wirklich am Tag der Entbindung auf. Meine Augenbrauen musste ich dann wieder täglich zupfen. Meine Fingernägel wuchsen auch wieder. Vier Monate nach der Geburt fiel dann jede Menge aus. Und jetzt gibt es Höhen und Tiefen.

Merkwürdigerweise wechseln sich Fingernägel, Augenbrauen und Haare ab. Mal wachsen Haare, dann die Augenbrauen. Und wachsen die Fingernägel, wachsen keine Haare...

Was hältst du davon?

LG

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Christiane38](#) on Sun, 23 Aug 2009 20:25:13 GMT

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

Hallo Tweety,

das ist ja echt seltsam. Eigentlich soll die SS ja die Haare so schön machen. Normalerweise fallen dann die (mehr gewachsenen Haare während der SS) dann ja nach der Entbindung aus. Und bei Dir ist es genau andersrum!?! Dass mal die Nägel, mal die Haare nicht wachsen, kenne ich nicht oder habe es so nicht beobachtet. Meine Nägel sind schon immer sehr gut gewachsen (und steinhart). Wobei mir neulich zweimal ein Nagel abgebrochen/eingerissen ist, was ich noch nie hatte vorher.

Die Augenbrauen: *seufz*. Ich habe total viele meiner Augenbrauenhaare verloren über die letzten Jahre. Ich hatte früher - mit Verlaub - wirklich schöne Augenbrauen, eines der Dinge, mit denen ich immer total zufrieden war. So vor 10 Jahren fiel mir dann eine kleine 'Schneise' in meinen sonst superdichten, dicken, dunklen und - wiederum mit Verlaub - schön

geschwungenen Augenbrauen auf. Das wurde mehr. Irgendwann dachte ich beim Blick in den Spiegel, dass ich irgendwie nicht mehr wie ICH ausseh, konnte es aber nicht festmachen. Bis ich dann drauf gekommen bin, dass es die Augenbrauen sind. Sie sind inzwischen vor allem zu den Rändern hin sehr ausgedünnt, inzwischen trage ich Augenbrauen-Puder auf, damit ich mich wohl fühle.

Das ist leider auch nie besser geworden, auch mit LT und allem anderen nicht.

Ich weiß es auch nicht. Ich denke mir immer, dass es irgendeinen Grund geben MUSS - trotz sämtlicher 'Normwerte'. Ich denke nicht, dass es normal ist, wenn einem schon mit Ende 20 (so alt war ich damals, als es dann nach ersten Vorläufern ab 16/17 endgültig losing) die Haare ausfallen - auf dem Kopf wie auch im Gesicht (und gleichzeitig Kinnhärchen sprießen *seufz*). Achso, und die Haut: Ich habe extrem empfindliche Haut, an die gar nix kommen darf. Sehr oft leicht gerötet, mit Ende 30 mehr Pickel als in der Pubertät. *grunz* Zwei Hautärzte haben mir schon Rosazea bescheinigt, wobei ich seltsamerweise nicht so recht dran glaube, dass das Rosazea ist...

Ich glaube, dass bei mir irgendwas nicht stimmt mit dem hormonellen Gleichgewicht und das schon sehr lange, aber ich mich halt (dummerweise?) 'in der Norm' bewege.

Ich wüsste ZU gerne mal, wie meine Blutwerte mit sagen wir mal 25 Jahren aussahen. Da ging es mir nämlich total gut, meine Haare waren gut, die Haut auch, Augenbrauen komplett und dicht da.

Schade, dass man das nicht mal direkt vergleichen kann, welche Werte da in welche Richtung abgerutscht sind, denn dass sich da etwas verändert hat, ist ja klar - selbst wenn es immer noch 'in der Norm' ist.

Wie gesagt, ich finde es ja schon total erstaunlich, dass ich inzwischen 150 L-Thyroxin nehmen kann und muss, damit es mir gut geht. Also brauchte ich es, auch wenn mir zig Ärzte 10 Jahre lang was anderes erzählt haben.

Hast Du auch mal an Cortisol gedacht? Und Progesteronmangel? Beides wurde bei mir als verdacht in den Raum geworfen. Vor 8 Jahren (oder so) stellte mal ein Arzt fest, dass ich so gut wie gar kein Cortisol produziere, hat dieser Vollidiot aber nicht weiter verfolgt. (Ich lese im Zusammenhang mit SD auch immer wieder von Cortisol und Progesteron - alles kann HA machen).

Naja, hoffen wir mal, dass es uns irgendwann besser geht!

LG

Christiane

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [derPunkt](#) on Mon, 24 Aug 2009 09:06:18 GMT

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

Christiane38 schrieb am Son, 23 August 2009 22:25Ich glaube, dass bei mir irgendwas nicht stimmt mit dem hormonellen Gleichgewicht und das schon sehr lange, aber ich mich halt (dummerweise?) 'in der Norm' bewege.

deshalb auch öfter mein hinweis bzgl. anti-aging-medizin, da es in dem bereich nicht um schwerwiegende endokrinologische störungen geht, sondern um hormonelle ungleichgewichte bzw. defizite. man muss auch da natürlich den richtigen arzt finden, das ist klar...

Zitat:Ich wüsste ZU gerne mal, wie meine Blutwerte mit sagen wir mal 25 Jahren aussahen. Da ging es mir nämlich total gut, meine Haare waren gut, die Haut auch, Augenbrauen komplett und dicht da.

eigentlich ist man mit 25 gerade noch so in der blüte des hormonhaushalts (zumindest optimalerweise). danach geht alles bergab...

Zitat:Hast Du auch mal an Cortisol gedacht? Und Progesteronmangel? Beides wurde bei mir als verdacht in den Raum geworfen. Vor 8 Jahren (oder so) stellte mal ein Arzt fest, dass ich so gut wie gar kein Cortisol produziere, hat dieser Vollidiot aber nicht weiter verfolgt. (Ich lese im Zusammenhang mit SD auch immer wieder von Cortisol und Progesteron - alles kann HA machen)

ich habe z.b. die erfahrung gemacht, dass ich trotz thyroxin, aber noch ohne cortison, immer noch eine gestörte haarstruktur und kopfhaut hatte. ich konnte den zyklus und überhaupt sämtliche schwankungen an den haaren ablesen. mit cortison hörte das auf. ich muss auf nicht mehr täglich waschen und meine haare sind trotzdem noch halbwegs akzeptabel. das wäre früher unmöglich gewesen. es hängt halt alles zusammen und gerade SD und cortisol sind so eng miteinander verbunden.

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [LittleTweety](#) on Mon, 24 Aug 2009 11:29:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

also doch noch mal einen Endokrinologen suchen? Dafür muss ich aber weit fahren...

Gruß

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [lavender](#) on Mon, 24 Aug 2009 15:41:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

da hat doch vor einiger Zeit Little Tweety auf das Forum von Dr. Beat Schaub hingewiesen ("Eisenforum", siehe google).

Fazit von dort: viele Frauen haben Eisenmangel und wissen es nicht, Normwerte sind mehr und mehr in Frage zu stellen (viele Frauen brauchen ein Ferritin von mind. 100), Eisentabletten

bringen gar nichts. Wenn Eisenmangel behoben, dauert es einige Monate, bis HA aufhört. Ich bekomme jetzt venofer in Kochsalzlösung als Infusion und werde über Veränderungen /Fortschritte berichten (noch zu früh!). Little Tweety, ist das nichts für Dich? Du hast doch schließlich den Threat gefunden.

Viele Grüße
lavender

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [LittleTweety](#) on Mon, 24 Aug 2009 16:21:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lavender,

natürlich, da bin ich auch weiter bei.,
Nehme fleißig meine Tabletten.

Aber bei mir wurde leider eine nicht mehr richtig funktionierende Schilddrüse festgestellt. Da kann ich wohl Eisentabletten nehmen wie ich will.

Meine Frage war ja auch nur: Inwieweit kann dieses Problem die Ursache meines Haarausfalles sein bzw. geht der HA weg, wenn ich Thyroxin nehme?

Gruß

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???
Posted by [lilli86](#) on Tue, 25 Aug 2009 12:46:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi leute,

ich hab ein ähnliches problem wie ihr.
mein ferritin lag zeitweise bei 38 aber es gab auch blutergebnisse da war er bei 70. mein HB (hämoglobin) war gentwertig bis niedrig und auch die Erytozyten waren niedrig-fazit-blutarmut-bedingt duch eisenmangel.sagt der arzt. aber ich traue dem braten nicht so weil mein freeitin ja nicht total im keller ist. die blutarmut kann ja auch woanders her kommen. nehem jetzt auch seit 2 monaten ferr sanol. zink mangel hab ich auch aber da sagen alle unterschiedliches. manche sagen zinkmangel kann auch HA verurssachen und manche sagen das hätt nix damit zu tun.

Mich würde mal interessieren wie es bei euch war. fallen eure haare auch diffus aus oder ist bei dem ein oder anderen der stirnansatz auch etwas zurück gegangen? hab gehört das der ausfall der kleine häärchen die am stirnansatz wachsen typisch ist für eisenmagel und HA. wie ist es bei euch???

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [lilli86](#) on Tue, 25 Aug 2009 14:27:15 GMT

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

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Esther](#) on Thu, 03 Sep 2009 10:52:24 GMT

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

Hallo,

bei mir ist es ähnlich. Meine Ferritinwerte dümpeln so zwischen 10 bis 60 vor sich hin. Um 60 zu erreichen musste ich schon ein halbes Jahr Eisen zu mir nehmen. Kaum setze ich ab, fällt der Wert wieder...

Meine Ärztin meinte, ich müsste praktisch kontinuierlich gegen den Mangel was tun.

Mein Haarausfallmuster ist auf den erten Blick AGA-typisch. Sehr dünner Frontalbereich mit miniaturisierten Haaren und kleinen Stellen wo garnichts mehr wächst. Jedoch habe ich auch sehr dünnes Haar seitlich über den Ohren, was ja weniger AGA entspricht, auch im Nackenbereich.

Zum ersten Mal festgestellt wurde der Eisenmangel bei mir vor 5 Jahren, da war der Speicher völlig leer und ungefähr zu dieser Zeit begann auch mein Haarverlust. Allerdings habe ich auch in der Zeit die Pille abgesetzt und es wurde eine leichte Schilddrüsenunterfunktion festgestellt, die ich erst jetzt behandle.

Wie kann ich denn endlich mal dingfest machen, ob ich AGA habe oder nicht? Gibt es da überhaupt eine Möglichkeit? Wollte nochmal versuchen verstärkt was gegen die Mängel und meinen Stress tun und dann schauen, ob der Haarausfall gestoppt werden kann. Wenn ich in nem halben Jahr keine Besserung feststelle, werde ich härtere geschütze auffahren müssen.

Liebe grüße,
Esther

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Sophia22](#) on Thu, 03 Sep 2009 16:38:39 GMT

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

@ Esther

Willkommen im club!!!! Ich habe genau das gleiche problem wie du
Mein Haarausfall trat 3 monate nach dem absetzen der pille auf ..ich bin von arzt zu arzt gerannt und bekam ständig eine andere diagnose: AGA, oder Eisenmangel
Ich habe einen sehr niedrigen eisenwert, von daher war ein hautarzt fest davon überzeugt, dass der eisenmangel schuld ist ...die frage ist aber: wieso kam der haarausfall direkt nach dem

absetzen der Pille?? ich hatte vorher ja auch nie Probleme mit Haarausfall!!! tolle Wurst...ich bin genau so schlau wie vor ein paar Monaten auch. Meinen Haarausfall habe ich mittlerweile gut im Griff, aber irgendwie habe ich trotzdem das Gefühl, dass der Scheitel immer lichter wird. Ich nehme Eisentabletten, die Pille (wieder), Priorin und Minoxidil ...tja, aber was jetzt genau davon geholfen hat weiß ich nicht^^

Subject: Re: Wer hat zu niedriges EISEN???

Posted by [Esther](#) on Thu, 03 Sep 2009 18:16:29 GMT

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

Hallo Sophia,

ja, ich hab schon von einigen gehört, dass nach dem Absetzen der Pille der Haarausfall begann. Die Pille wieder zu nehmen kommt für mich jedoch nicht in Frage, weil es mir psychisch einfach nicht gut ging.

Ich werde jetzt erst mal konsequent versuchen, meine Eisenwerte zu optimieren, bin auch immer wieder nachlässig. Aber den großen Erfolg erhoffe ich mir irgendwie nicht davon.

Minox traue ich mich nicht zu nehmen, da ich hier schon öfter gelesen habe, dass es den Blutdruck doch senken kann, auch wenn von den Ärzten behauptet wird, dass das nicht der Fall sei. Mein Blutdruck ist eh schon miserabelst im Keller, so dass ich mir immer mit Wechselduschen, Kopfständen und Korodintropfen auf die Sprünge helfen muss. Wenn mein Blutdruck zu sehr absackt, werde ich auch mal ohnmächtig und bekomme dann epileptische Anfälle-oder etwas in der Art- auch hier tappen die Doktoren im Dunkeln.

Gibt es denn keine Alternative zu Minox und Hormonbehandlung? Ich hoffe immer noch auf den Tip des Jahrhunderts...
