
Subject: HA mit gerade mal 25?!

Posted by [Lyllie](#) on Sat, 17 Oct 2009 05:21:23 GMT

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

Hallo alle zusammen,

ich bin heute wieder schweissgebadet aufgewacht, da ich mal wieder einen Albtraum wegen meines HA's hatte...

Ich verliere im Traum erst immer einzelne Haare und dann irgendwann büschelweise. Bis mir am Ende die ganze Haarpracht vom Kopf fällt.

Um etwas dagegen zu unternehmen, dass dies bald nicht der Wirklichkeit entspricht, habe ich mich gleich hinter den Rechner geklemmt und mich auf die Suche nach Leidensgenossen gemacht. So bin ich durch Zufall auf diese Seite gestoßen. Sie hat mir gleich so gut gefallen, dass ich mich eben registriert habe. Man kann Erfahrungen austauschen, Rat suchen und sein Leid teilen. *mich nicht mehr so allein fühl*

Nun zu meinem Problem. Vielleicht ist ja jemand da, dem es ähnlich ergeht. Ich bin recht jung. Gerade mal 25 und stecke mitten in der Ausbildung. Klar habe ich Stress, aber eigentlich nicht so viel, wie andere vielleicht auch. Ich komme in der Schule notentechnisch gut zurecht und mein Betrieb ist einsame Spitze. Ich stecke gerade seit 2 Monaten in einer neuen Beziehung und alles ist rosarot und bonbongleich.

Ich habe seit ein paar Monaten sehr schlimmen HA. Oft habe ich von einigen Members hier gelesen, dass sie an Waschtagen 100-250 Haare verlieren. Das kommt auch bei mir gut hin. Mittlerweile wasche ich sie auch nur noch selten und habe immer einen fettigen Haaransatz. Das ist mir lieber, als das Grauen den Abfluss runterfließen zu sehen. Auch föhne ich meine Haare nicht mehr so wie früher. Nur kurz, da sie (noch) lang sind.

Ich habe Angst davor, dass ich sie bald abschneiden muss und das macht mich sehr traurig. Bitte haltet mich nicht für zimperlich, aber ich war so stolz auf mein Haar. Alle haben es immer bewundert und nun beschert es mir Albträume und Sorgen. Vielleicht kennt dieses Gefühl die eine od. andere vielleicht.

Jedenfalls verliere ich auch einfach so beim Kämmen viele Haare. Ich benutze eine Plastikbürste vom Friseur, die keine Noppen hat. Ich desinfiziere sie sogar nach jedem Kämmen, da ich mal gehört habe, dass HA auch durch Bakterien verursacht werden kann.

Meine Mutter hat mir erzählt, dass sie im Fernsehen etwas über ein Institut gesehen hat, das sich auf das Analysieren von HA spezialisiert hat. Es soll in Frankfurt sein und wohl das einzige seiner Art (sie wusste nicht mehr, ob nur in Deutschland od. weltweit, aber ich tippe mal auf ersteres). Da schickt man eine Haarprobe hin - ist ja kein Problem, liegt ja überall was rum - und die schicken einem das Resultat. Hat jemand von euch davon gehört? Ist das überhaupt seriös?

Ich komme aus Niedersachsen u. habe eben gegoogelt, dass es auch ein Svenson Haarinstitut gibt. Ist das die gleiche Firma, die auch Dauerwerbesendungen mit Wundertinkturen und Supertoupés bringt? Wirkt auch nicht gerade seriös...

Ich habe Angst davor, diese Chemiebomben wie Regaine nehmen zu müssen. Noch sieht man bei mir keine kahlen Stellen, aber wenn ich einen Zopf trage, ist er nur noch halb so dick wie früher. <- das ist keine Übertreibung -.-

Was kann es noch für Ursachen geben, dass man in so jungen Jahren HA bekommt? Blutwerte sind gut, krank bin ich nicht. Der Arzt hat auch nichts feststellen können. Er sagte, das sei völlig normal und tat meine Sorge als kindlichen Übereifer ab...

Es wäre so wunderbar, wenn mir jemand antworten würde.

Ich danke euch!
Lillie

Subject: Re: HA mit gerade mal 25?!
Posted by [LittleTweety](#) on Sat, 17 Oct 2009 07:33:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ab zum Arzt und alles abchecken lassen.

Ferritin, Zink, Magnesium, Calcium, TSH, T3, T4, Ultraschall der Schilddrüse, die Geschlechtshormone checken lassen, Nebennierentätigkeit überprüfen lassen.

Und dann auf die Ergebnisse warten.

Vielleicht ist es nur ein Eisenmangel.

Subject: Re: HA mit gerade mal 25?!
Posted by [Ataba](#) on Sat, 17 Oct 2009 08:27:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lillie,

ich bin grad auf dem Sprung und hab keine Zeit. Deshalb geh ich nur ganz kurz auf einen Punkt ein: Svenson.

Ich kann und darf vielleicht hier sogar nichts drüber sagen. Aber ich leg es Dir ans Herzen, hier im Forum die Suchfunktion zu benutzen. Dann findest Du Deine Antwort.

LG

Subject: Re: HA mit gerade mal 25?!
Posted by [xwomam](#) on Sat, 17 Oct 2009 11:16:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Lyllie,

Viele von uns sind noch sehr jung. Ich bin z.B. erst 22, und der HA hat bei mir mit 20 begonnen.

Du solltest zuerst mal alle Blutwerte durchchecken lassen: Eisen, Ferritin, TSH, FT3, FT4, Zink, Hormone. Das sollte ein kompetenter Hausarzt eigentlich von sich aus machen.

Nimmst du denn die Pille? Hat jemand aus deiner Familie HA?

Liebe Grüße

Subject: Re: HA mit gerade mal 25?!
Posted by [Lyllie](#) on Sat, 17 Oct 2009 11:23:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

das ist aber lieb, dass ihr mir gleich geantwortet habt.

Ich habe mir das aufgeschrieben, was ich alles durchchecken lassen sollte (wie gesagt, mein Hausarzt hat nur bisschen die Eisenwerte gecheckt und ich hatte eher den Eindruck, dass ich ihn nerve).

Ja, ich nehme die Pille, allerdings auch schon seit 11 Jahren. Habe das Präparat auch nur 2 mal gewechselt. Meine Mutter leidet ebenfalls an HA, aber bei ihr sind es dir Hormone (sie ist in der Memmophase).

Ich habe nicht gewusst, dass auch junge Menschen darunter leiden, denn mein dusseliger Arzt meinte, dass das von allein weggeht. Aber da es immer mehr wurde, habe ich mich an euch gewandt. Ich danke euch sehr!

Liebe Grüße

Subject: Re: HA mit gerade mal 25?!
Posted by [Latisha](#) on Sat, 17 Oct 2009 11:33:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo,

ich kann deine geschichte und deine angst vollends nachvollziehen. ich bin auch grade mal 22 und bei mir fing der alptraum mit 19 an.

wie dir schon geraten wurde, lass alles abchecken. habe das selber grade mal wieder alles durch, da ich vor 3 jahren sehr inkompetent beraten wurde und einfach nur regaine bekommen habe, welches ich nehme.

Also beim hautarzt kannst du in der regel erst mal dein blut untersuchen lassen auf eisen, ferritin, hämoglobin etc.
das ist der erste schritt, da entdeckt man vll schon einen mangel, den mal evtl ausgleichen sollte.

der nächste schritt ist deine hormone abklären zu lassen, dazu bin ich zum gyn gegangen.
wenn du allerdings die pille nimmst, geht das nicht, weil diese ja die hormone beinträchtigt (so ist es bei mir). vll empfiehlt dir dein gyn dann eine "haarförderliche pille" wie diane, belara oder valette. ich habe mich dagegen entschieden so eine zu nehmen. (gib mal in die suchfunktion eine der 3 ein, dann weißt du wieso) das bleibt natürlich jedem selbst überlassen und ich zweifel nicht, dass es leute gibt, bei denen so eine pille was hilft, mir persönlich ist es zu riskant.

dann kannst du auch noch zum nuklearmediziner gehen und deine Schilddrüse abchecken lassen. Größe, Form und Gewebsstruktur. Des weiteren wieder Blutanalyse.
Schilddrüsenunter- oder -überfunktion kann auch zu HA führen.

Stress ist natürlich auch ein Faktor, bei dem mich selbst mal interessieren würde wie extrem der HA, der durch Stress verursacht wird, sein kann.

Dann kannst du natürlich noch die, ich nenne sie jetzt mal so, homöopathische schiene in betracht ziehen.

z.B. kannst du mal deinen Säure-Basen haushalt checken. Es gibt die Theorie, dass Übersäuerung des Körpers zu HA führt. Du kannst die in der Apo Teststreifen holen auf die du tägl mind. 3 mal, besser 5 x pinkelst. Gegen Übersäuerung sollte man die ernährung etwas umgestalten, also sehr viel Gemüse und Obst essen, es gibt auch basische Shampoos und Nahrungsergänzungsmittel.

Natürlich kannst du auch zu nem Homöo gehen und mit dem mal über alternative Sachen sprechen. Ob du das als sinnvoll erachtest bzw. daran glaubst, ist dir überlassen.

Dann gibt es noch etwas das nennt man MEsotherapie. Da wird dir mit feinen Nadeln etwas unter die Kopfhaut gespritzt. Vitamine, Antiandrogene...das ist von arzt zu arzt unterschiedlich und leider nicht ganz billig.

Natürlich wäre es erst mal wichtig, wenn du wüsstes, was du für einen HA hast. ist er anlagebedingt, diffus....leider ist das oft schwer herauszufinden (weiß ich leider aus eigener erfahrung)

und dann gibt es natürlich noch mittel wie regaine, ellcranell etc., aber auch da musst du selber entscheiden ob du sowas nehmen möchtest und es ist sicherlich nicht der erst schritt! (ich hab den fehler damals gemacht mir gleich das zeug auf den kopf zu schmieren) soll dich jetzt nicht verunsichern, bei mir hat es sehr lang gewirkt....aber ich hätte erst mal mehr nach der ursache suchen sollen, als mich von erstbesten arzt vollquatschen zu lassen.

So ich hoffe ich konnte dir etwas helfen. bin ja auch nur ne laie. Verbesserungen von anderen members gerne erwünscht

liebe grüße

Subject: Re: HA mit gerade mal 25?!
Posted by [MissN](#) on Mon, 19 Oct 2009 13:43:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

..ich bin auch erst 24 und hab es jetzt immer mal wieder seit nem guten jahr.

ohne grund!

Subject: Stress kann immer ein Grund sein
Posted by [sabzge](#) on Mon, 19 Oct 2009 14:16:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Du und jemand der geantwortet hat hat mal nach dem Thema Stress gefragt. Habt Ihr dazu schon mal das video von Dr. Caspari auf YouTube gesehen? Die beschreiben die Zusammenhänge - und erklären auch gleich, was man dagegen tun kann! Hat mir gut gefallen. Hier der Link zum Video wenn ihr mögt : Therapie gegen Haarausfall . Ich find den Ansatz echt interessant - und mir erklärt endlich einer logisch, was passiert. Hab nach dem Interview auch die homepage noch angeguckt, aber les mal selber, ich kann nicht so gut formulieren Haarausfall bei Frauen
