

---

Subject: Weltuntergangsstimmung

Posted by [Leila30](#) on Mon, 02 Nov 2009 01:53:58 GMT

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

---

Hallo,

ich lese eure Beiträge schon seit ein paar Wochen, in der Hoffnung Antworten auf meine vielen Fragen zu finden. Nun möchte ich auch selbst einmal ein paar Zeilen schreiben. Seit 3 Jahren leide ich nun unter Haarausfall, ein großes Problem ist dieser aber erst seit 3 o. 4 Monaten für mich. Nun ja, eben seit dem der Haarausfall bei mir immer sichtbarer wird (Lichtung Oberkopfbereich v.a. li. hinten). Obwohl man momentan ja gut mit Kopfbedeckung draußen rumlaufen kann fürchte ich mich logischerweise vor allen Situationen, in denen ich quasi ohne diese rumlaufen muss (z.B. Job, Ausgehen). Daher versuche ich diesen Situationen so gut wie möglich aus dem Weg zu gehen, die Folgen denke ich können hier einige gut abschätzen. Ich fühle mich so mies, daß ich immer wieder über den seltsamen Wunsch nachdenke, mit einer x-beliebigen Person die Identität zu tauschen. Dabei bin ich einiges gewohnt bzw. habe mich in Laufe der Zeit mit so manchem Dreck (sorry) auseinandersetzen müssen. Fazit: momentan komme ich mir vor wie ein Alien

Obgleich ich die Stigmatisierung und Ausgrenzung diverser nicht der Norm entsprechender Menschen (-gruppen) für falsch und unrecht halte und mich das sozusagen immer wütend gemacht hat, gelingt es mir nicht meine Ansichten diesbezüglich auf mich selbst zu beziehen und anzuwenden. So, nun hatte ich eigentlich noch ein paar konkrete Fragen, aber es ist schon recht spät, und so ist es doch nur ein wenig mehr als ein >Hallo< geworden. Abschließend könnte ich ja fragen: Seht ihr denn das genauso? und meine anderen Fragen auf später verschieben.

Also über Antworten würde ich mich jedenfalls sehr freuen.

---

---

Subject: Re: Weltuntergangsstimmung

Posted by [xwomam](#) on Mon, 02 Nov 2009 07:13:35 GMT

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

---

Hallo Leila!

Erstmals Willkommen hier im Forum! Ich denke du wirst hier sicherlich einige Antworten auf deine Fragen finden

Und nun zu deiner Frage: Mir geht es ähnlich wie dir. Auch ich bin kein oberflächlicher Mensch - ich grenze Leute, die anders sind nicht aus, eher im Gegenteil. Ich habe immer versucht dagegen anzukämpfen.

Doch leider weiß ich auch, dass es leider viele Leute gibt die nicht so denken. Und ich glaube deshalb, ist es eben anders, wenn man selbst betroffen ist.

Ich hoffe, dass wir dir hier im Forum weiterhelfen können, oft geht es einem ja schon besser, wenn man sich mal austauschen kann.

Glg xowmam

---

---

Subject: Re: Weltuntergangsstimmung  
Posted by [Ataba](#) on Mon, 02 Nov 2009 07:57:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Leila,

erstmal willkommen hier.

Und JA, ich kann Deinen Gedankengang ganz gut nachvollziehen. So traurig das Ganze auch ist. Aber man fühlt sich einfach nicht mehr als vollwertiger Mensch. Bei anderen Menschen kann ich solch Makel zur Seite schieben und ich verhalte mich diesen Menschen gegenüber auch nicht anders.

Aber es ist halt mit so vielen Sachen im Leben so: Bei sich selber ist man immer strenger.

LG

---

Subject: Re: Weltuntergangsstimmung  
Posted by [gretchen](#) on Tue, 03 Nov 2009 12:32:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo leila,

ja, ich denke, hier findest du von uns allen verständnis für dein denken. allein deshalb, weil wir hier im forum versuchen gegen den HA anzukämpfen und nicht wie einige (beneidenswerte, die "warten", dass es aufhört) einfach über den zustand hinwegsehen können.

mir selbst gehts genauso. man ist nur noch selten fröhlich, denkt alles wäre schöner, wenn das nicht wäre...ich denke sogar manchmal, ich hätte lieber eine schlimmere krankheit, die man mir aber nicht ansieht...und damit stoße ich sicher auch viele vor den kopf, die schwerwiegendere gesundheitliche sorgen haben (...)

aber wir haben nunmal nicht alle das gleiche selbstbewusstsein. v.a. wenn man früher die meisten komplimente für die eigene enorme haarpracht bekommen hat und sich nun "wie ein anderer mensch" vorkommt, muss man damit erstmal umzugehen lernen - vor allem den menschen gegenüber, die einen lieben und die ganze zeit die eigene stimmung mittragen ...

du siehst, du bist damit nicht allein.

Ig, gretchen

---

Subject: Re: Weltuntergangsstimmung  
Posted by [Leila30](#) on Tue, 03 Nov 2009 22:12:21 GMT

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

---

Hey, danke für eure Antworten und sorry, daß ich mich erst jetzt melde. Schon nach dem Schreiben ging es mir ein wenig besser, im Alltag ist es doch eher schwierig bzw. unmöglich dieses Problem anzusprechen (gegenüber Nichtbetroffenen). Ich tue mich außerdem schwer damit, daß man mir nun unter Umständen buchstäblich ansieht, dass ich ein Problem habe. Ich überspiele solche Dinge gern einmal und nun fühle ich mich den Anderen irgendwie ausgeliefert. Ich weiß nicht, lernt man mit der Zeit damit umzugehen? Dieses Minoxidil muss einfach helfen, ansonsten habe ich keine Ahnung wie ich dieses Leben für mich noch als wertvoll betrachten kann. Ja mit dem Fröhlichsein (hallo gretchen) ist das so eine Sache, die Momente in denen ich mich unbeschwert und frei fühle sind rar und kurz, sowie allzu oft abhängig von der aktuellen Haarsituation. Ein paar Krankheiten, die ich statt dem Haarausfall haben könnte, habe ich mir auch schon überlegt und am meisten schmerzt der Gedanke, wie mein Leben ohne das Haarproblem aussehen würde; nämlich prima . Naja, wenn es so etwas wie einen Allmächtigen geben sollte, würde er mich jetzt für diesen Gedanken bestenfalls auslachen, weil ich vor dem Haarausfall immer irgendein Problem hatte (die ich nun beinahe allesamt für völlig belanglos halte) und nie zufrieden mit mir war. Vielleicht ist das ja alles gar nicht wahr, sondern nur so ein selbst konstruierter Wahn Ja das wäre schön! (Wo wir wieder bei den Ersatzkrankheiten wären )  
Lg und Gute Nacht Leila

---

---

Subject: Re: Weltuntergangsstimmung  
Posted by [xwomam](#) on Wed, 04 Nov 2009 10:29:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo leila,

Du sprichst mir wirklich aus der Seele! Auch ich denke immer daran, wie schön mein Leben ohne Haarausfall wäre, und empfinde mittlerweile alle Probleme, die ich vor meinem HA hatte als lächerlich.

Aber man gewöhnt sich an das Problem oder daran, dass man dieses Problem hat. Vor 2 Jahren als der HA begonnen hat, habe ich monatelang, jeden Tag geweint und Alpträume gehabt. Mittlerweile ist es so, dass es diese Phasen nur zwischendurch gibt. Man gewöhnt sich daran, die lichten Stellen zu kaschieren - aber trotzdem ist es immer wieder schmerzhaft, zu merken, wie die Haare weniger werden, und der Kopf lichter wird...

lg

---

---

Subject: Re: Weltuntergangsstimmung  
Posted by [Leila30](#) on Sun, 08 Nov 2009 15:03:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

So jetzt ist meine Antwort versehentlich nach oben gerutscht und ich weiß auch was ich falsch gemacht habe  
lg und einen schönen Tag  
Leila

---