
Subject: ich weiß nicht mehr weiter

Posted by [sandra34](#) on Mon, 30 Nov 2009 21:51:34 GMT

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

seit meinem 17 lebensjahr leide ich unter erblich bedingtem haarausfall. zwei meiner tanten tragen schon seit jahren eine perücke, meine mutter hat mit ihren 55 jahren jedoch mittlerweile dichteres haar als ich.

solange ich denken kann nehme ich hormone dagegen, habe sie aber vor ein paar monaten abgesetzt, weil ich überhaupt kein verlangen nach sex hatte und ich die ursache darauf zurückführte. meine vermutung bestätigte sich...die lust auf sex kam wieder, aber dafür verlor ich fast alle haare. meine haare sind schon seit langer zeit dünn und unansehnlich, aber ich hatte mich mit meiner "frisur" arangiert. nun ist jedoch der zeitpunkt gekommen, wo ich bei jedem anblick in den spiegel in tränen ausbreche. ich habe am oberkopf so gut wie gar keine haare mehr. meine pille und androcur nehme ich jetzt wieder, aber ich glaube dafür ist es jetzt zu spät

ich bin seit 5 jahren single, weil ich mich so keinem mann zeigen möchte und hoffe inständig, dass meine tochter von dieser qual verschont bleibt.

ich mag so nicht mehr leben.

vielleicht kann mir hier jemand helfen?

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter

Posted by [Ataba](#) on Tue, 01 Dec 2009 10:14:42 GMT

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

Hallo Du,

Du schreibst, Du hast HA seit Du 17 bist. Wie lang ist das? Wie alt bist Du jetzt?

Ich kann Dich gut verstehen. Bei mir geht es seit 2 Jahren so dahin und ich hab mich von einer einst lebenslustigen jungen Frau zu einem verschüchterten hässlichen Entlein verwandelt, welches gar nicht mehr unter die Leut gehen mag.

Hast Du schon mal ernsthaft an Zweithaar gedacht? Ich weiß, der Schritt ist nicht leicht. Er löst auch in mir absolute Panik aus. Aber wir leben nur einmal. Wir haben unsere Kinder nur einmal..... Ist es das wert?? Sollten wir nicht versuchen, damit zu leben? Und vielleicht würd ne Perücke einiges erleichtern. Irgendwann mal..... wenn man sich daran gewöhnt hat und unter die Leute traut damit.

LG

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter

Posted by [sandra34](#) on Tue, 01 Dec 2009 12:01:23 GMT

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

hallo,

ich bin jetzt 34 und ich mache mir jetzt ernsthaft gedanken, ob es mit einer perücke nicht einfacher wird.

was mir angst macht sind die reaktionen der arbeitskollegen, bekannten usw..

wir leben in einer kleinstadt und hier kennt jeder jeden. am liebsten würde ich dann hier wegziehen, aber das geht natürlich nicht. ich weiß nicht, wann ich den mut aufbringen kann den schritt zu gehen, aber lange kann ich so auch nicht mehr vor die tür gehen

welche form hat der haarausfall bei dir?

lg

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter

Posted by [Ataba](#) on Tue, 01 Dec 2009 12:13:02 GMT

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

wenns Dich tröstet: wir leben hier nicht mal in einer Kleinstadt, sondern im Dorf. Und diesbezüglich kann ich Deine Ängste voll verstehen.

Meine Ärztin behauptet AGA. Aber mir fallen sie diffus aus. Überall. Aber ich hab halt auch schon arg lichte Stellen am Oberkopf.....

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter

Posted by [Binne](#) on Tue, 01 Dec 2009 12:48:16 GMT

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

Liebe Sandra,

ich weiß jetzt nicht, in wieweit du dich hier schon durchs Forum gelesen hast, denn da stehen ja schon einige Dinge, die man unbedingt erstmal abklären lassen sollte, bevor man sich mit der Diagnose AGA abgibt...

Auch auf die Gefahr hin dass du das alles schon weißt, hier nochmal in Kurzform:

Bitte abklären lassen:

Ferritinwert (Eisenspeicher) Eisenmangel führt zu HA!

Wie ist dein Wert????

Schilddrüse (neuer Normwert 2,5, alles was drüber ist ist Unterfunktion, die auch mal eben schnell HA auslösen kann)

Hormonstatus OHNE Pille (wie sah der bei dir aus?)

Nebenniere kontrolliert?

Welcher Arzt hat bei dir AGA diagnostiziert? Aufgrund welcher Hormonwerte? Oder schaute man sich nur dein Haarausfallmuster an?

Ich habe einen ähnlichen Werdegang wie du, habe auch HA seit ich 17 bin, bin nun 34 , habe auch Kinder, die es in den schlimmsten HA Phasen echt manchmal "abbekommen" haben, sprich ich hatte wirklich extrem schlechte Laune und ich habe auch seit 17 Jahren viele antiandrogene Pillen genommen, die aber mehr oder weniger eher naja waren... der HA kam phasenweise immer wieder, die Haare wuchsen aber gsd auch immer wieder nach. Mit ca 18 wurde auch mal ein Trichocram gemacht, ich glaube auch mit der Diagnose AGA, ich kann mich da aber absolut nicht mehr daran erinnern, keine Ahnung.

Ich glaube nicht, dass junge Mädels mit 17 schon AGA haben, von daher suche mal bei dir nach deinen Baustellen!

Ich habe nun seit 9 Wochen die Pille abgesetzt, der HA, den ich mal wieder seit Mai diesen Jahres extrem hatte, hörte vor kurzem auf. Zudem nehme ich seitdem ich ohne Pille bin auch Eisentabletten gegen meine Eisenanämie.

Vielleicht hast du ja auch einen Mangel?

Ich hoffe, dir etwas geholfen zu haben!

Liebe Grüße!

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter
Posted by [gretchen](#) on Tue, 01 Dec 2009 17:30:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

liebe sandra,

ich kann gut nachvollziehen, dass du sogar an einen wohnortwechsel denkst...das wäre auch für mich die einzige option in richtung zweithaar....

wie alt ist denn deine tochter? geht das denn wirklich nicht?

andererseits: ich denk mir auch, ich würde nirgendwo sonst einen adequaten job finden und die kollegen müssten sich nach anfänglichem getratsche auch dran gewöhnen....theoretisch ist es das, was man einer guten freudin sagen würde...für einen selbst ist es ganz was anderes (...)

bzgl. der tipps von binne: lass dich nicht von den ärzten abspeisen, denn wenn z.b. dein ferritin in der norm liegt, heißt das noch lange nicht, dass es keinen HA auslösen kann. gerade ferritin sollte mindestens bei 70 liegen (die norm hört bei manchen laboren schon bei 20 auf!!).

ich wünsche dir sehr, dass du eine gute lösung findest!

@binne:

entschuldige, darf ich mal schnell zwischenfragen?

du schreibst, du hast schon sehr lange haarausfall. beobachtest du immernoch neuwuchs oder war das nur phasenweise und hat den haarstatus aber nicht erhalten können?

darf ich fragen, wie viele haare so im schnitt bei dir ausfallen?

lg, gretchen

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter
Posted by [sandra34](#) on Tue, 01 Dec 2009 17:49:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo gretchen,

bei mir wurde der erbliche bedingte haarausfall schon mit 17 festgestellt, daher habe ich die werte nicht mehr im kopf.

meine beiden tanten tragen perücke und meine mutter hat sehr dünnes haar, jedoch mehr als ich.

wieviele haare ich am tag verliere kann ich dir gar nicht sagen, denn wenn ich sie auch noch zählen würde, wäre ich fix und fertig.

die bürste ist auf jeden fall nach jedem kämmen voll, genauso das waschbecken und der fußboden

ich habe den haarausfall seit 17 jahren und die haare sind nie mal wiedergekommen, außer in der zeit, wo ich schwanger war bzw. habe ich da gar keine haare verloren.

da wir das problem ja wie gesagt in der familie haben, habe ich grosse angst, dass meine tochter auch irgendwann betroffen sein wird. sie ist jetzt erst 5 und ich hoffe, dass in den nächsten jahren eine lösung in der forschung gefunden wird.

lg

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter
Posted by [gretchen](#) on Tue, 01 Dec 2009 18:12:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

meinst du, dir könne natürlicihes östrogen helfen? dann hättest du einen ähnlichen zustand wie in der schwangerschaft. verängert die anagenphase. immerhin...

ich bin mir nicht sicher, ob HA tatsächlich dominant vererbt wird. vielleicht hat es deine tochter garnicht!! und wenn sie es eines tages bekommt, so kennt sie es schon von dir und muss es nicht als schock erleben.... es ist noch viel zeit bis dahin!

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter
Posted by [Binne](#) on Tue, 01 Dec 2009 19:14:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Sandra, da du in keinster Weise auf meinen Beitrag eingegangen bist, vermute ich mal, dass dir meine Tipps einfach zu profan waren und du keine Lust hattest, dich mit Dingen wie Eisenmangel etc noch weiter herumzuschlagen, da dieser bei dir nicht vorhanden ist. Über ein kleines Feedback von dir hätte ich mich dennoch gefreut.

@Gretchen: Mein Haarausfall war teilweise richtig extrem, ich verlor über 700-1000 Haare am Tag (habe über mehrere Wochen akribisch gezählt und wurde danach nur noch depressiver), manchmal auch "nur 200-400" und an guten Tagen 150...
der jetztige Haarausfall ab Mai kostete mich im Schnitt rund 100-250 Haare am Tag, man sah es also nach ein paar Monaten schon sehr deutlich.

Dennoch sind mir meine Haare immer wieder nachgewachsen, auch während der HAPhase bemerkte ich schon wieder Stoppeln.

Mein Haarstatus veränderte sich natürlich im Laufe des Ha merklich, aber nach jeder Phase kam ich eigentlich wieder auf die Ausgangssituation zurück. Natürlich dauert das dann mind. ein halbes bis dreiviertel Jahr. Meine Haare wachsen recht schnell und da ich einen kurzen Bob trage, hatte ich irgendwann dann mal wieder auch die Stoppeln auf einer Länge.

Was das genau bei mir ist, kann ich nur erahnen
Entweder Schilddrüsenunterfunktionsschübe oder "Pille" Schübe oder Eisenmangelschübe... lange Zeit schob ich es einfach auf den Stress, denn ich extrem viel habe.

Welchen Grund siehst du denn bei dir?

Liebe Grüße!

Subject: Re: ich weiß nicht mehr weiter
Posted by [gretchen](#) on Wed, 02 Dec 2009 10:43:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo binne,

also wenn du nach so extremem HA noch stoppeln nachwachsen siehst, dann muss es doch auch phasen gegeben haben,in denen deutlich weniger als 100 haare ausgegangen sind, oder?

bei mir ist es eher so, dass keine der phasen, in denen weniger haare ausgehen lange genug anhalten um den haarstatus wieder herzustellen.

vor allem sind alle haare sehr viel dünner im durchmesser. das macht leider sehr viel aus . ist das bei dir auch so??

bei mir kanns leider auch alles mögliche sein. hab ne eiseninfusionstherapie gemacht, obwohl mein eisen nicht sooo niedrig war und nehme nun zink dazu. außerdem allerlei hochdosierte antioxidantien.

schilddrüse ist zwar schon sehr lange in behandlung ("ausgebrannte" also minikleine SD nach hashimoto) und ich hatte NIE irgedwelche probleme mit den haaren. im gegenteil. früher waren sie besonders dick und dicht. so viele, dass ich sie sogar hab ausdünnen lassen.

ich nehme eine kombination aus natürlichem östrogen (rel. viel)und gestagen zur verhütung und um das haarwachstum anzuregen...beim versuch abzusetzen ist das androstendion angestiegen und leider noch immer hoch.

kann also alles sein

hast du nen guten tipp, was ich noch als topische maßnahme nehmen könnte?? denke so langsam, alles is humbuk und trau mich nicht ran an regaine...

alles liebe, gretchen