
Subject: Völlig verzweifelt!

Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 08:30:18 GMT

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

Hallo,

langsam kann ich nicht mehr ... Ich habe seit Juni dieses Jahres starken Haarausfall, der nicht aufhört. Habe schätzungsweise schon ein Viertel meiner Haare eingebüßt, und da ich bereits seit 20 Jahren immer wieder mal schubweise unter starkem HA gelitten habe, hatte ich eh nur noch ca. die Hälfte meiner dmaligen Pracht. Ich hatte nämlich mal sehr dichtes, schönes langes Har, und jetzt scheine ich endgültig eine Glatze zu bekommen!

Im Februar dieses Jahres musste ich auf eine andere Pille umstellen. Hatte jahrelang Oviol genommen, die nun vom Markt war. Ich bin auf Biviol umgestiegen, gleiches Gestagen, ein bisschen mehr als Oviol, und - leider - 30 % weniger Östrogen. Aus meiner bisherigen Pillenerfahrung wusste ich schon, was dann 3 Monate später passiert: Haarausfall!! Und so kam es auch im Juni, hat bis heute nicht aufgehört und ist jetzt plötzlich noch viel schlimmer geworden!

Im August habe ich mit Dercos von Vichy (Wirkstoff Aminexil) begonnen. Das hat mir früher schon mal ganz gut geholfen. Diesmal leider null Effekt. Ich werde es jetzt absetzen. Ich hatte auch mit Haar-Vital-Kapseln begonnen.

Da ich den pillenwechsel-bedingten Östrogenabfall auch in anderer Hinsicht ganz gut merkte (Zwischenblutungen, 3 Kg abgenommen, ständig nervös usw.) sprach ich kürzlich mit meiner Gyn darüber. Sie meinte, ich könnte mal versuchen, das nun fehlende Östrogen zusätzlich mit Gynkadin-Gel (Wirkstoff Estradiol) zuzuführen. Da habe ich nun vor ca. 10 Tagen mit angefangen (geringste Dosis). Und seit 1 Woche hat sich mein Haarausfall noch mehr verschlimmert (ich kämme nicht nur 1 dickes Büschel abends raus, sondern 2!!).

Das kann doch gar nicht angehen?? Kann das mit dem Gynkadin zusammenhängen? Ich kann es mir irgendwie nicht vorstellen, da der Zeitraum Ursache-Wirkung doch viel zu kurz ist? Haare durchlaufen doch erst einmal eine 3monatige Ruhephase, bevor sie ausgehen? Zum anderen war meine jahrzehntelange Erfahrung, dass Östrogene bislang immer bei mir bei HA geholfen haben. Ich bin jetzt völlig verwirrt und weiß nicht, ob ich das Gynkadin wieder absetzen soll. Die letzten Tage waren der pure Horror. Meine Haare scheinen nur noch so zu rieseln

Hat jemand eine Idee und kann mir helfen??

Viele Grüße
Silke

Subject: Re: Völlig verzweifelt!

Posted by [Ataba](#) on Thu, 31 Dec 2009 08:37:16 GMT

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

Hallo Silke,

leider kann ich Dir hierzu gar nix sagen.

Aber wie war denn dein HA früher?? Du schreibst, es geht schon seit 20 Jahren schubweise. Hattest Du da auch die Hormone unter Verdacht? Oder irgendein Mangel? Ist er immer wieder von selbst verschwunden? WENN ja, wann? Lässt es sich mit irgendwas in Verbindung bringen???

VG

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [LittleTweety](#) on Thu, 31 Dec 2009 09:34:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

schon mal an die Nieren und Nebennieren gedacht? Schilddrüse?

Ich kann mir vorstellen, dass das ganze Hormongepansche ordentlich auf die Nieren schlägt.

Lass das mal gründlich überprüfen.

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Titania](#) on Thu, 31 Dec 2009 10:25:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

LittleTweety schrieb am Thu, 31 December 2009 10:34Hallo,

schon mal an die Nieren und Nebennieren gedacht? Schilddrüse?

Ich kann mir vorstellen, dass das ganze Hormongepansche ordentlich auf die Nieren schlägt.

Lass das mal gründlich überprüfen.

Das würde im vernünftigsten Fall ein Absetzen der Hormone bedeuten (mein Endokrinologe empfahl mir das zumindest, damit die Nebennierenhormone realistisch gemessen werden können).

Und eben dieses Absetzen und "Einspielenlassen" des Körpers scheint mir hier sogar dringend nötig zu sein, das hört sich alles nicht gut an, was hier künstlich gewerkelt wird. Das

erscheint mir wie Experimente, die jeder Sinnhaftigkeit entbehren

Das Symptom, dass Haare so schnell auf Hormone reagieren, erinnert mich an die Berichte vieler Frauen, die in den verschiedenen Stadien des weiblichen Zyklusses unterschiedliche Haarausfallzahlen haben (oder an Pillennutzerinnen, die in der "Pause" Ruhe vor dem Haarausfall hatten und mit der ersten Pille sofort wieder mehr Ausfall verzeichneten).

Eines ist klar, der Körper reagiert bei der Neigung zu Haarausfall schnell auf jede Änderung. Vom Gefühl her würde ich, wie schon erwähnt, mal für alles absetzen plädieren und dann untersuchen lassen, wo das Problem eigentlich liegt.

PS: In gleicher Zusammensetzung wie Oviol hätte es keine Pille gegeben, wenigstens in etwas weniger krassem Unterschied in der Zusammensetzung?

Alles Gute!!!
Angelika

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 10:32:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Afaba,

also mein HA war immer im direkten Zusammenhang mit Pille absetzen oder wechseln aufgetreten. Vor ca. 20 Jahren habe ich mal die Pille abgesetzt, weil ich es einfach ohne ausprobieren wollte (das war damals auch schon die Oviol, eine sehr östrogenbetonte Pille, aber ich habe sie immer sehr gut vertragen). 3 Monate später ging der Horror los - ein Wahnsinns-Haarausfall. Das habe ich ca 3 Monate ausgehalten, dann nicht mehr. Gyn verschrieb mir Diane, die den HA aber nur noch verschlimmerte.

Zurück zu Oviol war wieder alles im grünen Bereich mit den Haaren - obwohl die Haare nie wieder nachgewachsen sind und über die Jahre die Haarqualität auch immer mieser, sprich feiner, farb- und glanzloser wurde. (Mein Fazit war: die lange Pilleneinnahme hat sicher meinen Haaren geschadet, aber ohne gings dann erst recht nicht mehr).

Das gleiche Experiment hatte ich noch 1, 2 x in den folgenden Jahren. Ohne Pille massiv HA, mit Oviol den Status so lala wenigstens gehalten. Aber die Oviol bzw. eine andere mit gleich hohem Östrogen gibts nun halt nicht mehr.

Habe etliche Hautärzte, Trichogramme usw. in der Zeit durch. Etliche Mittel wie Ell-Cranell und mindestens 5 andere, mal hat was geholfen, dann wieder nicht mehr. Das Dercos hilft ja momentan definitiv NICHT.

Ach ja, ich habe im übrigen sowieso - auch mit Pille - immer ab Oktober verstärkten Winterhaarfall gehabt, der sich normalerweise so ab Januar wieder legte.

Was mich momentan halt so verunsichert, ist die massive Verschlechterung seit 1 Woche und ich bin so verunsichert, ob das mit dem Gynokadin-(Östrogen)-Gel zusammenhängt und ob ich es besser absetze. Andererseits kann ich mir halt nicht vorstellen, dass so eine HA-Reaktion bereits nach wenigen Tagen eintritt

Viele Grüße,
Silke

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 10:48:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Angelika,

wenn ich jetzt die Pille komplett absetzen würde, könnte ich mir wahrscheinlich gleich ne Perücke kaufen...

Wie ich oben in meiner Antwort schrieb, habe ich immer auf Pille-absetzen mit starkem HA reagiert. Insofern ist das jetzt auch wieder das gleiche Problem, weil die Biviol eben weniger Östrogene hat als meine alte Pille und ich damit quasi "auf Entzug" bin. Biviol hat aber das gleiche Gestagen wie Oviol, die ich so ewig lange genommen habe, und in der Hinsicht wollte ich keine Experimente eingehen.

Ich fand die Idee meiner Gyn, das nun fehlende Drittel Östrogen durch das Gynokadin-Gel zuzuführen, gar nicht so unsinnig, warum?

Dass der HA mit dem Monatsverlauf schwankt, habe ich auch schon gelesen und selbst auch festgestellt (ohne dass ich daraus eine Regelmäßigkeit feststellen konnte). Ich dachte allerdings immer, zwischen HA-Ursache und HA liegen pi mal Daumen 3 Monate, wegen der Ruhephase (Telogenphase)... Ich versteh einfach nicht, was jetzt los ist.

Viele Grüße
Silke

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Titania](#) on Thu, 31 Dec 2009 11:09:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Silke42 schrieb am Thu, 31 December 2009 11:48

Ich fand die Idee meiner Gyn, das nun fehlende Drittel Östrogen durch das Gynokadin-Gel zuzuführen, gar nicht so unsinnig, warum?

Der Körper funktioniert halt leider nicht immer, wie wir das wollen. Und das Grundproblem, die Ursache, bekommt man mit hier und da ein provisorisches Pflaster aufkleben und hoffen, dass alles noch ein bisschen zusammenhält, wohl auch nicht heraus.

Anderer Ansatz - Hast Du Regaine mal in Betracht gezogen? Ich lichte mich oben (neben akuten diffusen Haarausfallschüben) mit meinen 34 Jahren auch kontinuierlich. Aber je älter ich werde, desto weniger kommt für mich eine Pille in Betracht.

Liebe Grüße
Angelika

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 12:07:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja, aber die Ursache ist doch der Pillenwechsel im Februar mit HA 4 Monate später (genau das gleiche Schema, das ich nun schon 3, 4 mal beobachtet habe). Da fand ich das Substituieren von Östrogenen, die jetzt in der neuen Pille fehlen, das Naheliegendste.
Das Grundproblem, und darin magst du recht haben, ist die Pilleneinnahme über 25 Jahre, aber daran kann man rückwirkend leider nichts mehr drehen.

Alles abzusetzen und zu gucken, ob der Körper irgendwie, irgendwann vielleicht dann doch von selbst wieder ins Gleichgewicht kommt, DAS halte ich, angesichts meines Alters von 47, und angesichts des momentan schon so schlimmen und belastenden HA für ein zu gewagtes Experiment!

Wegen Regaine: Ich nehme doch seit August Aminexil (Dercos), das fast identisch mit Minoxidil sein soll, ohne jedoch shedding zu verursachen. Es hat bei mir nicht geholfen.

Tja. Wenn es tatsächlich möglich ist, dass diese momentane HA-Verschlimmerung jetzt eine ganz schnelle Reaktion auf das Östrogengel ist, dann kann ich das ja austesten ... das Gel absetzen und gucken, was passiert ... oder? Ich weiß es einfach nicht.

Viele Grüße

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Binne](#) on Thu, 31 Dec 2009 12:24:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Silke,

ich nahm auch fast 20 Jahre lang die Pille und habe sie jetzt vor 3 Monaten abgesetzt. Mein HA ist auch phasenweise, mal schlimmer (1000 Haare) mal "weniger" schlimm (100-300 Haare) und ich habe , so wie du, es mir auch ehrlich gesagt nie vorstellen können, die Pille irgendwann mal absetzen zu können... ABER irgendwann war es mir dann auch sch... egal, ich wollte meinem

Körper die Pille nicht mehr antun, ich litt an Depris, meine Libido war gegen null, Orangenhaut ohne Ende, Äderchen an den Beinen noch und nöcher und nicht zu letzt steht die Pille ja auch im Verdacht, Krebs auszulösen... ich wollte nach fast 20 Jahren auch endlich mal mein Hormonstatus wissen.

Normalerweise bekam ich auch immer nach Absetzen der Pille (um schwanger zu werden) direkt HA, der sich aber auch nach ca einem halben Jahr wieder gab.

Wie lange hast du denn noch vor, die Pille zu nehmen???

Vielleicht traust du dich ja doch und setzt sie mal ab, du würdest deinem Körper damit einen großen Gefallen tun.

Und dann lass auch mal deine Blutwerte checken!

Wie schaut es mit deinem Ferritinwert aus? Zink?

Ich nehme seit 3 Monaten Zink und Eisen und mein HA, der seit Mai diesen Jahres wieder echt krass war, ist weg!

Vielleicht ist dein momentaner HA Schub eine "Erstverschlimmerung" wegen dieser Creme, aber um genau zu wissen, was dir wieviel fehlt bräuchstest du einen Hormonstatus ohne Pille.

Ich hoffe, du reißt mir nicht den Kopf ab, ich war in meinen schlimmsten HA Zeiten auch super mies drauf, aber in letzter Konsequenz hilft nur Pille absetzen und Hormonstatus machen lassen...

Ganz liebe Grüße, Sabine

Subject: Re: Völlig verzweifelt!

Posted by [Ataba](#) on Thu, 31 Dec 2009 12:46:10 GMT

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

Silke42 schrieb am Thu, 31 December 2009 13:07

Alles abzusetzen und zu gucken, ob der Körper irgendwie, irgendwann vielleicht dann doch von selbst wieder ins Gleichgewicht kommt, DAS halte ich, angesichts meines Alters von 47, und angesichts des momentan schon so schlimmen und belastenden HA für ein zu gewagtes Experiment!

Dass Du Schiss hast vor so ner Aktion ist klar. Ging mir nicht anders. Da ist Panik vorprogrammiert.

Aber was hat das mit dem Alter zu tun?

Subject: Re: Völlig verzweifelt!

Posted by [Titania](#) on Thu, 31 Dec 2009 12:52:25 GMT

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

Silke42 schrieb am Thu, 31 December 2009 13:07

Alles abzusetzen und zu gucken, ob der Körper irgendwie, irgendwann vielleicht dann doch von selbst wieder ins Gleichgewicht kommt, DAS halte ich, angesichts meines Alters von 47, und angesichts des momentan schon so schlimmen und belastenden HA für ein zu gewagtes Experiment!

Tja. Wenn es tatsächlich möglich ist, dass diese momentane HA-Verschlimmerung jetzt eine ganz schnelle Reaktion auf das Östrogengel ist, dann kann ich das ja austesten ... das Gel absetzen und gucken, was passiert ... oder? Ich weiß es einfach nicht.

Viele Grüße

Für mich ist Pilleneinnahme mit 47 eher das "gewagte Experiment" (ohne Dich angreifen zu wollen, Du hast ja einen Grund, noch daran festzuhalten).

Was war denn die längste Aussetzzeit mit der Pille bisher? Du schreibst ja, der Haarausfall war immer so schlimm nach dem Absetzen, dass Du sie schon immer bald wieder genommen hast?

Den Test mit dem Östrogengel würde ich nun erst recht nicht wagen. Ich bin da irgendwie sehr kritisch mit Hormonexperimenten jeglicher Art, seit ich selbst so ein Hormonchaos hatte vor ca. 4 Monaten.... gerade auf die Haare kann das, was die Ärzte immer gern wie das Umswitchen von Himbeer- auf Zitronebonbons herunterspielen, schlimme Folgen haben (und was im Körper genau passiert, kann man auch nur ahnen).

Liebe Grüße
Angelika

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 13:37:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Sabine,

meine Gyn meinte, ich könnte die Pille schon noch ein Weilchen nehmen. Die Sache ist ja - und da unterscheiden wir uns wohl - mir ging es mit der Oviol sehr gut, ich habe sie problemlos vertragen. Dass da im Laufe der vielen Jahre auch eine Art Abhängigkeit von der Pille im Körper entstanden ist, will ich ja gar nicht leugnen.

Das mit dem Mineralstoffhaushalt ist auf jeden Fall richtig und wichtig. Zink nehme ich sowieso, aber Ferritin müsste ich unbedingt bestimmen lassen (da ich auch keine große Fleischesserin bin usw.). Meine Hausärztin ist darin jedoch immer ein bisschen von anno dunne. Es gibt ja mehrere verschiedene Eisenwerte, die man bestimmen lassen muss und dann muss das ganze auch noch richtig interpretiert werden.

Erstverschlimmerung durch das Gel kann ich mir nicht so recht vorstellen ... meine Erfahrung war immer: Östrogene rauf, Haare gut.

Und da ich momentan sowieso extrem Panik schiebe wegen des HA und es mir deshalb total mies geht, werde ich jetzt keinesfalls die Pille absetzen und alles noch schlimmer machen (und das wär so sicher wie das Amen in der Kirche ...).

Liebe Grüße
Silke

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 13:45:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Na, ich denke, dass mein Körper mit 47 nicht spontan und fröhlich wieder anfangen wird, die eigene Hormonproduktion anzukurbeln, sondern ohne Pille in einen extremen Hormonmangelzustand rutscht. Da bin ich doch gleich die perfekte Kandidatin für eine Hormonersatztherapie, das hieße, vom Regen in die Traufe zu kommen ...

Pille absetzen hieße, das, was mir und meinen Haaren jetzt zu schaffen macht (der Umstieg von Oviol auf eine niedrigdosiertere Pille), auf die Spitze zu treiben. Von meinen Haaren kann ich mich dann gleich total verabschieden ...

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 15:28:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Angelika,

Pille noch mit 47 weiternehmen: für mich war das ganz klar eine Abwägenssache. Ich kenne die Risiken, und ich habe mich halt dafür entschieden, sie noch weiterzunehmen. Meine Gyn meinte, man könne das verantworten von meinem Gesamtbild her.

Länger als 4 Monate habe ich noch nie die Pille ausgesetzt. Das eine Mal wollte ich sehen, wie es ohne ist (sah ich dann auch: besch*****), ein anderes Mal musste ich es vorübergehend aus Krankheitsgründen tun.

Von dem Östrogengel nehme ich die geringstmögliche Dosis, man kann bis auf das dreifache gehen. Und ich nehme es erst seit 10 Tagen. Ich wüsste halt nicht, wie ich sonst testen sollte, ob diese Verschlimmerung vom Gel kommt, wenn ich es nicht wieder absetze und ich muss das unbedingt herausfinden, denn wenn das so weitergeht mit dem HA, werde ich noch verrückt!

Viele Grüße
Silke

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Titania](#) on Thu, 31 Dec 2009 15:41:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aber Silke, irgendwann musst Du doch "runter" von dem Zeug?

4 Monate! Das ist eben genau das, was ich bezüglich Pille und Haarausfall meine... klar wird es nach Absetzen erstmal der Horror, vor allem, wenn man die Pille wirklich jahrelang genommen hat.

Aber ich bin mir irgendwie ganz sicher, dass der Körper auch ohne erneute Pille in der Lage gewesen wäre, sich einzustellen. Er braucht halt ZEIT. Ich kann nicht glauben, dass der Haarausfall nach dem Absetzen der Pille so lange weitergeht, bis nur noch ein paar Flusen auf dem Oberkopf übrig sind. Eher glaube ich, dass die Hormonsituation sich mit der Zeit wieder auf Normalproduktion einstellt und dem auch wieder Haare folgen.

Hast Du mal versucht, einen Spezialisten in der Hinsicht aufzutreiben, ich habe von speziellen Endokrinologen gelesen, die sich auf Haarausfall spezialisiert haben? Vermutlich würde der Dich aber wieder nach Hause schicken unter der Maßgabe, dass Du die Pille erstmal absetzt. Hm, alles nicht einfach.

Liebe Grüße
Angelika

Subject: Re: Völlig verzweifelt!
Posted by [Silke42](#) on Thu, 31 Dec 2009 17:16:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mir scheint das, das Pferd vom Schwanz her aufzuzäumen Ich hab ja nicht geschrieben: "Seit ich die Pille nehme, hab ich HA" (dann wär der Fall ja klar), sondern es ist umgekehrt... Über die Pille mag man geteilter Meinung sein, aber ich hab halt für mich festgestellt, dass es mir "mit" besser geht

"klar wird es nach Absetzen erstmal der Horror, vor allem, wenn man die Pille wirklich jahrelang genommen hat."
jahrzehntelang und der jetzige Horror würde nochmal potenziert - das halten meine Nerven nicht aus, ich bin ja jetzt schon völlig runtergerissen.

Dazu kommt, ich habe langes Haar. So eine Länge, die ca. 3 oder 4 Jahre gewachsen ist. Da

kann man ein vorübergehendes extremes Ausgehen nicht mal so in Kauf nehmen wie bei kurzem Haar, denn bis das nachgewachsen ist (falls überhaupt!) - das dauert.

Das sind für mich halt alles so Argumente ... vielleicht jetzt nicht für jeden nachvollziehbar und ich erscheine widerspenstig oder beratungsresistent

Nach einem Spezialisten hab ich mich noch nicht umgehört damals war ich hier bei uns in der Uniklinik in der berühmten "Haarsprechstunde" - das war total dürftig ... und was ich bei Hautärzten so erlebt habe, ging von unwirschem Unverständnis ("Sie haben doch noch genug!") bis zu rustikalen Ratschlägen wie "dann schneiden Sie doch halt die Haare kurz!" Oder ich bekam das elende Eil-Cranell oder Pantovigar verschrieben

Was ich allerdings gern machen lassen würde, wär eine umfangreiche Blutanalyse über den Mineralstoff- und Vitamin-Haushalt. Wo kann ich denn sowas machen lassen?

Tja, ich bin insgesamt momentan ratlos und habe schon wieder einen absoluten Horror vor dem abendlichen Haarebürsten

Wünsche euch allen einen guten Rutsch!!

Subject: Re: Völlig verzweifelt!

Posted by [Skdlfnmylms](#) on Tue, 05 Jan 2010 14:41:25 GMT

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

sorry ich hab grad wenig zeit mir alles durchzulesen, aber wieso östrogengel? hast du mal drüber nachgedacht, dass du auch einen ha haben kannst durch das östrogen? das nennt man östrogendominanz und mit der weitren gabe von östrogen machst du es nur schlimmer. möglich wärs. und wenn du nur je 4 monate abgesetzt hast, dann war das auch ganz normaler "hormonumstellungschaos" würd ich zumindest sagen. lass doch mal deinen progesteron und östrogenspiegel testen. denn wenn du zuviel östro und zu wenig progesteron hast, dann gibt es statt der östrocreme eine progesteroncreme. n versuch is es wert es wenigstens mal testen zu lassen. ich hab bei eingener recherche immer wieder gelesen dass viele frauen dachten sie bräuchten östro aber haben dann rausgefunden sie haben progesteronmangel. ich empfehle folgenden link:<http://oestrogen-dominanz.de/>
ließ dich da mal ein

Subject: Re: Völlig verzweifelt!

Posted by [Silke42](#) on Tue, 05 Jan 2010 18:38:15 GMT

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

Hallo Evi

danke für deinen Beitrag. Ich hatte über das Thema Östrogendominanz schon gelesen und bin mir sicher, dass es auf mich nicht zutrifft. Weil: ich habe die meistgenannten Symptome der ÖD nicht. Und: mein HA wurde ja (mit der typischen 4-monatigen Verzögerung) durch den Wechsel auf eine niedriger dosierte Pille ausgelöst, die 30% weniger Östrogene hat als die, die

ich über 20 Jahre gewohnt war. Warum sollte dadurch eine ÖD entstehen?

Mein Körper sagt mir auch "es sind weniger Östrogene da als zuvor": ich habe nach dem Pillenwechsel abgenommen, mein Busen ist kleiner geworden, mein Gesicht schmaler. Ich kenne meinen Körper gut und weiß, wie er in der Vergangenheit auf Östrogen rauf - Östrogen runter reagiert hat.

Ich werde aber meine Gyn aber sicherheitshalber dennoch mal auf das Thema ansprechen. Kann man das Progesteron nicht auch messen, auch wenn man die Pille nimmt?

Viele Grüße,
Silke
