
Subject: Lichte Haare mit 22 :(
Posted by [Bienchen87](#) on Thu, 25 Feb 2010 11:14:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, ich habe seit ca. 4 Jahren das Problem mit Haarausfall bzw. Haarlichtung. Zu meiner Person ich bin weiblich und 22 Jahre alt.
Angefangen hat es mit Haarausfall durch starkes Untergewicht (40kg/1,63m) nach 1 Jahre danach nur noch leichts Untergewicht (48kg) bis vor 1 Jahr. Jetz habe ich Normalgewicht 53kg.

Meine Haare wachsen aber nicht mehr richtig die sind ziemlich dünn und brüchig und man sieht die Kopfhaut durchschimmern. Sie wachsen aber auch nicht fester nach trotz regelmäßigem Essen und ausgewogener Ernährung.

Ich war auch schon bei Hautärzten im Blut (kl. und gr. Blutbild, Eisen, Schilddrüse usw.) konnte man nichts feststellen d.h. alles in Ordnung.

Vielleicht kann jemand ein paar Tipps geben was ich noch machen kann oder woran das liegen kann.

Subject: Aw: Lichte Haare mit 22 :(
Posted by [knutschkugel88](#) on Thu, 25 Feb 2010 12:02:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey..
noch eine Leidensgenossin.. Ich bin 21 und hab das gleiche Problem, nur das alles bei mir vor ca. 7 Monaten anfang.
Hm, bei mir is auch alles OK.

Hast du schon ein Trichogramm oder so machen lassen?

LG

Subject: Aw: Lichte Haare mit 22 :(
Posted by [Bienchen87](#) on Thu, 25 Feb 2010 12:08:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nee, meine Hautärztin macht nur Trichoscan, da wird 2x ein Quadratcentimeter wegrasiert... das konnte ich nicht..
Jetzt soll ich erstmal Zinktabletten nehmen und dann schauen wir weiter...

Subject: Aw: Lichte Haare mit 22 :(
Posted by [lilli86](#) on Sat, 27 Feb 2010 08:24:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hast du zinkmangel oder wieso die zink tabletten?welche und wieviel nimmst du?

Subject: Aw: Lichte Haare mit 22 :(
Posted by [Bienchen87](#) on Sat, 27 Feb 2010 18:54:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey, die Hautärztin hat zu mit gesagt ich solls nehmen und in 3 Monaten schauen wir weiter...
war auch schon in der Hautklinik (vor nem Jahr) und da sagte der Doc auch ich sollte Zink
nehmen (hat aber nichts gebracht).
