
Subject: Ursache meines Haarausfalls?

Posted by [rusu4287](#) on Sat, 06 Mar 2010 13:59:33 GMT

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

Hallo alle zusammen,

da ich mittlerweile ziemlich verzweifelt bin und den Eindruck habe, hier Menschen zu finden, die Einiges über die Thematik wissen und mir vielleicht weiterhelfen können, möchte ich euch nun meine Lage schildern und hoffe auf euren Rat.

In Kürze meine Geschichte: Seit ca. 8 Jahren leide ich mit mal mehr, mal weniger Ausprägung an Anorexie. Momentan befindet sich mein Gewicht am unteren Bereich des durch BMI als normal deklarierten Werts. Vor Kurzem hatte ich erstmals eine bulimische Phase, die ca. 2 Monate andauerte. Seitdem habe ich jedoch nie wieder erbrochen. Letzte Woche habe ich ein großes Blutbild beim HA machen lassen, dessen Ergebnisse jedoch keine nennenswerten Auffälligkeiten zeigten (GOT erhöht, Testosteron und DHEAS erniedrigt). Eisen war in Ordnung. Zuvor hatte ich eine Schilddrüsenproblematik vermutet. Allerdings ist der TSH-Wert ebenfalls recht niedrig, und bei einer Unterfunktion, der ich meine Symptome (neben Haarausfall schnelles Frieren, Müdigkeit, Antriebslosigkeit) zugeschrieben hatte, ist der Wert ja meist erhöht (meiner liegt bei 1,2). Was könnte ich nun tun? Könnt ihr mir helfen? Habt ihr Ideen?

Viele liebe Grüße

Subject: Aw: Ursache meines Haarausfalls?

Posted by [LittleTweety](#) on Sat, 06 Mar 2010 15:06:40 GMT

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

Hallo,

also erst mal müsste man deine Werte sehen.

Oft sagen Ärzte alles sei in Ordnung und dabei ist die Kacke schon am dampfen....

Wurde schilddrüsentechisch nur der TSH gemessen? Wenn ja noch mal hin und fT3 und fT4 bestimmen lassen. Ausserdem eine Sonografie der SD machen lassen.

Wie hoch ist dein Ferritin? Das ist der Wert, der besagt ob dir Eisen fehlt oder nicht.

LG

Subject: Aw: Ursache meines Haarausfalls?

Posted by [rusu4287](#) on Sat, 06 Mar 2010 17:52:41 GMT

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

Vielen Dank für deine schnelle Antwort. Mein Eisenwert liegt bei ca. 13 (hab die genauen Werte leider nicht vorliegen, sondern kann nur das wiedergeben, was der Arzt mir mündlich mitgeteilt

hat). In Bezug auf die Schilddrüse wurde tatsächlich nur der TSH-Wert gemessen. Meinst du, es könnte dennoch eine Störung vorliegen, wenn dieser Wert normal ist? Kann eine solche Bestimmung sowie eine Sonografie auch der Hausarzt durchführen?

Viele Grüße

Subject: Aw: Ursache meines Haarausfalls?
Posted by [LittleTweety](#) on Sat, 06 Mar 2010 18:09:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also Eisen ist nicht Ferritin. Du musst schon den Ferritin (Eisenspeicher) messen lassen.

Eine Störung kann auch bei "normalen" Werten vorliegen. Eine Sono kann der Hausarzt nur durchführen, wenn er auch ein Ultraschallgerät hat.

Subject: Aw: Ursache meines Haarausfalls?
Posted by [rusu4287](#) on Sat, 06 Mar 2010 18:50:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bedeutet das, es kann trotz normal hohen Eisenwerts ein Defizit im Eisenspeicher vorliegen? Und an welchen Arzt muss ich mich wenden, sofern mein Hausarzt über ein Ultraschallgerät nicht verfügt?

Subject: Aw: Ursache meines Haarausfalls?
Posted by [Binne](#) on Sun, 07 Mar 2010 13:50:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Aus eigener Erfahrung kann ich dir sagen, dass deine Symptome durchaus auch von deiner Ernährungsweise kommen kann

Ich weiß, wovon ich spreche, ich habe auch erst mehrere Jahre Magersucht gehabt und bin dann in die Bulemie reingeschlittert. Damit tut man seinen Körper nichts gutes, im Gegenteil, aber das weißt du ja auch selbst....

Die Haare können da natürlich unter anderem auch sehr in Mitleidenschaft gezogen werden, da ihnen einfach die Nährstoffe / Mineralien fehlen... du hast bestimmt schon mal unter HA und Essstörungen gegoogelt, oder? Da steht es ja dann auch schwarz auf weiß.

Ich bin durch einen guten Thearapeuten und gute Freunde seit vielen Jahren "geheilt", aber meine Haare fallen mir dennoch immer mal wieder aus eine super gesunde Ernährungsweise habe ich immer noch nicht, ich ernähre mich nicht so super gesund, meine Endo meinte neulich, dass meine Haare dadurch immer noch ausfallen würden. Nun versuche ich mir sehr bewusst zu ernähren und nicht nur Süßes in mich reinzustecken.

Deine Symptome (frieren, HA, Antriebslosigkeit) können mit deiner Ernährung zusammen hängen bzw mit dem Zustand, in dem du dich gerade befindest... viel Energie bleibt deinem

Körper ja nicht, wenn alles wieder in der Kloschüssel landet.
Meinst du, du kannst davon wegkommen?
Hol dir professionelle Hilfe, ohne wirst du es kaum schaffen!
Und dann werden deine Haare auch wieder wachsen und schön aussehen!
Wenn dir dein Körper wertvoll ist, dann gehe diesen Schritt!
Du kannst mich gerne auch noch mal per pn anschreiben, wenn dir das hier zu persönlich ist.

Alles Liebe und alles Gute, du kannst es auch schaffen!!!
