
Subject: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!

Posted by [DarkDesire](#) on Sun, 13 Jun 2010 14:58:36 GMT

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

Hi, ich bin ganz neu hier. Zu meinem Problem...

Ich bin erst 22 und habe wohl seit Jahren Haarausfall, was mir aber erst aufgefallen ist, als mich eine Freundin darauf ansprach, ob ich denn "da eine Glatze" bekommen würde (Am Hinterkopf). Das ging alles so langsam und schleichend, dass ich es einfach nicht mitbekommen habe dass sie mit der Zeit immer lichter wurden. Mit dem Haarausfall wurden sie auch noch insgesamt überall dünner, sodass jetzt bei starkem Licht und nach dem Duschen schon recht stark die Kopfhaut zu sehen ist. Kämme mir seit Monaten die Haare mit einem groben Kamm nach hinten und mach mir dann ein Haarband drauf, um den Scheitel und den Hinterkopf zu kaschieren. Wobei es immer mal wieder vorkommt, dass etwas verrutscht und man wieder die besonders lichte Stelle am Hinterkopf sieht -.- Gehe total ungern zum Schwimmen, weil sie ja dann zwangsläufig nass werden und es natürlich noch mehr auffällt. Vom Friseur hab ich das Redken Shampoo in der weißen Flasche bekommen, gegen dünner werdendes Haar. Leider habe ich ganz leicht schuppige juckende Kopfhaut und überlege, das Shampoo zu wechseln. Zwischendurch benutze ich auch schon Hipp Babyshampoo. Rauchen tue ich nicht, ernähre mich gesund (Obst, Gemüse, Vollkornprodukte, Milchprodukte, 1 x die Woche Fisch, 2 x Fleisch usw), mache Sport, nehme seit 1 1/2 Jahren die Pille (Juliette) und seit gut 1 Monat Schilddrüsenhormone, da ich beim letzten Bluttest eine leichte Unterfunktion hatte. Dazu Jodid und Eisen. Regain habe ich vor mind. 1 Jahr ausprobiert, aber das juckte wie Sau und ich bekam erst recht extreme Schuppen, weshalb ich es wieder absetzte.

Nachdem mir keiner helfen konnte (Hautarzt sagte natürlich, erblich bedingt, kann man nix machen), denke ich mir mittlerweile "es gibt schlimmeres" und "was mich nicht umbringt, macht mich stärker". Schau mich immer mal wieder nach Kopftüchern, Mützen etc um, und versuche nach Möglichkeit alles zu kaschieren. Haarersatz kann ich mir nicht leisten, egal wie ich es drehe und wende. Es geht einfach nicht. Kam eine von euch schon auf die Idee, sie sich einfach zu rasieren? Klingt hart, aber dann hätte ich das psychische Problem nicht mehr, wenn wieder mal zig Haare aufm Boden, im Abfluss, am Autositz..... liegen/hängen. Kann doch auch ganz schön aussehen?! Bin hin und her gerissen. Langsam muss ich trotz all der Scham wieder zum Friseur, weil sie zwar dünn und wenig sind, aber mittlerweile gehören sie wieder geschnitten...

Danke schonmal für eure Antworten...

VLG

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!

Posted by [Ataba](#) on Sun, 13 Jun 2010 18:15:56 GMT

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

hast Du schon mal Toppik oder Voluma oder wie sie denn alle so heißen probiert ??

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!

Posted by [DarkDesire](#) on Mon, 14 Jun 2010 07:37:06 GMT

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

Nein, bisher noch nicht... Habe davon auch zum ersten mal hier im Forum gelesen. Was genau ist das?

Mich macht es halt hauptsächlich psychisch fertig, überall Haare von der Kleidung etc. abzupfen zu müssen. Werde sie mir jetzt erstmal kürzer schneiden lassen, damit es nicht mehr ganz so schlimm aussieht, wenn sie ausfallen. Ist zwar auch nur selbsttäuschung, aber naja...

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!
Posted by [Ataba](#) on Mon, 14 Jun 2010 19:16:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also kürzerschneiden machts nicht unbedingt besser. ich z.b. brauch die längen zum verdecken der kopfhaut.

such hier oder bei google mal nach toppik oder volluma. toppik sind microhairs und funktonieren wie ein salzstreuer. volluma ist ein spray.

aber wie gesagt, da musst du selbst etwas suchen. das würd jetzt hier den rahmen sprengen.

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!
Posted by [LittleTweety](#) on Tue, 15 Jun 2010 09:55:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

welche Form der Schilddrüsenunterfunktion hast du denn?

Ich nehme an, es ist Hashimoto, wie bei den meisten.

In diesem Fall dürftest du AUF KEINEN FALL Jod nehmen! Das macht alles nur noch schlimmer.

Klär ab, was genau mit deiner Schilddrüse ist.

Haarausfall und Eisenmangel gehen meist mit Hashimoto einher.

Und bist du überhaupt schon eingestellt mit den Schilddrüsenhormonen?

Schau mal hier: www.ht-mb.de

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!
Posted by [Blue_nbg](#) on Wed, 16 Jun 2010 19:40:38 GMT

hey,

also ganz ehrlich, die haare komplett abrasieren würde ich nicht. das ist doch gerade die schreckliche vorstellung, dass man irgendwann gar keine haare mehr hat. kürzer schneiden halte ich für eine gute idee, dadurch wirken sie etwas dicker, hat mein frisör mir damals auch empfohlen und ich finde sie seitdem nicht mehr ganz so schlimm dünn.

wenn dir die psychie momentan so sehr zu schaffen macht würde ich an deiner stelle versuchen daran zu arbeiten. warst du schon mal beim psychologen? er wird dir vll. nicht sofort helfen können den haarausfall zu stoppen aber du kannst versuchen zu lernen wie du am besten damit umgehst, damit dich der haarausfall nicht mehr so belastet und ich glaube wenn du lernst damit umzugehen dann wird es auch besser. seitdem ich mir weniger sorgen mache verliere ich nicht mehr ganz so viele haare. ich weiß das ist leichter gesagt als getan aber versuch es doch mal.
lg

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!
Posted by [Elisabeth](#) on Thu, 17 Jun 2010 08:45:38 GMT

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

Also ich finde die Idee mit dem Abrasieren gar nicht so schlimm. Bzw. finde ich es schlimmer ganz lichte Haare zu haben, als gar keine. Kommt natürlich auch auf den Kopf an. Ich hab auch schon mal mit dem Gedanken gespielt. Ob es einem steht oder nicht, sieht man ganz gut, wenn man eine Bademütze aufsetzt oder einen hautfarbenen Strumpf über den Kopf zieht.

Mir stehts leider nicht so gut

Man könnte natürlich auch eine Schönheits-Op machen lassen, damit man mit rasiertem Kopf gut aussieht ... das ist bestimmt billiger, als sein Leben lang in Perrücken zu investieren

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!
Posted by [hep03](#) on Fri, 18 Jun 2010 11:23:40 GMT

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

Ich würd´s mich nicht trauen (ich sah dann aber auch aus wie ein Junge, manchen steht´s ja echt super), aber wenn du denkst dass du gut damit zurechtkommst, warum nicht? Bedenke aber dass du sicher den ein oder anderen mitleidigen Blick zugeworfen bekommst weil die Leute denken du hast Krebs.

Aber kannst du nicht mal mit deiner KK reden wegen dem Haarsersatz? Ich weiß nicht so gut darüber Bescheid, aber wenn dir jemand bestätigt dass dich die kahlen Stellen psychisch so sehr belasten dass du dich z.B. nicht mehr auf die Arbeit traust, müsstest die doch zumindest was dazugeben? -Sorry wenn ich Mist rede und diesbezüglich zu gutgläubig bin

Subject: Aw: Wie am besten kaschieren? Rasieren?!
Posted by [kleine.hexe](#) on Mon, 28 Jun 2010 08:42:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kaschiere meine lichten Stellen momentan mit Schütthaar. Das ist wirklich eine super Übergangs(!)lösung. Aber natürlich auch kein Lösung auf ewig
Abrasieren kämw für mich nur in Frage, wenn ich dann Perück tragen würde. Aber da habe ich Angst, dass das irgendwann mal jemand mert.
Momentan denke ich über eine Haarintegration nach...
