

---

Subject: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [Jadaa](#) on Wed, 22 Mar 2006 08:38:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

So, habe lange nicht mehr geschrieben. Bin auch gerade nicht in Deutschland, sondern im Urlaub sozusagen. Also die Sache ist die: seit einigen Wochen ist mein HA total unregelmäßig. Mal ein, zwei Tage super wenig, danach wieder um die 20-30 mehr am Tag (ich wasch sie jeden Tag). Und vorm Urlaub waren wieder recht wenige, seit ich hier bin (hier in den USA riecht das Wasser so chlorig..und vielleicht auch wegen Jet leg und Tablettenverschiebung??)ists wieder mehr. Haben diejenigen unter euch, die Eisen nehmen, auch so unregelmäßigen HA??? Hat das irgendwas zu bedeuten, daß es rauf und runtergeht?

---

---

Subject: Re: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [a\\_vase](#) on Wed, 22 Mar 2006 14:17:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also mein HA ist superstabil!  
Ich habe mal nachgezählt: 50-55 an Waschtagen, 30-35 an nicht-Waschtagen. Ich schlucke seit Oktober 05 Eisentablette und denke dass es dadurch besser geworden ist.  
Ich kann nicht sagen ob es normal ist, dass es schwankt wegen Eisen, aber immer dran denken, dass was jetzt ausfällt ist vor 2-3 Monate in die Telogenphase gegangen: Also hängt es eher nicht mit deinem Urlaub zusammen, sondern eher mit etwas vor langer Zeit. Kannst du dich da an etwas erinnern?

Lg  
Vase

---

---

Subject: Re: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [Gaby](#) on Wed, 22 Mar 2006 15:14:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

a\_vase schrieb am Mit, 22 März 2006 15:17Also hängt es eher nicht mit deinem Urlaub zusammen, sondern eher mit etwas vor langer Zeit. Kannst du dich da an etwas erinnern?

Lg  
Vase

Das muß nicht so sein, das die Ursache für HA 2 - 3 Monate zurückliegt. Ich glaube, diese Theorie ist schlichtweg überholt. Unmittelbar nach Operationen (Narkose) kommt es ja auch zu HA oder z.B. beim Anwenden von Regaine dauert es nur ca. 2 Wochen bis HA eintritt. Wenn man die Pille absetzt, dauert es auch keine 2 - 3 Monate, sondern der HA, der dann einsetzt, folgt meistens innerhalb der nächsten 4 - 6 Wochen.

---

Subject: Re: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [Jadaa](#) on Wed, 22 Mar 2006 18:42:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hab bei mir auch eher das Gefühl, daß es sofort einwirkt. Na ja. Ich stresse mich da nicht mehr so. Es nervt zwar sehr, aber ich weiß schon gar nicht mehr, wie mein Leben ohne HA war;)

@Vase: du hattest mal geschrieben, daß du die Diagnose AGA bekommen hattest. Findest du das selbst auch so, ich meine, verbreitert sich dein Scheitel oder lichtet sich dein Oberkopf oder hat sich der Haarwuchs dank Eisen richtig stabilisiert? Es muß doch eigentlich noch weniger werden mit dem HA, oder?

Bei mir sind es an Waschtagen ca. so viele wie bei dir an Nichtwaschtagen. Aber zur Zeit sinds glaub ich mehr...

Hast du auch si knitterige Haare zwischendrin?

Danke für eure Antwort, ich denke, ich warte einfach mal ab. Ich substituiere seit Ende November Eisen.

---

---

Subject: Re: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [a\\_vase](#) on Thu, 23 Mar 2006 16:02:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also um die 30 Haare am Tag an Waschtagen ist ja kein HA - dann geht es nur darum wie viele Haare nachwachsen, oder? So sehe ich es auf jeden Fall bei mir im Moment.

Mein HA ist besser geworden. Es ist ungefähr um 2/3 weniger geworden durch Eisensubstitution. Neuwuchs sehe ich auch, meistens im Scheitelbereich. Hinten und vorne sieht es furchtbar aus - die Haut schimmert immer durch vorne und hinten ist es auch ganz dünn. Ich würde sagen, dass es tatsächlich aussieht als ob es AGA ist, aber dass ich es einfach nicht glaube.

Ach, es ist so ein hin und her. Manchmal glaube ich dass es besser wird, manchmal finde ich ist es nur schlimmer geworden.

Liebe Grüße  
Vase

---

---

Subject: Re: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [Claudi](#) on Fri, 24 Mar 2006 10:23:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Vase,

ich kenne deine "Vorgeschichte" nicht so, daher meine Frage: Hattest du einen Eisenmangel oder nimmst du Eisen "einfach so" ein?

---

Gruß,  
Claudit

---

---

Subject: Re: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [a\\_vase](#) on Fri, 24 Mar 2006 14:25:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hatte Eisenmangel. Ich hatte einen Ferritinwert von 12 in Oktober, in Dezember war er 16 und jetzt warte ich gerade auf den Wert von Dienstag...

Ich nahm am Anfang 50 mg, jetzt 100 mg. 200 mg während meiner Tage.

Was noch? Dünne Haare habe ich immer gehabt. Ausfall habe ich seit mehreren Jahre gemerkt, aber nicht wirklich wahrgenommen. In Mai ging es dann wirklich los und es hat angehalten bis Ende Dezember.

Liebe Grüße  
Vase

---

---

Subject: Re: Eisen und Entwicklung des HAs  
Posted by [Claudi](#) on Fri, 24 Mar 2006 14:53:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für deine Antwort! Ich frage danach, weil ich auch seit einigen Wochen ein Eisenpräparat nehme (50 mg), bei mir aber nicht klar ist, ob ich einen Mangel habe oder nicht. Daher habe ich ein etwas schlechtes Gewissen, einfach Eisen einzunehmen, vor dem Hintergrund, dass es auch schaden könnte.

Aber wenn ich den Beitrag über "Eisenüberschuss" durchlese, scheint es ja enorm schwierig zu sein, überhaupt feststellen zu können, ob ein Mangel vorliegt oder nicht.

---

---

Subject: Re: @ Claudit  
Posted by [strike](#) on Sat, 25 Mar 2006 08:31:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---