

Hallo,

habe dieses Jahr erstmals nach 10 Jahren (!) meinen Sommerhaarausfall lindern können. In den 10 Jahren war ich bei mehreren Hautärzten, Hausärztern, Frauenärzten, Endokrinologen, Internisten, Heilpraktikern etc. Habe Eisen, Selen, Vitamine, Basenpillen und -pulver, Priorin, Kieselerde, Merz Spezialdragees, spezielle Haarpillen (Namen vergessen)etc. geschluckt. Erfolg gleich Null.Habe leichte Hashimoto, aber auch L-Thyroxin 75 hat den Sommerausfall nicht gelindert.Bananen gegessen, Kopfhaut mit Zwiebel, Brennessel, El Cranell Alpha uvm eingeschmiert. Fast alles 2 - 3 Monate lang - kein Erfolg.Diagnose: Diffuser Sommerhaarausfall unbekannter Ursache.

Mein Sommerhaarausfall dauerte jedes Jahr von ca. Ende Mai bis Anfang November, Hochzeit Juli - September, dann ca. 1,500 Haare bei der Haarwäsche und ca. 300 an Tagen ohne Haarwäche. Oder noch mehr. Jedenfalls genug, um jeden Sommer zum Horror werden zu lassen. In den restlichen Monaten fast normal: ca. 400 Haare beim Waschen und 100 an anderen Tagen.

In irgendeinem Forum las ich diesen Sommer über die AC Therapie, also wenn ich mich recht erinnere, Haarausfall durch gestresste/gespannte Kopfhaut (Spannungskopfschmerz), gegen den Botox-Spritzen helfen sollen. War schon fast so weit, mich anzumelden, als ich in einem anderen Forum über die Linderung von Haarausfall durch Akupunktur las. Dachte mir, ehe ich es mit Botex versuche, könnte ich es mal mit Akupunktur probieren.

Habe mir im Internet eine chinesische Heilpraktikerin mit mehreren Jahren Akupunkturerfahrung gesucht. Sie meinte, wir könnten es versuchen und schlug mir erst mal 6 Sitzungen vor. Nach 3 Sitzungen (2 pro Woche)schien mir eine minimale Besserung eingetreten zu sein. Nach 5 Sitzungen habe ich ca. 50% weniger Haare verloren. Habe insgesamt 10 Sitzungen gemacht und am Schluss war es 2/3 weniger Haarausfall und die Anzahl der verloren Haare fast normal.

Das war Mitte September. Danach fuhr ich 3 Wochen in den Sommerurlaub - was normalerweise den Haarausfall richtig anheizte - aber Wunder geschehen - nach 10 Jahren wieder im Meer ohne Haarausfall!

Die Chinesin sagte, die Akupunktur wirke nach und dass ich erst wieder im Frühjahr zur Auffrischung kommen soll.

Mein diffuser Haarausfall im Sommer hat mich in den Jahren sehr belastet, aber ich hatte das Glück, dass noch keine kahlen Stellen auf dem Kopf waren. Vielleicht noch Folgendes zu meinen Symptomen:

Wenn mir im Sommer die Haare ausgingen, hatte ich idR das Gefühl, die ganze Kopfhaut tut mir weh. Ausserdem knirsche ich Nachts mit den Zähnen. Sind angeblich Symptome von Spannungskopfschmerzen.

Leider kann ich nichts dazu sagen, ob Akupunktur auch bei anderen Formen des Haarausfalls hilft. Am Besten Ihr sucht Euch einen Akupunkturspezialisten und ruft dort an.

Evtl. hilft dieser Erfahrungsbericht anderen Frauen mit diffusem Sommerhaarausfall.

Viel Glück!

Vicenza

PS Für die Akupunktur habe ich EUR30 für die Beratung bezahlt und EUR50 pro Sitzung. Waren 20 min Akupunktur mit ca. 16 Nadeln im Körper, Nacken und 1 im Kopf sowie anschliessend 5 min Schröpfen. Ich fands auch für den Rest des Körpers prima.

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert  
Posted by [maurizio](#) on Sat, 06 Nov 2010 07:01:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo vincenza,

habe ich das richtig gelesen? du hast 1500 haare beim waschen verlohren? und empfindest 400 beim haarewaschen als normal? ich bin da nicht ganz soo gelassen, mir reichen schon 300 beim waschen um aus der fassung zu gelangen....

aber ich wollte dir vielen dank sagen, positive erfahrungen mit irgendwelchen therapien liest man hier ja sehr selten. die meisten gehen, wenn der haarausfall vorbei ist, denke ich, und wollen nichts mehr mit alopezie.de zu tun haben.

da ich bei einem chinesischen internisten bin, der auch akupunktur macht, wäre ich dir dankbar, wenn du mir genauer sagen könntest, welche punkte genau da akupunktiert wurden.

vielleicht lindert das ja das ganze jahr über den haarausfall, mensch das wäre ja toll, oder?

liebe grüße

nici

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert

Posted by [springflower](#) on Sat, 06 Nov 2010 11:12:56 GMT

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

---

Hallo!

Das klingt wirklich toll, was Du erlebt hast! Es erinnert mich aber leider auch an eine negative Erfahrung mit einem chin. Akupunkteur bzw. Arzt.

Dieser wollte 80 Euro für jede Sitzung und ich sollte 3 Monate zu ihm kommen und das 3-5x die Woche!

Ich wohne auch noch 1h Autofahrt von der Stadt in der er praktiziert entfernt. Also insgesamt 2h Wegzeit + Behandlungszeit + Fahrtkosten. Ich wäre geschätzt auf 3000-4000 Euro (!) Kosten gekommen, was ich mir absolut nicht leisten könnte. Er war auch noch so frech mir zu sagen, dass ich ja einen Kredit dafür aufnehmen sollt wenn ich es mir so nicht leisten kann oder zu meinen Eltern gehen soll.

Kein menschliches Mitgefühl kam von ihm. Er hat genug Patienten (vor allem Privatpatienten) und könnte sicher auch in gewissen Fällen humaner entscheiden. Ich hätte es gerne ausprobiert. Er meinte auch noch nach 1 Monaten würde der HA stoppen und nach 3 Monaten wieder nachwachsen. Das finde ich auch krass, den so genau kann man das bei der Akupunktur auch nicht voraussagen.

Natürlich wäre es toll gewesen - aber Garantie gibt es keine - und wenn es nicht geklappt hätte, dann wäre ich um ein paar tausend Euro leichter gewesen und er hätte sagen können, er habe ja alles versucht.

Soviel zu meiner leider "negativen" Erfahrung....  
Sehr schön, dass es Dir half!

Lg Linda

---

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert  
Posted by [-Amarok-](#) on Sat, 06 Nov 2010 17:35:41 GMT

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

---

springflower schrieb am Sat, 06 November 2010 12:12

Er meinte auch noch nach 1 Monaten würde der HA stoppen und nach 3 Monaten wieder nachwachsen. Das finde ich auch krass, den so genau kann man das bei der Akupunktur auch nicht voraussagen.

bitte vergiss den typen.

ich finde es erschreckend dass anscheinend auch unter "medizienern" so ne riesen inkompetenz bezüglich haarausfall herrscht:

wenn haare absterben, verbleiben sie noch einige monate im kopf und fallen dann erst aus. das dauert unterschiedlich lange, aber in der regel so 2-4 monate.  
folglich kann eine behandlung auch frühestens 2 monate nach beginn wirkung zeigen, da ja erst noch die schon lange toten haare ausfallen werden.

was der typ betreibt ist entweder reine geldmacherei oder schiere übertreibung, in beiden fällen ist er es nicht wert sich damit zu beschäftigen.

---

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert  
Posted by [Tinchen](#) on Sun, 07 Nov 2010 16:36:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tut mir leid,aber ich kann mir nicht vorstellen,das bei 10 Jahren HA,bei 1500 pro Haarwäsche( die kann man doch gar nicht alle zählen)noch keine lichten Stellen zu sehen sind.  
Zitat: Am besten,Ihr sucht Euch auch einen Akupunturspezialisten und ruft dort an.  
Hat da der "Akupunturspezialist" nicht selbst geschrieben ??

---

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert  
Posted by [Ataba](#) on Sun, 07 Nov 2010 20:15:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

war auch mein 1. Gedanke. Also, dass da der Akupunkturspezialist selbst schreibt und wir am besten fragen sollen, bei wem die userin in Behandlung war, wen sie empfehlen kann

---

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert  
Posted by [gretchen](#) on Mon, 08 Nov 2010 09:31:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

...kommt mir auch so vor.  
vicenza...frisch registriert.  
was sollte denn das mit dem bananenessen und der zwiebel aufm kopf?!?!

---

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert  
Posted by [Vicenza](#) on Tue, 09 Nov 2010 21:30:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Nici,

ich kann Dir nicht sagen, ob es 1500 oder 1200 Haare waren, da ich sie in der Tat nicht gezählt habe. In den Monaten Juli - September waren es Massen. Mir hat bei meinem Problem "diffuser Sommerhaarausfall unbekannter Ursache" Akupunktur geholfen. Da meine Haarwurzeln (lt. Hautarzt) gesund waren, vermute ich, dass ich Spannungskopfschmerzen habe, die dazu führen, dass Haare (ähnlich Schuppen) einfach ausgehen. Warum das (fast) ausschliesslich im Sommer passiert, weiss ich nicht - evtl. hängt es mit den Haarwachstumsphasen zusammen.

Ich habe keine Ahnung von Akupunktur, deswegen kann ich Dir nicht die Punkte sagen. Soweit ich erinnere waren die Nadeln:

1 im Kopf  
je 3 links und rechts am Nacken-Haaransatz  
je 1 im Unterarm  
je 1 zwischen Daumen und Zeigefinger  
je 1 am Schienbein  
je 1 zw gr u kl Zehen  
2 im Bauch (unter Nabel)  
Hoffe, diese dürftige Beschreibung hilft.

Wie ich bereits mitteilte, weiss ich nicht, ob auch bei anderen Formen des Haarausfalls Akupunktur hilft.

Ich habe vor Monaten in irgendeinem Forum gelesen, dass einem oder einer Betroffenen bei diffusem Haarausfall Akupunktur geholfen hat. Ich bin dieser Person nachträglich sehr dankbar und hatte mir vorgenommen, im Erfolgsfall diesen Hinweis weiterzugeben. Wenn ich allerdings die Negativkommentare hier so lese, muss ich mich doch sehr wundern. Ich glaube nicht, dass mein Beitrag so geschrieben ist, dass es sich um die Marketingstrategie eines Heilpraktikers handelt.

Da ich im Moment kein Haarausfallproblem mehr habe, inhaltlich alles gesagt und wenig Freizeit habe, werde ich dieses Forum eher selten besuchen - daher nicht wundern, wenn keine Antwort kommt.

Alles Gute, Vicenza

---

Subject: Aw: Diffuser Sommerhaarausfall gelindert  
Posted by [Wal24](#) on Fri, 12 Nov 2010 20:51:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Vincenza  
Darf ich dich um die Adresse der chinesischen Therapeutin bitten? Das wäre sehr nett.

Besten Dank  
Verena