

---

Subject: 600 Haare am Tag!!Bitte schaut meine Werte an!

Posted by [nelli](#) on Mon, 06 Dec 2010 21:35:19 GMT

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

---

Hallo!

Ich war einige Jahre nicht im Forum, aber jetzt bin ich wieder hier, weil ich noch nie dagewesene Ausmaße des Haarausfalls erreicht habe. Ich werde mal versuchen in Kürze meine Geschichte zusammenzufassen:

Ich hatte bis ich ca. 25 Jahre alt war die absoluten Traumhaare. Dann ging es ganz schleichend bergab, die Haare wurden dünner, Haarausfall hatte ich jedoch nie. Das Dünner werden ging so langsam, dass ich es lange nicht als Problem ansah, da ich ja so viele Haare noch hatte. Dann aber 2003 (da war ich 31) bekam ich plötzlich Haarausfall. Ich nahm damals die Valette schon mehrere Jahre lang. Die Diagnose damals: erhöhte männliche Hormone und wahrscheinlich AGA. Mein damaliger Arzt galt als Haarexperte und sagte, ich solle die Pille absetzen. Das künstliche Östrogen sei Gift für die Haare. Ich habe mich das damals aber nicht sofort getraut. Der Haarausfall ging auch trotzdem nach 3 Monaten einigermaßen weg, aber was blieb war das extreme Dünner werden der Haare und das ging plötzlich ganz ganz schnell. Ein Jahr später schon ging ich nur noch mit eingearbeiteten Strähnen oder Tressen aus dem Haus. Das Muster war immer diffus.

Ich mach es jetzt mal kurz: natürlich war ich bei zig Endokrinologen, Hautärzten etc. Das Problem war eigentlich auch nicht mehr der Haarausfall, sondern dass sie nicht mehr richtig nachwachsen. Die neuen Haare fallen mit einer Länge von 2 cm wieder aus. Die, die bleiben, sind einfach extrem dünn und fuselig. Die optischen Konsequenzen sind mindestens genauso schlimm wie bei Haarausfall.

Was ich im Laufe der Jahre gemacht habe:

Pille abgesetzt und 2 mg Estrifam eingenommen. Da ich erhöhte Androstendionwerte hatte, nahm ich Dexamethason. Die Werte wurden daraufhin super. Grundsätzlich kann man sagen, dass ich ab 2005 super Hormonwerte hatte. Die Haare wurden trotzdem immer dünner.

Ich fing auch 2006 mit Regaine an. Die Geheimratsecken wurden daraufhin wieder dicht, ansonsten merkte ich keine Wirkung. Aber immerhin war das mal ein kleiner Erfolg.

Dann wurde ich zum ersten Mal schwanger. Wie erwartet, wurden die Haare während der Schwangerschaft viel besser, aber natürlich ging es danach wieder bergab. Haarausfall war nach der Schwangerschaft aber noch im Rahmen und nach ca. 3 Monaten AUfall war auch der Spuk vorbei. Was halt blieb, war weiterhin das Dünner werden der Haare. Ich nahm keinerlei Medis oder Hormone mehr zu mir, da die Werte immer super waren und auch die männlichen Hormone nie mehr erhöht waren. Regaine nahm ich nach der Schwangerschaft natürlich weiterhin.

Vor 7 Monaten kam mein zweites Kind auf die Welt. Zwei Monate nach der Geburt begann der Horrorhaarausfall und seit 5 Monaten fallen mir ungelogen 600 Haare am Tag aus. Die Geheimratsecken sind voll da und auch sonst geht es ganz ganz schnell bergab. Ich bekomme jetzt wirklich Panik und habe Angst, dass es überhaupt nicht mehr aufhört. Deshalb habe ich

jetzt noch mal meine Werte checken lassen. Ich dachte, ich hätte nach der Schwangerschaft vielleicht heftigen Östrogenmangel, aber das ist es wohl nicht. Hier sind erst mal meine Werte:

(habe vor 3 Wochen abgestillt, habe noch keine Periode):

TSH 2,2 (0,27-2,5)  
Androstendion 3,28 (0,3-3,3)  
DHEA Sulfat 1,0 (0,4-4,3)  
Estradiol 573,6  
17-OH Progesteron 1,01 (0,15-1,10)

FSH 14,1  
LH 28,0  
Testosteron gesamt 0,21 (0,03-0,48)

Die Gyn sieht keinen Handlungsbedarf, allerdings sagte mir Dr. Umbreit ([hautpille.de](http://hautpille.de)) ja schon vor Jahren, dass Androstendion über 2,4 schon Haarausfall macht. Sollte ich also wieder Dexamethason nehmen um die Nebennieren zu bremsen?

Klar, das Ferritin sollte mindestens 70 sein, aber ob dadurch der extreme Haarausfall zu erklären ist bezweifle ich.

Estradiol sei extrem hoch und gut, meinte mein Gyn. (Normwerte waren leider nicht angegeben, aber wie gesagt, ist mein Wert wohl super)

Tja, habe wieder mit Regaine angefangen und ich hoffe, dass es die Geheimratsecken auch wieder beheben kann, aber mehr erhoffe ich mir von Regaine auch nicht. Jetzt bin ich also relativ ratlos und kann wohl nur abwarten, aber ich bin wirklich verzweifelt. Ich hatte ja wie gesagt viele viele Jahre eigentlich nicht mehr das Problem mit Haarausfall. Es war ja auch schlimm genug, dass sie nicht mehr richtig nachwachsen, aber wenigstens fielen sie nicht so extrem aus.

Ich sollte noch dazu sagen, dass meine Schilddrüsenwerte auch zigtausend mal über die Jahre kontrolliert wurden. Die sind gut. Ich nehme L-Thyroxin 50 seit vielen Jahren aufgrund einer verkleinerten Schilddrüse.

Habt ihr eine Meinung zu meinem Fall? Hat die zweite Schwangerschaft einfach meiner angeblichen AGA einen solchen Schub verpasst, dass da wieder etwas ins Rollen kam und nicht mehr zu stoppen ist? Ich bin wirklich verzweifelt.

Ich hatte in den letzten Jahren zwar eh schon die Hoffnung aufgegeben, da eben trotz guter Werte das Dünner werden der Haare immer weiter voranschritt. Aber mit diesem Ausfall habe ich jetzt einen ganz neuen Tiefpunkt erreicht.

Ach ja, eine letzte Sache noch: ich habe aus purer Verzweiflung heraus vor 10 Tagen mit der neuen Pille Qlaira mit natürlichem Östrogen angefangen. Ich dachte halt, ich hätte wohl Östrogenmangel und war so verzweifelt, dass ich dachte, diese Pille könne nicht schaden. (ich weiß, ich war bescheuert, dass ich nicht das Testergebnis abgewartet habe) Jetzt wo ich bei dem Ergebnis sehe, dass mein Estradiolwert sehr gut ist, denke ich, dass das wohl ein Fehler war und ich diese Pille wieder absetzen sollte. Ich denke eher, ich sollte wieder Dexamethason

nehmen. Was meint ihr?

Ich freue mich auf Eure Antworten.

Vielen Dank!  
Nelli

---

Subject: Aw: 600 Haare am Tag!!Bitte schaut meine Werte an!  
Posted by [gretchen](#) on Tue, 07 Dec 2010 07:31:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo nelli,

ich finde deine geschichte gleicht (bis auf die zwei schwangerschaften) sehr der meinen. ich erzähl mal bissl von meiner erfahrung, denn ich denke, es könnte dir genauso helfen:

hatte ebenfalls mailkontakt mit umbreit und auf sein anraten hin damals die diane35 mittels seiner hautpille abgesetzt. der haarausfall verringerte sich dadurch, aber die mega-östrogenmengen kann man ja auch nicht ewig nehmen, zumal nebenwirkungen wie enorme zunahme und dieses aufgedunsene gefühl dazu kamen. mittlerweile nehme ich nur noch estrifam. reduziere gerade von 2mg auf möglichst 0.

ebenso hatte mir umbreit zu dexamethason 0,5mg geraten (wegen androgenrückstau in der NNR aufgrund jahrelanger pilleneinnahme). genauso wie bei dir wurden die werte damit "optimal". allerdings dünnte sich das haar weiter aus.

lange rede kurzer sinn:

durch einige beiträge hier und das buch von fr. dr. scheuernstuhl nahm ich das thema östrogendominanz, das ich bisher total unterschätzt hatte (zumal umbreit sozusagen das Gegenteil empfiehlt) sehr viel ernster.

(ich mach mal nen link rein, bitte löschen falls nicht gestattet:

<http://www.amazon.de/Nat%C3%BCrliche-Hormontherapie-Wissenswerte-nebenwirkungsfrei-Gleichgewicht/dp/3899012445>

mit hilfe von speicheltesten zur bestimmung der freien hormone war eine deutliche östrogendominanz nachgewiesen worden. ebenso sollte ich das dexamethason langsam ausschleichen und auch das östroegn reduzieren (s.o.)(was dennoch enormen haarausfall hervorrief - ~500 pro tag - und mein haarbild nochmal ordentlich verschlechtert hat). -aber HIER weiß man ja wieso. das kennst du ja schon von der phase 3 monate nach der schwangerschaft.

ich merke, dass der haarausfall besser wird, ja näher ich dem (nach dr. lee) optimalen verhältnis von östroegn zu progesteron (1:200) komme.  
dazu nehme ich 3% iges progesterongel parallel zum zyklus (ist in ihrem buch beschrieben).

meine haare sind weiterhin dünn und fusselig (vor allem in den "längen") aber der ansatz wird

dichter. kleinen neue haare kommen raus und ich bete, dass sie bleiben.  
bisher (also unter der pille oder acuh unter der biogenen hautpille mit estrifam und chlormadinonacetat nach umbreit) sind IMMER auch kurze, neue haare ausgefallen. ich will es nicht beschwören, aber aktuell ist das nicht mehr der fall (seit ich das gestagen weggelassen habe und mit der gynefix hormonfrei verhüte).  
was ich auch noch nehme und mittlerweile für nicht mehr ganz irrelevant halte ist finasterid. 5mg/ tag und das seit februar. ggf beschert mir das den neuwuchs am oberkopf, denn an den seiten lassen neue haare noch auf sich warten. also dichter ist das haar noch nicht geworden. ich meine aber, selbst ohne finasterid ist das der richtige weg.

ich bin mir relativ sicher, dass dir vor allem nach den zwei schwangerschaften progesteron fehlt. ein mangel daran macht ja auch kindbettdepressionen, ist also nicht ungewöhnlich nach schwangerschaften.

ebenso finde ich dein östrogen viel zu hoch. es könnte locker halb so hoch sein (pg/mL? es stehen leider keine einheiten und ranges dabei, aber ich nehm jetzt meine die an, die ich hier habe)  
ich hoffe, der wert wurde so um den 13.-15. zyklustag herum bestimmt?  
es gibt zwar, auch laut meiner frauenärztin frauen, die immer so hohe werte haben, aber dann brauchst du wahrscheinlich noch mehr progesteron....und nach jahrelanger pilleneinnahme ist das meist sehr niedrig.

da es bei dir nicht ein östrogenmangel sein kann (ist ja immernoch super hoch!) waren die haare in der schwangerschaft ggf wegen dem in der schwangerschaft so hohen progesteronwert so toll. das ist übrigens auch etwas, das frau dr. scheuernstuhl sagt.

jetzt hoffe ich mal, du nimmst nicht schon ganz lange progesteron, denn sonst würde mir nichts mehr dazu einfallen bis auf einen gigantischen nährstoffmangel nach der schwangerschaft. klingt banal, aber KÖNNTE deine situation ggf nochmal gepusht haben. ist ja nicht unerheblich, welche mengen an nährstoffe die mutter an das kind weitergibt. wäre sicherlich gut, diese parallel gut anzufüllen!!!

bzgl. ferritin hast du ja selbst schon geschrieben...und würde ich dir zustimmen, dass das ebenso nur zusätzlich infrage käme.  
finde aber auch, du könntest dein T4 ganz leicht steigern.

und ja, die qlaira hilft dir wohl eher nicht, die lieber gleich wieder weglassen, denn nicht nur das synth. östrogen ist gift sondern eben auch die gestagene.

ich hoffe, dein ausfall bessert sich sehr bald!!!!  
alles gute!

Subject: Aw: 600 Haare am Tag!!Bitte schaut meine Werte an!

Posted by [nelli](#) on Tue, 07 Dec 2010 21:17:47 GMT

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

---

Hallo Gretchen!

Tausend Dank für deine ausführliche Nachricht! Das klingt hochinteressant und ich werde mich mal in die Thematik einlesen.

Nein, mit Progesteron hatte ich bisher gar nix zu tun und kein Arzt hat auch je davon gesprochen (aber wir wissen ja eh, dass man auf dem Gebiet meist mehr weiß als Ärzte). Ich könnte mir das wirklich auch vorstellen, dass da mein Problem liegen könnte.

Es war für mich auch extrem frustrierend, dass - egal wie gut oder schlecht meine Hormonwerte waren - die Haare sich immer weiter verschlechterten. Da hat man dann endlich optimale Werte, aber es bringt einfach nix... Und da bei mir der Haarausfall ja sogar schon nach dem ersten Schub vor 7 Jahren eigentlich auch von alleine wieder aufgehört hatte, ging es wirklich nur darum, dass wieder Neuwuchs kommt und endlich wieder gesunde und nicht fuselige Haare nachwachsen. Aber da habe ich wirklich nie eine Besserung feststellen können. Ich habe auch das Estrifam und Dexamethason für ca. 6 Monate genommen, danach wurde ich eh schwanger und nach der 1. Schwangerschaft stieg interessanterweise mein Androstendion auch nie wieder an, sondern blieb niedrig. Wie gesagt habe ich deshalb auch dann gar nichts mehr eingenommen und war einfach nur frustriert wirklich keinen Anhaltspunkt mehr für mein Problem zu finden. Deshalb finde ich das alles mit Progesteron sehr interessant und ich schöpfe ein wenig neue Hoffnung.

Die Diagnose AGA konnte ich auch nie so ganz akzeptieren. Vielleicht habe ich dazu auch eine gewisse Neigung, aber ich glaube nicht, dass es das alleinige Problem ist. Mein Haarausfall war immer diffus, bzw. eben das Dünner werden der Haare ist diffus. Klar hätte ich ohne Regaine auch Geheimratsecken, aber es muss nicht automatisch deshalb AGA sein.

Ja, Qulaira setze ich ganz schnell wieder ab. Nach 10-tägiger Einnahme wird das schon noch nicht so großen Schaden angerichtet haben. Es war halt leider eine Kurzschlussreaktion aus Verzweiflung heraus von mir.

Übrigens war es während der Schwangerschaften ein unglaubliches Gefühl zu sehen, dass die Haare wieder normal werden können. Das heißt, dass offensichtlich die Haarwurzeln also doch noch Kraft haben. Ich weiß schon, dass das natürlich an der hormonellen Situation und all dem während der Schwangerschaft liegt, aber es tut gut zu sehen, dass auf dem Kopf doch noch nicht alles "tot" ist. Und man bekommt das Gefühl, dass doch irgendwie auch ohne Schwangerschaft es vielleicht möglich wäre, es wieder hin zu bekommen. Genauso unglaublich ist es aber auch zu sehen, wie schnell die Haare danach wieder dünn und fuselig wurden. Das ist wirklich wie im Zeitraffer und man kann es kaum glauben.

Ich hoffe, wir bleiben über dieses Forum in Kontakt, gerade auch weil deine Geschichte ähnlich ist zu meiner. Hast du denn eigentlich einen Arzt gefunden, der dir jetzt die nötigen Dinge verschreibt? Das ist ja oft das Problem, da ja kaum ein Arzt soviel Ahnung hat und diese auch sehr allergisch reagieren, wenn man das eigene Wissen aus Büchern hat, die sie selbst noch nie gelesen haben.

Liebe Grüße und vielen Dank noch mal!  
Nelli

---

---

Subject: Aw: 600 Haare am Tag!!Bitte schaut meine Werte an!  
Posted by [gretchen](#) on Wed, 08 Dec 2010 08:24:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo nelli,

freut mich, wenn ich dir bissl mut machen konnte! ich hoffe nur, dass es auch ein wenig so ist, wie ich geschrieben habe und dir progesteron hilft!!!

ich glaube, AGA bezeichnet eine form des ausfalls mit miniaturisierung. bei mir findet miniaturisierung auch statt. und wie \*grummel\*...UND die haare fallen diffus aus. zumindest beschränkt es sich NICHT auf den scheidelbereich sondern breitet sich am ganzen oberkopf und v.a. an den seiten (was aber acuh vergrößerte GHE's sein könnten) aus. NUR ein bereich am hinterkopf bildet noch haare fast wie früher. dichter und dicker als der ganze rest. insofern denke ich, handelt es sich definitiv zumindest AUCH um ein DHT-geschehen. getriggert durch genetik oder einfach zusätzlich oder wegen "pharmakologischer androgenisierung" durch diane, implanon usw. (was ich für am wahrscheinlichen halte).

es tut sogar gut zu LESEN, wie sich deine haare in der SS gebessert haben....schön, dass das noch geht! OHJA

und klar bleiben wir hier in kontakt.  
bzgl. ärzten:

finasterid verschreibt mir mein sehr netter endo. er hats selbst vorgeschlagen.  
estriam was ich jetzt ausschleiche bekam ich von der gynäkologin nachdem ich sie drum bat und ihr infomaterial zum lesen mitbrachte .  
und speichelteste und progesteron verordnet mit dr. scheuernstuhl. eine sehr nette, mutmachende frau!

---

---

Subject: Aw: 600 Haare am Tag!!Bitte schaut meine Werte an!  
Posted by [micki](#) on Sun, 09 Jan 2011 16:07:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr Lieben!

Leider, kann ich dir, liebe nelli, keine Tipps geben, sondern die nur wünschen, dass es schnell besser wird \*seufz\*

Vielleicht könnt ihr mir an dieser Stelle weiterhelfen, da ich gelesen habe, dass du schon kinder hast: ich habe ähnliche Vorgeschichten wie ihr sie hier schildert. habe den Haarausfall solange

ich neo Eunomin nehme ganz gut im Griff- leider nicht mehr die Prachtmähne von einst, aber völlig ok (bin 30 jahre)

Nun möchte ich bald schwanger werden. Hast du nelli, oder einer von euch während der Zeit, in der ihr schwanger werden wolltet estrifam genommen? oder etwas anderes? mein gynäkologe sagte damals sogar, dass man dieses dexamethason nehmen kann. leider gibtes diesen arzt seit jahren nicht mehr.

bin so verunsichert. mein alter gynäkologe hat immer gesagt, dass wenn es soweit ist, dass ich einen kinderwunsch habe, wir einfach östrogen geben, damit wir das schlimmste verhindern. meine jetzige gyn will nichts tun, sondern warten. das schaffe ich nicht

wäre dankbar für erfahrungen und tipps.

Ig, micki

---

Subject: Aw: 600 Haare am Tag!!Bitte schaut meine Werte an!  
Posted by [maurizio](#) on Sun, 09 Jan 2011 18:09:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

irgendwie fällt mir auf dass bei einigen hier das problem  
haarausfall erst nach der 2. schwangerschaft auftrat.  
wie bei mir...komisch...

nici