

---

Subject: Valette und Haarausfall

Posted by [chutes](#) on Sun, 19 Dec 2010 09:25:21 GMT

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

---

Hey...

Ich habe im Moment ein enormes Problem mit meinen Haaren...

Das hat ungefähr im September angefangen, begann erst leicht und wurde immer mehr... Mitte November hatte ich dann zum ersten Mal das Gefühl, dass man es an meinem Zopf sieht!

Da ich nie Probleme hatte, hab ich es erst auf Stress oder den Herbst geschoben, aber da es nicht aufgehört hat und eher schlimmer geworden ist habe ich mich dann mal mehr mit der Pille befasst, die ich seit Januar nehme (Valette).

Habe im Internet viele Einträge über Haarausfall gefunden und dann beschlossen die Pille nach dem Blister abzusetzen (Ende November)

Vor ca. 3 Wochen habe ich die letzte Pille genommen und vor etw einer Woche wurde der Haarausfall schlimmer, und ich bekam auch fettigere Haare. Muss sie jetzt alle 2 Tage waschen (was echt ne Folter ist, bei dem Haarausfall), da sie sonst nur noch an meinem Kopf kleben. Im Moment fallen mir extrem viele Haare aus. Hab heut Morgen bestimmt 30 Stück in meinem Bett aufgesammelt und hab dann im Bad, ohne duschen und mit wenig kämmen (nur so, dass der Scheitel stimmt) bestimmt 100 Haare rausziehen können. Ich könnt echt heulen...

Hat irgendwer von euch Erfahrungen mit der Valette und Haarausfall während der Einnahme (und danach)?! Ich weiß, dass jeder Körper anders ist, aber es hilft doch sich an Erfahrungen langhangeln zu können.

Vor allem Frage ich mich, ob der extrem starke Haarausfall schon vom Absetzen kommen kann (2-3 Wochen nach absetzen?!) oder ob das nur noch ne extreme Steigerung während der Einnahme ist...

Im Moment hab ich ja noch die ganz, ganz kleine Hoffnung, dass das so ne Art "Shedding"-Prozess ist, bei dem jetzt schnell viele Haare abgestoßen werden, damit sie Platz für neue machen und dass das ganze sich in 2-3 Wochen beruhigt und ich dann nur noch leichteren Haarausfall habe...

Man das ist doch scheiße!! man nimmt seine Haare immer als so verständlich hin und plötzlich hat man nur noch stress, da sich der Kopf nur noch um die immer weniger werdenden Haare dreht.

Meine Haare sind so leicht geworden. Ich erschreck mich jedes Mal!

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall

Posted by [Tristesse25](#) on Sun, 19 Dec 2010 10:56:48 GMT

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

---

Liebe chutes,

ich kann deine Zeilen sehr gut nachvollziehen, deshalb auch kurz eine Antwort:

Ich habe die Valette ca. 8 Jahre genommen, das Gefühl, dass diese Pille den HA bei mir ausgelöst hat, hatte auch ich. JEDOCH: es nehmen sooo viele Frauen, mehr oder weniger erfolgreich, Hormone ein und bewiesen ist leider nichts. Haarausfall nach An- und Absetzen ist normal, weil dein Körper Zeit für die Umstellung braucht. Generell kann er ca. 2-3 Monate nach dem Ereignis einsetzen, aber ich finde diese Verallgemeinerungen schwierig. Du hast die Pille erst im Januar angefangen; ggf. war dein Haarausfall schon vor dem Absetzen stärker als normal, doch du hast dich nicht zu sehr darauf fixiert?

Ja, wir nehmen alles als verständlich an: Haare, Beine, leben. Ich glaube, seit meiner HA-Zeit weiß ich auch einiges mehr zu schätzen...

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [chutes](#) on Sun, 19 Dec 2010 11:20:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey...

Danke schon mal für deine Antwort...

Genau sagen, woher der Haarausfall kommt ist natürlich immer schwer, aber wenn man immer richtig schöne Haare hat und dann 6 Monate nach Beginn der Pilleneinnahme mehr und mehr Haare ausfallen, dann scheint es mir schon wahrscheinlich, dass das damit zusammenhängt... Muss ja nicht direkt die Pille sein, sondern begleitende Mandelerscheinungen von Vitaminen oder Eisen und Zink zB.

Es hat sich während der letzten Monate sowieso immer ein bisschen gesteigert. Am Anfang wars nur ein leicht erhöhter ausfall... dann irgendwann konnte ich mir nach dem duschen ca. 20-30 Haare rausziehen... Mittlerweile ziehe ich mir auch ohne duschen morgens ca 100 Haare raus... und das begann vor ca. 8 Tagen... Also ziemlich genau 2 Wochen nach dem Absetzen... Aber obs daran liegt !?!?

Ich hoffe mal... da ich mir so einbilden kann, dass es wenns so früh anfängt, auch früher rum ist, aber ob das so stimmt...

Aber man bildet sich ja eh alles ein bei der Verzweiflung...

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [Tristesse25](#) on Sun, 19 Dec 2010 11:37:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

..du musst auf jeden Fall ruhig bleiben! Sollte es wirklich an der Pille liegen, bist du das Unheil ja quasi schon los Ich weiß nicht, wie schnell sich Mangelzustände unter der Pille einstellen, aber solltest du diesbezüglich Ängste entwickeln, würde ich B-Vitamine, Folsäure etc.

einfach mal untersuchen lassen...Ansonsten wäre es sinnvoll einen Arzt miteinzubeziehen statt zu spekulieren. Im Internet erhältst du tausend Meinungen, die dich letztendlich noch mehr verunsichern...Alles Gute für dich!

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [chutes](#) on Sun, 19 Dec 2010 11:45:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja... Klingt richtig, was du sagst...  
Es ist immer schwer ruhig zu bleiben, wenn das Waschbecken, oder die Hände voll von Haaren sind, aber was anderes als warten bleibt einem ja kaum übrig...

Ja! Die Pille bin ich los und echt froh drüber, vor allem da ich sie eig eh nur wegen der Unterleibschmerzen und nicht mal zur Verhütung genommen hab...

Na ja. Ich werd morgen erstmal mit meiner Mutter reden, die ist Apothekerin und kennt sich mit sowas aus... Die weiß nur bisher überhaupt gar nicht, dass ich die Pille genommen hab, weil ich weiß, dass sie gegen Medikamente und sowas ist, wenn man sie nicht zwingend braucht, da alle solche Mittel immer Nebenwirkungen haben...

Ja... Wie recht sie doch hat Aber trotzdem nimmt dann aus (mittlerweile) unerfindlichen Gründen die Pille oder so.

Da sind mir die krassen Unterleibschmerzen doch wesentlich lieber, als der Haarausfall...

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [Biene](#) on Wed, 22 Dec 2010 15:56:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich kann dich gut verstehen. Bei mir hat der Haarausfall auch etwa mit der Valette angefangen (mit 19). Allerdings habe ich zwischendurch auch zwei Jahre den Nuva Ring gehabt, und da ist der Haarausfall weder besser noch schlechter geworden. Seit 1 1/2 Jahren nun wieder Valette. Zu Beginn ist es ganz schlimm gewesen, jetzt hat es sich bei mir wieder auf das "Normalmaß" von 200 Haaren pro Tag eingependelt. Ich traue mich allerdings auch nicht mehr, die Pille abzusetzen. Mein Zopf ist echt schon ganz schön jämmerlich geworden ...

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [nilufar](#) on Wed, 22 Dec 2010 16:48:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

bei mir wurden die haare unter einnahme der valette auch immer dünner und weniger

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [chutes](#) on Wed, 22 Dec 2010 17:57:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja... Bei mir fing das unter der Valette langsam an und hat sich dann immer ein bisschen mehr gesteigert...  
Jetzt bin ich 3 1/2 Wochen pillenfrei... ich freu mich über jede Woche, die hinzu kommt, da ich je länger ich sie abgesetzt habe immer mehr Hoffnung habe, dass der Mist vorbei ist, bevor es zu auffällig wird.

@Biende: Ich kann verstehen, dass du Angst hast die Pille abzusetzen, bei mir zb ist es 2 Wochen nach Pillenabsetzen schlimmer geworden, aber ob das schon am Absetzen lag, oder ob das so oder so gekommen wäre weiß ich nicht...  
Wie viele Haare mir im Moment ausfallen weiß ich nicht... Aber es sind reichlich!!  
Ich hab zwar auch Angst, dass das noch Monate so weiter geht und ich irgendwann wie ne Vogelscheuche rumlaufe, aber trotzdem bin ich froh die Pille abgesetzt zu haben.  
Ich glaube die Chancen auf Besserung stehen ohne Pille besser, auch wenn man Geduld haben muss!! (was mir verdammt schwer fällt, da ich meine Haare geliebt habe)

Na ja... Ich warte und hoffe im Moment... Aber ich sag mir immer wieder: es sind nur Haare und es ist nix irreversibles... Die wachsen wieder! Und wenn ich dann mal ne Weile scheiße aussehe, dann muss ich da durch. Meine Hormone sind halt grad durcheinander. Ich bin nicht krank! (denk ich doch mal) von daher... Geht es eig nur um die Eitelkeit

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [judymilo](#) on Tue, 04 Jan 2011 17:48:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

na Du scheinst ja noch genügend Haare zu haben. Ich kann nicht mehr ein Zopf machen, da mein Kopf total krank aussieht - da kopfhaut zu sehr zu sehen ist. ich habe seit 2008 auf die diane gewechselt in der hoffnung, dass die haare besser werden. hab das gefühl es hat seitdem abgenommen. seit dezember bin ich nun auf valette, da ich dann doch auf meinen blöden hautarzt gehört habe, der unbedingt wollte, dass ich so ne androgene pille nehmen. könnte mich in den arsch beißen. der haarausfall ist seit einem jahr wirklich so schlimm, dass ich jetzt fast nichts mehr verbergen kann und total den psychischen knacks habe. bin echt gespannt, was die neue ärztin machen wird... lg judy

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [chutes](#) on Wed, 05 Jan 2011 11:00:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ouh man, das klingt ja echt böse bei dir.  
Ich war ja nach 3 Monaten schon am durchdrehen...

Als ich dann zu Hause war gings mir wieder ein bisschen besser. Da auch die Leute, die ich seit 2 Monaten nicht gesehen hatten nix von dem Haarausfall gesehen haben. (meine Mutter meinte:

"Wenn mans weiß und drauf achtet, dann könnte man sich einbilden, sie wären dünner")  
Also bei mir ist soweit noch alles in Ordnung... Man sieht am Hinterkopf den Scheitel jetzt sehr deutlich raus, was man vorher nie gesehen hat. Aber das haben viele und ist nicht wirklich schlimm...

Ich hab auch das Gefühl, dass es jetzt (5 1/2 Wochen nach Absetzen) schon wesentlich besser geworden ist. Ich hab immernoch Haarausfall, aber ich sammel nach dem Schlafen nicht mehr 30 Haare aus dem Bett aus, sondern vllt 6 oder so.. Und über den Tag hinweg hängt auch nicht mehr mein ganzer Rücken voller Haare, sondern wesentlich weniger...  
Nur nach dem duschen beim Kämmen da kommen immernoch Massen raus!!!!  
Aber die Verbesserung macht echt Mut, dass das bald vorbei ist.

Ich wünsch dir ganz viel Glück mit der neuen Ärztin! Auch wenn es "nur Haare" sind, und nix gefährliches ist es doch echt belastend... Ich hoffe, dass bei dir bald ne Besserung eintrifft!!!

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [judymilo](#) on Fri, 07 Jan 2011 18:33:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sag mal, hast du eigentlich erblich bedingten haarausfall? war heute bei einer neuen allgemeinärztin, die unbedingt von der pille abgeraten hat - zwecks den hormonen durcheinanderbringen.... man nimmt den körper somit die chance sich selbst zu reinigen, wenn man auf bestimmte termine fixiert ist. und es stimmt doch eigentlich. aber hab echt angst abzusetzen... nachdem mein hautarzt mir auch noch da reingeredet hat.... oh man blöde ärzte... muss meine schwester mal fragen. die hat das gleiche problem und auch pille gewechselt auf ne homöopathische (was auch immer das heißen mag)...

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [chutes](#) on Fri, 07 Jan 2011 21:29:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich war bisher noch nicht beim Arzt, hab aber nen Termin in 2 Wochen (um einfach sicherzugehen, dass es keine anderen Gründe hat)

Ich denke aber nicht, dass ich erblich bedingten Haarausfall habe. Ich hatte immer schön dicke Haare und meine Mutter hat auch sehr dicke Haare.  
Natürlich kann es immer sein... Aber ich glaube eher, dass die Hormone meinen Körper durcheinander gebracht haben und jetzt halt noch ne Weile brauchen, bis sie sich wieder komplett einpendeln.  
Hab die Pille ja erst vor 6 Wochen abgesetzt.

Mal gucken, wie es die nächsten Wochen und Monate weitergeht. Eine kleine Besserung bilde ich mir ja schon ein... Aber ich find es immer schwer zu sagen.

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [shania01](#) on Sun, 09 Jan 2011 00:20:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo an alle Pillenabsetzerinnen,

ich muss mich auch mal wieder melden.

Habe ähnliche Erfahrungen mit einer anderen Pille gemacht s. meine alten Beiträge zur Yasmin.

Mein Zustand nach 9 Monaten ohne Pille.

Haarausfall ist immer noch nicht 100% ig ok.

Habe 2 Hautärzte, 3 Allgemeinmediziner, 1 Endokrinologe und 3 Frauenärzte besucht.

Fazit: alle Untersuchungen ok.

Ich bin total genervt von Ärzten (alle Befunde immer ok)

Ich warte immer noch mit guter Hoffnung auf einen Stillstand des HA.(nach dem Waschen noch frustrierend)

Neuwuchs von Haaren sichtbar.

Meine Haut ist 1a, Periode regelmäßig.

Da ich im April 1 Jahr pillenlos bin, hoffe ich immer noch auf einen Rückgang.

In meiner Familie gibt es Pillenabsetzerinnen ohne Haarausfall, deswegen meine Hoffnung auf Besserung.

Wünsche euch allen viel Erfolg!

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall  
Posted by [Flauschig](#) on Wed, 26 Jan 2011 18:42:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

HALLOO an alle Verzweifelten :/

habe mich heute hier angemeldet...da ich nicht allein mit meinem Prob sein möchte \*heul\*

Wenn ich mir das Ganze so durchlese,könnte man meinen jeder würde mich beobachten & meine Probleme aufführen.

Ich war bei so vielen docs u alle sagen mir dass alle Werte toll sind & mir der HA nur so schlimm vorkommen würde da ich dunkles Haar habe(schwachsinn!)

Ich nehme seit Dez 2010 Regaine 2&ig, habe die blöde Valette abgesetzt..& möchte aber nicht so ganz ohne Pille sein,was soll ich tun? Stärkste Pille einnehmen(Diane)?

War auch schon in ner Klinik für HT (ddorf) 800 fu´s sollten mich angeblich glücklich machen..es wäre erblich & man könnte sonst nix anderes machen.

freu mich auch feedbacks

---

---

Subject: Aw: Valette und Haarausfall

Posted by [judymilo](#) on Fri, 28 Jan 2011 21:10:00 GMT

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

---

Hi flauschig,

ich hab zuerst die valette, dann die diane verschrieben bekommen. lass es sein mit der diane. bei mir hat es überhaupt nichts gebracht. seitdem ich die starken pillen nehme, ist es noch viel schlimmer geworden. achja, das schlimmste daran sind nicht nur die ausgehenden haare, sondern auch die psyche. die pillen sind wirklich der burner. ich werde jetzt noch paar monate warten und dann auch die valette absetzen. klar kann alles noch viel schlimmer werden mit dem ha. aber wiederum ist es jetzt schon echt heftig. und ich muss sagen, dass ich tierisch angst habe, dass jemand etwas merkt. ich bin charakterlich so anders geworden und verstecke mich schon halb. schwimmen, sauna... alles nicht mehr möglich... aber ohne pille und der psycho doc werden es schon richten. aber so viel dazu: keine pille. im grunde verzögert die pille den ganzen ablauf in deinem körper. alles was dein körper natürlich machen möchte, macht die pille auf termin. das soll gut sein? ich zweifel wirklich daran. es sollte kein frauenarzt die pille einfach so verschreiben. ich wünschte ich hätte sie nie genommen. lg judy

---