

---

Subject: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Cora](#) on Sun, 20 Feb 2011 01:38:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Huhu ihr, mich würde mal interessieren, ob jemand ähnliche Kopfhautprobleme hat oder hatte wie ich ... was ihr dagegen ausprobiert habt und ob etwas geholfen hat.

Schuppen mit leichtem Juckreiz hab ich schon sehr sehr lange, viel länger als den Haarausfall jedenfalls. Habs lange mit Naturkosmetik probiert, zumindest komplett ohne Silikone und scharfe Tenside. Schuppen und Jucken wurden schlimmer. Ein Hautarzt sagte nach flüchtigem Blick "seborrhoisches Ekzem!" und verschrieb ein entsprechendes Shampoo, Stieprox. Damit hab ich lange gewaschen, und ne Weile hats auch gut geholfen.

Irgendwann aber nicht mehr. Seit ich zum zweiten Mal die Pille abgesetzt hab, sind außerdem Kopfhautschmerzen dazu gekommen. Der Juckreiz ist teilweise so schlimm, dass ich mich blutig kratze. Alles spannt, juckt und tut weh. Die Schuppen sind mal trocken und rieseln, mal klebrig und man kann sie mit dem Fingernagel abschaben. Ja ich weiß, das ist eklig Find ich selber auch. Die Kopfhaut fühlt sich entzündet an und kommt mir heiß vor. Rote Flecken oder Schlimmeres sind aber NICHT zu sehen (es sei denn natürlich, ich hab grad extrem gekratzt).

2 weitere Hautärzte haben wiederum nach flüchtigem Blick das seb. Ekzem diagnostiziert und synchron erklärt, das würde man eh nicht los. Und haben mir Stieprox in die Hand gedrückt. Auf meine Nachfrage, ob denn die Kopfhaut nicht mal richtig untersucht werden müsste, hieß es immer nur "nein, das sieht man, dass es das das seb. Ekzem ist."

Ich hab echt viel ausprobiert: Terzolin, Ket Shampoo und andere Anti-Schuppen-Sachen. Dann Shampooseife, Babyshampoo, Shampoos mit Rosmarin, Teebaumöl, Brennesselextrakt, Birkenextrakt .... Kurpackungen mit Salz ausm Toten Meer, Olivenöl, Heilerde, Cassia ... zwei Wochen gar nicht waschen, nur noch mit Wasser waschen bla bla bla. Geholfen hat nix.

Föhnen = Schuppen und Kopfhaut sind trocken, nicht Föhnen = Schuppen und Kopfhaut sind klebrig. Stylingprodukte benutze ich ohnehin nicht.

Hilfe

PS: Ein liebes Forumsmitglied hat mir bereits die Kontaktadresse einer guten Heilpraktikerin zukommen lassen, die ihr diesbezüglich geholfen hat. Ich würd mich trotzdem gern mit euch über das Thema austauschen

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Pitrie](#) on Sun, 20 Feb 2011 11:35:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hey Cora!

mir geht es GENAUSO! ich werde wahnsinnig mit der kopfhaut! und ich merke auch, je schlimmer die kopfhaut, desto mehr haarausfall

außerdem ist der zustand meiner kopfhaut auf jeden fall zyklus-abhängig, in den ersten zwei wochen bessert er sich von tag zu tag, und dann wirds wieder ganz schlimm. deswegen schreibe ich das auch den hormonen zu (v.a. dem östrogen, denn progesteron nehme ich ja schon - merke keine veränderung)

ich bin auch ratlos, habe alle shampoos durch. KET fand ich ganz schlimm, da hatte ich das gefühl das es mir die kopfhaut geradezu wegfetzt und es sind unfassbar viele haare ausgefallen. im moment komme ich mit dem kur shampoo von sante (soll keine werbung sein, nur meine erfahrung) am besten zurecht. bei allen anderen shampoos hat meine kopfhaut beim auftragen richtig gebrannt, bei dem fällt das wenigstens weg.

bei mir ist es genuas, dass man keine roten flecken und gar nichts sieht

ich war erst vor ein paar tagen wieder bei meiner hautärztin, sie sagt ganz ehrlich das sie ebenso ratlos ist. wir werden jetzt aber trotzdem noch einen umfangreichen allergietest machen, ich denke aber nicht das dabei etwas rauskommen wird. sie rät mir mich einmal umfangreich internistisch untersuchen zu lassen, evtl einen neurologen aufzusuchen (wenn das so einfach wäre...) wegen der schmerzen in der kopfhaut (ich habe einen richtigen druckschmerz, auch ist es ein richtiger schmerz wenn man an den haaren zieht). außerdem hat sie mir angeboten, wenn irgendein arzt irgendwelche bluttests nicht machen will oder geld dafür will, dann testet sie es

im moment nehme ich ein östrogenhaltiges haarwasser zusammen mit einem kortisonhaltigen. damit ist es deutlich besser geworden, aber natürlich keine dauerlösung... und sobald ich das kortison einen tag nicht nehme, gehts wieder los. aber sonst ist der juckreiz komplett weg...

viele grüße, pitrie

ps: am hinterkopf schmerzt es übrigens am meisten, dort wo auch der ha am schlimmsten ist...

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Mimi17](#) on Sun, 20 Feb 2011 11:51:36 GMT

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

---

Hallo Ihr Lieben,

ich hatte das auch ganz schlimm. Vor allem nach den Entfernung der Mirena (Hormonspirale). Beim Ket-Shampoo hatte ich auch das Gefühl, es ätzt mir die Kopfhaut weg. Ging gar nicht. Womit ich inzwischen am besten klarkomme, ist 2x pro Woche Selendisulfid-haltiges Shampoo (bei mir Selukos). Die anderen Tage nehme ich Tebasan Teebaumöl-Shampoo und als Spülung Apfelessig (mit Wasser verdünnt, Verhältnis 1:3).

Vielleicht einen Versuch wert?

Liebe Grüße

Mimi

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Joelle](#) on Sun, 20 Feb 2011 13:32:03 GMT

Hallo ihr!

Muss mich euch anschließen: furchtbar juckende Kopfhaut. Die Haut neigt zum fetten aber die Schuppen sind komischerweise trocken und rieseln zum Teil leicht raus, zum Teil hängen sie wie längliche kleine Hülsen um die einzelnen Haare und lassen sich sau schwer da runter kriegen. Meine Friseurin hat gesagt, sowas hätte sie noch nie gesehen, die Kopfhaut sieht nach dem Waschen gut aus, auch keine Rötungen oder so, aber das meiste sitzt, wie gesagt, fest in den Haaren .

Was mir total gut tut bei solchen Juck-Attacken ist, dass ich anstatt zu kratzen ein paar Tropfen eiskaltes Wasser aus dem Kühlschrank mit der Pipette drauf träufel...

Grüße

Jo

---

---

**Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!**

Posted by [pina](#) on Sun, 20 Feb 2011 19:32:42 GMT

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

---

Hallo Joelle,

bist Du dir ganz sicher, dass es Schuppen sind, die so hartnäckig an den Haaren kleben? Hört sich jetzt zwar eklig an, aber es könnten vielleicht auch Nissen sein? Die gehen so gut wie garnicht von den Haaren ab, jedenfalls lasen sich Schuppen da relativ leicht entfernen.

Ich habe auf der Kopfhaut phasenweise so kleine Beulchen, weiß nicht, wie ich das genau beschreiben soll. Die tun aber eher weh und jucken nicht. Und dann sind diese kleinen Beulchen weg und an der Stelle ist so eine Art Schorf. Alles sehr klein. Und dann ist es irgendwann ganz weg. Mal ist es nur eine Stelle, mal ganz viele.

Lt. eines Hautarztes auch sebor. Ekzem, ohne, dass er sich das mal genau angeschaut hat.

Seitdem ich das Henna Shampoo von Sante ( das bringt meinen Haaren ein klitzekleines bisschen Fülle)mit einigen Tropfen Teebaumöl mische, ist das besser geworden.

Manchmal habe ich auch den Eindruck, wenn ich besonders viel Schokolade (also viel Zucker) gegessen habe, ist es schlimmer.

LG, pina

---

---

**Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!**

Posted by [Joelle](#) on Mon, 21 Feb 2011 11:29:28 GMT

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

---

Huhu Pina,

\*lach\*, das würde mir ja grade noch fehlen zu meinem Glück !!! Nein, Nissen sind es nicht, da haben ja schon mehrere Ärzte draufgeschaut und die "Schuppenhülsen" liegen quasi komplett um das Haar drum herum und sie sind auch größer als so n Läuseei.  
Ich denk eher, dass es Probleme beim Herauswachsen aus der Kopfhaut gibt und da bleibt das halt hängen...  
So oder so, ist nichts schönes !

Grüße und ne schuppenfreie Woche euch allen!

Jo

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Cora](#) on Mon, 21 Feb 2011 23:05:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ihr Lieben, vielen Dank für die zahlreichen Rückmeldungen Ich werd auf die meisten Antworten auch noch einzeln eingehen, leider fehlt mir grad die Zeit dazu.

Krass wie viele ähnliche Probleme haben, da soll mir mal noch ein Hautarzt erzählen, das hätte nix mit dem Haarausfall zu tun

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Desiree](#) on Tue, 22 Feb 2011 09:02:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mein Gott du Arme. Bevor ich die Heilpraktikerin fand, habe ich noch Eigenurintherapie in meiner Not gemacht. Hat auch geholfen, es ging nicht weg, aber es hat geholfen. Ist auch ekelig , aber wenn man so etwas hat, versucht man ja alles

Viel Glück

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Cora](#) on Tue, 22 Feb 2011 12:19:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Pitrie, ja das klingt echt sehr ähnlich wie bei mir Hormonelle Zusammenhänge liegen für mich auch klar auf der Hand, denn so richtig ausgetickt ist die Kopfhaut erst nach Absetzen der Pille. Haarwurzelschmerzen hatte ich vorher NIE. Trotzdem heißt es speziell zu dem Thema immer wieder "Trichodynie ist psychisch bedingt!" ... da könnt ich so kotzen. Wenn man nicht weiß, was dahinter steckt, ist immer alles psychisch

Hast du auch schonmal über einen Zusammenhang mit Ernährung und Darmfunktion nachgedacht? Laut meinem Hormon-Doc pendelt sich ein Hormonchaos unter anderem oft erst

durch eine verbesserte Ernährung ein. Kaffee, Zucker, Weißmehl und Alkohol sind da ganz ganz böse.

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Cora](#) on Tue, 22 Feb 2011 12:26:49 GMT

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

---

Hi Mimi, danke für den Tipp mit dem Selendisulfid-Shampoo! Probier ich definitiv aus, hab ich bisher noch nie was von gehört. Teebaumöl scheint bei mir leider gar nicht zu bringen, verstärkt den Juckreiz eher. Und ich hab den Eindruck, dass es meine Kopfhaut extrem reizt.

Huhu Joelle, das mit dem eiskalten Wasser werd ich auch mal testen. Bei mir hat manchmal geholfen, trockene Heilerde einfach auf die juckende Stelle zu streuen. Bloß hat man dann nach 3 x so verstaubte Nester im Haar und müsste eigentlich permanent waschen

Pina, den Süßkram hab ich ja auch in Verdacht. Ich meine, es wäre zumindest ETWAS besser gewesen, als ich letztes Jahr mal 3 Monate auf Süßes und Alkohol verzichtet hab. Süßverzicht werd ich jetzt wieder testen, Alkoholverzicht krieg ich zur Zeit leider net hin

Desiree, an Eigenurin hab ich mich noch nicht rangewagt. Ich glaub, dann trennt sich mein Freund SOFORT \*g\* Aber auch das wäre natürlich einen Versuch wert, wens komplett unerträglich juckt!

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Pitrie](#) on Tue, 22 Feb 2011 15:57:05 GMT

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

---

hey cora!

unter der pille hatte ich auch nie probleme mit sowas (auch nicht mit haarausfall!), meine haare wurden zwar schnell fettig, aber das ist jetzt auch noch so. bin mittlerweile ca. 13-14 monate pillenfrei und eine besserung ist nicht in sicht.

ich habe gestern nochmal etwas gestöbert, auch hier im forum in alten threads, und es wurde schon öfter vermutet das gerade die kopfhautschmerzen (also nicht schuppen, jucken etc) in zusammenhang mit östrogenmangel stehen... würde bei mir auch sehr gut passen, meine ö-werte befinden sich immer im untersten referenzbereich...

schuppen und jucken habe ich ganz gut im griff, aber diese schmerzen machen mich verrückt... teilweise so schlimm, dass ich zu schmerztabletten greife

das mit der ernährung bzw. darmfunktion ist ja interessant. ich habe nämlich zusätzlich noch nen arg schlimmen reizdarm (weswegen ich die pille überhaupt nur abgesetzt habe), wo natürlich auch kein arzt weiter weiß... da besteht bei mir definitiv auch ein zusammenhang (nur wie das ganze lösen???)

ich versuche alleine schon aufgrund des reizdarms auf die ernährung zu achten, greife aber dennoch zu oft zu tiefkühlpizza etc....

evtl mal ne darmsanierung machen??

gruß, pitrie

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Cora](#) on Tue, 22 Feb 2011 16:10:11 GMT

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

---

Ja, da würde ich doch das Kommando "Darmsanierung!" ausgeben

Ich zahl mich grad dumm und dusselig bei einer Heilpraktikerin, in die ich aber echt einige Hoffnung setze. Versuche jetzt wieder reines Weißmehl und raffinierten Zucker konsequent zu vermeiden und nehme parallel dazu symbiolact comp. ein .... also Milchsäurebakterien in Pulverform. Hatte im Herbst schonmal ganz gut geholfen, hab ich aber wahrscheinlich zu früh wieder gelassen.

Bei mir wurde auch schonmal erhöhter Candida-Befall festgestellt.

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Desiree](#) on Wed, 23 Feb 2011 09:07:14 GMT

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

---

Hi Pietrie,

ich hatte ja auch das seb Ekzem, ca ein Jahr lang, was bei mir vom Minox ausgelöst wurde. Dazu auch immer schlimme Haarwurzelschmerzen. Ich hab es wegbekommen, das Ekzem ist MIT den Schmerzen ganz weg. Gottseidank.

Reizdarm hatte ich auch ganz ganz schlimm. Ca 20 Jahre. Als ich im September 2009 eine Diät anfang, um 15 Kilo abzunehmen, half mit eine Ernährungsberaterin. Sie setzte mich auf 150gr Protein, 50gr Kohlenhydrate mittags, viel viel Gemüse und Salat, 5 Stück Obst am Tag und KEIN Fett. Dh das Hühnchen musste auch ohne Fett gebraten werden etc. Nach 10 Tage war der Reizdarm WEG. Die Kilos habe ich runter, ich halte mich immer noch ca zu 80% an dieses Essen, da es mir einfach ein riesen Problem genommen hat (wusste immer, wo die nächsten Toiletten waren ) und ich auch nicht wieder zunehmen will. Reizdarm kommt nur wieder, wenn ich ca 2 Wochen lang normal essen. Dh auch Fett, mal Sossen, Nudeln in Sahnesosse, Pizza, etc

Die Ärzte haben mich damals wegen des Reizdarms auf den Kopf gestellt, inklusive Magen-Darm-Spiegelung, nichts. 2 Wochen Ernährungsumstellung und das Problem war weg

LG Desiree

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Pitrie](#) on Wed, 23 Feb 2011 18:08:37 GMT

---

Hi Desiree!

tausend dank für deine antwort! darf ich fragen, wie du das ekzem losgeworden bist?  
ich weiß leider nicht mal, ob es ein ekzem ist, ich glaube eher nicht... also das schlimmste sind halt die schmerzen, jucken oder schuppen tut es kaum... schlimmer wird es außerdem durch das haarwasser welches ich benutze (so ein östrogenhaltiges vom hautarzt). ich möchte das haarwasser eigentlich unbedingt weiter nehmen, mit der kopfhaut allerdings nahezu unmöglich hast du regaine endgültig abgesetzt oder kannst du es jetzt wieder benutzen?

vielen dank auch für die tips bzgl des reizdarms, werde ich definitiv ausprobieren. das wäre ja der hammer wenn ich zumindest den mist loswerden würde! hab das nun schon acht jahre und auch alle untersuchungen durch, ebenfalls sämtliche magen-darm-spiegelungen... nie wurde was gefunden!

ganz liebe grüße,  
pitrie

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Desiree](#) on Sat, 26 Feb 2011 16:58:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi liebe Pietri,

tut mir leid, dass ich jetzt erst zum Antworten komme. Hab soviel zu tun.

Also, bei mir hat das SE nur ein bisschen geschuppt, an manchen Stellen hat es leicht genässt. Haare gingen mir an den Stellen aus ohne Ende Gejuckt hat es nicht und ich hatte fiese Schmerzen in den Haarwurzeln. Ich denke, bei jedem ist das Ekzem anders. Hab auch ewig gebraucht bis ich rausbekam, dass das ein ES ist.

Also ich denke das Haarwasser wirst du sein lassen müssen Ich habe alles weggelassen, was die Kopfhaut reizt - dazu gehört es auch, im Schwimmbad baden zu gehen. Chlor....

Erst habe ich eine Menge an Salben und Shampoos passiert, nichts brachte den grossen Erfolg. Dann habe ich Eigenurintherapie gemacht( hätte ich früher auch nie gedacht, dass ich jemals so weit kommen werde.... ), das hat gut geholfen und dann habe ich eine HP gefunden, die mich aus der Ferne behandelt hat, da ich in Spanien und sie bei Göttingen wohnt. Bekam Röhrchen, nach nem Monat war der Spuk vorbei. Gottseidank . Kannst gern von mir die Adresse haben. Hast du das SE schon vor dem Haarwasser gehabt?

Bei mir hat es das Minox ausgelöst. Bin dann auf das aus den Staaten umgestiegen, das nicht dieses Lösemittel drin hat. Habe aber dem ganzen Braten nicht mehr getraut und habe mich nach ner Weile ausgeschlichen - und nix ist passiert mit Shedding

Mach das mal mit der Diät. Was habe ich unter dem Reizdarm gelitten. War immer panisch,

wenn kein KLo in der Nähe war ;-)-20 Jahre.....und dann die Diät und weg wars. Mach wirklich alles ohne Fett, auch keinen normalen Käse etc und esse jeden Tag eine grosse Platte an Gemüse. Probier es zwei Wochen - das kann man ja locker durchhalten und dann wirst du direkt sehen, ob dir das bei deinem Problem hilft Ich würd mich so freuen Ist ja auch nicht gut. ständig so viele Vitamine etc zu verlieren. Und dann sag mir Bescheid, ok ???

GLG

Desiree

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Pitrie](#) on Thu, 03 Mar 2011 22:21:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi desiree!

vielen dank für deine ausführliche antwort!  
bei mir sind wie gesagt die kopfhautschmerzen am schlimmsten, und sobald diese schlimmer werden, wird auch der ha schlimmer... ja, ich hatte schon vor dem haarwasser probleme mit der kopfhaut, das ist so ziemlich gleichzeitig mit dem ha aufgetreten... was nun was bedingt, keine ahnung  
das wäre total super wenn du mir die adresse zukommen lassen könntest !  
und die diät werde ich auch durchziehen sobald der nächste urlaub kommt - jetzt muss ich erstmal meine bachelor arbeit schreiben.

ganz liebe grüße,  
pitrie

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Wal24](#) on Fri, 04 Mar 2011 09:27:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr Mitleidenden  
Hat jemand von Euch mal basische Shampoos ausprobiert?

Danke für eure Rückmeldungen  
Verena

---

---

Subject: Aw: Clobex  
Posted by [Koschte](#) on Sat, 05 Mar 2011 12:50:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---



Hi, ich war gestern wegen der Regaine-Nebenwirkung "Kopfhautjucken und Schuppen" beim Hautarzt. Der sagte, dass das ja nur 5 Prozent der Anwenderinnen bekommen, aber anscheinend tummeln die sich dann auch alle in Internetforen. Jedenfalls soll ich dagegen das Clobex Shampoo nehmen - nur zweimal wöchentlich und nur 10 Minuten einwirken lassen. Ich werde das mal morgen starten, obwohl der Beipackzettel beängstigend wirkt. Vielleicht hilft es ja.

---

Subject: Aw: Clobex  
Posted by [Wal24](#) on Sat, 05 Mar 2011 17:10:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Clobex enthält doch Cortison, oder? Mein Dermatologe hat mir gesagt, kein Cortison mit Minoxidil in Kombination verwenden.  
Sagt doch jeder was anderes.

Ig  
Verena

---

Subject: Aw: Clobex  
Posted by [Desiree](#) on Sun, 06 Mar 2011 20:05:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Der sagte, dass das ja nur 5 Prozent der Anwenderinnen bekommen, aber anscheinend tummeln die sich dann auch alle in Internetforen.  
Das fand ich jetzt echt witzig Jaja diese Ärzte, solange sie das Problem nicht haben.....

---

Subject: Kieselsäuregel auf die Kopfhaut  
Posted by [Cora](#) on Thu, 31 Mar 2011 14:51:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mal ein Update: Meine Heilpraktikerin hat mir ja empfohlen, das Kieselsäuregel nicht nur einzunehmen, sondern vor der Haarwäsche auch auf der Kopfhaut zu verteilen. Ich verdünns mit etwas warmem Wasser, verteils und massiers gaaaaanz vorsichtig ein bisschen ein. Lass es 1 Stunde unterm Handtuch einwirken und wasche dann wie vorher.

Was soll ich sagen - es hilft wirklich Kopfhautjucken und Haarwurzelschmerzen sind nach der zweiten Anwendung spürbar weniger geworden, Schuppen auch etwas. Und ich verliere auch nicht mehr Haare als vorher.

Also vielleicht ne Empfehlung zum Nachmachen?

---

Subject: Aw: Kieselsäuregel auf die Kopfhaut

Posted by [maurizio](#) on Thu, 31 Mar 2011 16:00:27 GMT

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

---

supitipp, werd ich bald ausprobieren.

nici

---

Subject: Aw: Kieselsäuregel auf die Kopfhaut

Posted by [Ponyfranse](#) on Fri, 01 Apr 2011 07:14:43 GMT

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

---

Hi!

Boah, mir tut auch die Kopfhaut so weh - oder die Haarwurzeln. Was weiß ich

Werds auch ausprobieren!

Danke für den Tipp

---

Subject: Aw: Kieselsäuregel auf die Kopfhaut

Posted by [Joelle](#) on Fri, 01 Apr 2011 07:48:12 GMT

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

---

Habe auch noch n Tipp (hab den im Alternativen-Unterforum aufgeschnappt). Lacht ruhig aber ich mach momentan ne Kefir-Kur. Das Zeug, eiskalt auf die Kopfhaut tut unheimlich gut ! Mache n halben Becher auf n Kopf, den anderen halben trinke ich.

Man muss halt gut auswaschen, es müffelt nämlich etwas...

Mal sehen wie es sich weiter entwickelt .

Grüße

Jo

PS: Soll übrigens auch sehr gut für die Darmflora sein.

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!

Posted by [Desiree](#) on Fri, 01 Apr 2011 08:38:11 GMT

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

---

Hi,

also dieses Kieselsäuregel ist echt ein Wunderzeug . Steht auch in der Packungsbeilage, dass man es auf die Haut geben kann.

---

Eigenurin: so schlimm ist das nicht. Morgens ins Bad, einmal drüberkippen, 5 Minuten einwirken lassen und danach ganz normal die Haare waschen.  
Bekommt keiner mit

Pietri, hast du die Diät schon gemacht???

GLG

Desiree

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [maurizio](#) on Sun, 03 Apr 2011 10:20:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo ihr lieben,

ich war gerade auf dem Crosstrainer gestanden.  
nach ca. 15 min training, als mir richtig heiss wurde  
und ich geschwitzt habe fing meine kopfhaut wie wild  
an zu jucken.

geht euch das auch so.

das war auch im letzten sommer so, dass ich direkte  
sonneneinstrahlung als sehr unangenehm empfunden habe.  
das war natürlich früher nie so.

nici

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Cora](#) on Sun, 03 Apr 2011 21:33:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

maurizio schrieb am Sun, 03 April 2011 12:20hallo ihr lieben,

ich war gerade auf dem Crosstrainer gestanden.  
nach ca. 15 min training, als mir richtig heiss wurde  
und ich geschwitzt habe fing meine kopfhaut wie wild  
an zu jucken.

geht euch das auch so.

JA UND WIE Wollte dazu schon ein Thema "Wie macht ihr das mit dem Sport?" eröffnen. Es ist die absolute Hölle wenn die Kopfhaut anfängt zu schwitzen. Da hilft nur: Sofort im Anschluss waschen.

maurizio schrieb am Sun, 03 April 2011 12:20  
das war auch im letzten sommer so, dass ich direkte  
sonneneinstrahlung als sehr unangenehm empfunden habe.  
das war natürlich früher nie so.

Direkte Sonneneinstrahlung find ich angenehm. Aber eben nur, bis die Kopfhaut anfängt zu  
schwitzen ... und ich bin von der Veranlagung her ein echter "Kopfschwitzer". Mir grauts schon  
wieder vor dem Hochsommer \*seufz\*

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [maurizio](#) on Mon, 04 Apr 2011 08:55:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich schwitze gar nicht so richtig sondern mein kopf wird  
gaaaaanz rot wenn ich sport treibe und natürlich gaaaanz  
heiss. gilt das auch als 'kopfschwitzer'

frage mich nur warum das so ist...

nici

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Cora](#) on Mon, 04 Apr 2011 11:33:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

maurizio schrieb am Mon, 04 April 2011 10:55ich schwitze gar nicht so richtig sondern mein kopf  
wird  
gaaaaanz rot wenn ich sport treibe und natürlich gaaaanz  
heiss. gilt das auch als 'kopfschwitzer'

frage mich nur warum das so ist...

nici

Naja, ich hab m.o.w. beides. Also krasses Kopfhautschwitzen ... so schlimm, dass ich genau  
deswegen jetzt 1 Jahr lang gar keinen Sport gemacht hab ... und den knallroten Kopf im  
Sommer dann noch dazu. Aber den krieg ich nur, wenns richtig heiß ist. Dann allerdings so  
schlimm und anhaltend, dass ich schon von Leuten angesprochen wurde, ob ich Fieber hätte

Das nervt tierisch.

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Desiree](#) on Mon, 04 Apr 2011 15:14:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ist ja schon witzig. Seit ca 2 Jahren läuft mir auch nur der Schweiß so im Sommer runter. Wenn ich mich nicht gross bewege, ist es ok. Sobald ich aber anfangen schneller zu gehen, Wohnung zu putzen.....

Meine Mutter hatte das früher auch und hat sich immer so beklagt. Und ich dachte immer nur, dann verkrampf dich doch halt nicht so innerlich und genieße die Wärme. Ich habe Hitze und Sonne immer geliebt und lebe in Spanien.

Und jetzt denke ich mit Horror an Sommer und Wohnung putzen.....auch wenn ich nur irgendwo sitze und halb in der Sonne sitze, fängt die Kopfhaut an zu klatschen und meine eh schon ausgedünnten Haare sehen noch dünner aus

Kurze Frage - wie alt seid ihr alle und wann fing das an ?

Ich bin 41 und schwitzen konnte ich schon immer gut, war aber normal. Seit ca 3 Jahren wird es immer extremer und 2 Jahre dieses furchtbare Kopf- und Nackenschwitzen. Auch nachts....wache morgens mit total verklatschten Haaren auf.

Es gibt ja diese Schwitze-Krankheit, die einen am Kopf die anderen an den Händen, Füßen etc.

Ich schwitze auch unter den Achseln viel mehr und habe mir in D jetzt etwas zusammenstellen lassen, prompt ne Allergie bekommen. Das stoppt das Schwitzen

LG

Desiree

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [Cora](#) on Mon, 04 Apr 2011 15:25:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich bin 42. Schon klar, spricht man Ärzte auf das Problem an, schallen die alle im Chor "We-chsel-jah-re!" Ich hab's aber genau wie du auch schon seit einigen Jahren, und seit wann kommen wir in Scharen schon mit Mitte 30 in die Menopause? \*kopfschüttel\*

Hat bei mir übrigens mit Beginn der Pilleneinnahme deutlich zugelegt, die Schwitzerei. Hormonell bedingt ist das allemal.

Ist bei mir ansonsten haargenau wie bei dir: Im Sommer hilft nur möglichst still im Büro sitzen, auch mittags nicht raus, unvermeidbare Wege im Schneckentempo zurücklegen. Sobald ich in normalem Tempo zum Kaffeeautomaten gehe, läuft mir die Suppe und hört nicht wieder auf. ZUM KOTZEN IST DAS. Nachts schwitz ich manchmal auch wie irre.

---

---

Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!  
Posted by [maurizio](#) on Mon, 04 Apr 2011 15:29:00 GMT

---

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

---

also bei mir ist das problem nur beim sporteln, oder wenn es sehr heiss draussen ist, und mir die sonne auf den kopf knallt.  
ich bin übrigens 39

nici

---

---

**Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!**  
Posted by [Desiree](#) on Mon, 04 Apr 2011 15:46:49 GMT

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

---

Ja genau - Wechseljahre...hahaha. Ne Freund zieht mich damit immer auf. Ich sag hach ist das heiss und er sagt jaja, in ein paar Jahren ist alles vorbei. Er ist älter als ich, Ars....  
War sogar beim FA - sie sagte keine Anzeichen der WE.....

Meine TCM-Doktorin meinte, da mein Chi zum Stehen gekommen ist, staut sich bei mir die Hitze im Körper. Macht irgendwie alles Sinn....sie sagte die Hitze weiss nicht wohin und steigt nach oben, auch logo...

Bei mir gehts so ab 25 Grad los. Danach - bloss alles schön langsam und am Besten ne Putze anstellen....Sport? Iwo.

LG

Desiree

---

---

**Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!**  
Posted by [Desiree](#) on Mon, 04 Apr 2011 15:49:09 GMT

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

---

Ich wohn halt in Spanien und da sind es nachts locker mal 26 Grad im Schlafzimmer....bei mir geht das Schwitzen nachts erst so im Mai los, wens hier warm wird. Im Moment schlafe ich noch auf meiner Heizdecke ;\_)

Gehts euch auch so, im Winter ist mir immer affigkalt und frier super schnell und im Sommer ist es mir zu warm.

Was habe ich früher die Hitze geliebt (((

---

---

**Subject: Aw: Meine Kopfhaut macht mich wahnsinnig!**  
Posted by [Ponyfranse](#) on Wed, 06 Apr 2011 06:51:49 GMT

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

---

Nochmal kurz zu dem eigentlichen Thread zurück!

Ich benutze jetzt seit ein paar Tagen - zum ersten Mal - das stink-einfache "Head&Shoulders" - das 2 in 1!

SUUUPER! Kann ich nur empfehlen!

Hab keine Schuppen mehr, kein Jucken & Pieksen & die Kopfhautschmerzen sind auch weg - wobei ich mit den Kopfhautschmerzen eh meine Psyche vorschick

Naja, wollte ich auf jedenfall an Euch weitergeben!

---