
Subject: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [maurizio](#) on Tue, 07 Jun 2011 11:40:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo ihr lieben,

eröffne jetzt mal nen neuen thread.
mich würde folgendes interessieren, gibt es erfolgsgeschichten hier?
hat bei jemandem der haarausfall nach einigen monaten dann etwas aufgehört, oder sogar aufgehört?
ich bin jetzt seit november 2010 pillenfrei (also 6 monate), und bei mir ist es so schlimm wie nie.
in welchem zeitraum wurde es bei euch besser, oder ist es evtl. nur aufgrund anderer behandlungen wie bioidentischen hormonen oder regaine etc. besser geworden?

nici

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [maurizio](#) on Wed, 08 Jun 2011 19:24:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

doch so viele?

nici

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [identity01](#) on Wed, 08 Jun 2011 20:13:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo!

habe erst ende jänner abgesetzt und da gings ja erst los.. hab daher leider keine erfolgsgeschichten zu berichten !

lg

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [gretchen](#) on Thu, 09 Jun 2011 08:22:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi nici,

meine geschichte kennst du ja auch.

das besserwerden wandelt sich gerade (nach 6 monaten) wieder.

schreibe genaueres dazu, wenn ich genaueres weiß....

ABER: mein hormonverhältnis ist noch nicht "optimal" (also mind. 1:100 im speichel), darum geb ich auch noch nicht auf.

progesteron cremend....

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [pina](#) on Thu, 09 Jun 2011 08:23:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe nici,

ich weiß, dass Du sehr sehr verzweifelt bist, aber Du musst viel Geduld haben. Leider erholt sich in dem Alter (das hört sich jetzt zwar doof an) das Hormonsystem nicht mehr so zackig wie vor 15 Jahren. Das merke ich an an mir und höre auch aus dem Bekanntenkreis, dass diverse Veränderungen passieren, obwohl man eigentlich noch meilenweit von den Wechseljahren entfernt sein sollte.

Das ist ein Riesensystem, welches ineinandergreift, und das durch die Pille gründlich durcheinander gebracht wurde. Das braucht, um sich zu erholen.

Deine Verzweiflung kann ich nur zu gut verstehen, das habe ich auch mitgemacht. Bei mir wurde es nach ca. 1 1/2 Jahren erträglicher, d.h. dass ich beim Haare waschen auch mal unter 100 Haaren verloren habe, nicht mehr soooo viele in der Wohnung lagen. Momentan schwankt es. Aber im Vergleich zum Zeitpunkt 6 Monate nach Pille abetzen ist es jetzt viel viel besser.

Liebe Grüße,
pina

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [maurizio](#) on Thu, 09 Jun 2011 10:19:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo ihr haarlassende,

heute war ich beim schwimmen mit einer freundin.
beim duschen klebten an meinem ganzen körper haare.
als ich in der umkleide meinen rücken von hinten im
spiegel sah, bin ich sooooo erschrocken! hunderte von

haaren. mit tränen in den augen musste ich ja dann auch noch kämmen, soooooo viele haare in der bürste. ich versuche echt stark zu sein.... aber langsam kann ich nicht mehr...meine haare haben sich alleine im letzten monat nochmals halbiert. so schlimm war es nur kurz nach dem absetzen der neoeunomin. momentan ist es so, dass mit jedem haar das geht auch meine kraft schwindet....

nici

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [identity01](#) on Thu, 09 Jun 2011 11:31:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

liebe nici,

ich kann so gut mitfühlen wie es dir geht!!
man fühlt sich nur noch wie ein häufchen elend in dem schwarzen loch namens haarausfall .

hast du denn schon die borreliose-therapie in angriff genommen?

glg

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [maurizio](#) on Thu, 09 Jun 2011 13:17:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

liebe identity,

nein leider nicht. die zeit spricht wieder gegen mich.
nächste woche sind wir im urlaub, übernächste der spezi.
tja als geht dann die woche drauf los. tja und dann muss ich bestimmt wieder einige untersuchungen über mich ergehen lassen, bis ich dann mit der therapie anfangen kann.
ich melde mich auf jeden fall bei euch, wies denn so läuft.

nici

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [Ataba](#) on Fri, 10 Jun 2011 12:24:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich hab im juli 2010 abgesetzt. kurz drauf hatte ich einen 2-Wochen-Schub vom allerfeinsten

GsD dauerte es nur 2 Wochen.

Der Winter war wie immer. Etwas leichter und alles besser auszuhalten. Irgendwann im März/April meinte ich, dass der alljährliche Supergau, der normal im Juni anfängt, jetzt schon anfängt. Hat sich aber auch wieder beruhigt.

Nun sitz ich hier und bin mir dessen bewusst, dass Juni ist. Der Monat, der seit 2007 für mich zum Albtraum wird. Da gehts nämlich jedes Jahr los bis in den Winter rein.

Ich kann Dir also jetzt noch nicht wirklich was sagen. Ausser, dass ich am Ansatz viele kleine feine kurze Haare hab.

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen
Posted by [Blu8](#) on Fri, 10 Jun 2011 17:22:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

ich habe in den letzten Jahren hin und wieder hier mitgelesen aber noch nie gepostet und werde zukünftig wahrscheinlich auch wenig Zeit dazu haben. Da ich aber meinen Haarausfall ziemlich in den Griff bekommen habe, wollte ich meine Erfahrungen auch mal weitergeben.

Also ich habe ca. 14 Jahre die Jahre die Pille genommen (u.a. Diane, Neo-Eunomin, Oviol, Belara, dazwischen auch 1X die Pille danach) und am Schluss ca. 2 Jahre den NuvaRing, bin jetzt 35. Meine Haare waren schon immer sehr fein aber soweit in Ordnung.

Mein Haarausfall hat meines Erachtens nach schon im Jahr 2000 angefangen. Das damalige Trichogramm ergab keinen unnormalen Befund also habe ich mich zwar über die vielen Haare die immer am Boden lagen gewundert aber, war nicht mehr so besorgt. 2003 hatte ich eine kurze Phase in der mir mein Haarvolumen wieder gesünder vorkam. Habe in dieser Zeit leider nie Zusammenhänge mit der Pille gesucht, da ich ja immer Pillen nahm, die "gut" für den Haarwuchs sein sollten.

Ab 2004 wurde es dann aber immer schlimmer. Bei mir betraff der Haarausfall hauptsächlich die Geheimratsecken und die Seitenpartien um die Ohren. Der Oberkopf wurde gegen Ende zwar auch dünner aber nie so wie die angesprochenen Partien bzw. keine lichten Stellen.

Im Nachhinein bin ich mir sicher, dass es an der Pille lag und beruflicher und seelischer Stress haben ihr übriges getan aber ich mach mal chronologisch weiter.

Ich weiß nicht mehr wann ich mit Haare zählen angefangen habe und habe das auch nicht häufig gemacht aber egal wie oft ich mir die Haare gekämmt habe, es hörte nie auf.

Gekämmt, danach mit den Fingern durch die Haare gefahren und immer noch mehr Haare. Vor dem Waschen extra gekämmt und trotzdem extrem viele Haare im Abfluss, nach dem Waschen gekämmt und wieder sehr viele Haare in der Wanne, ganz zu Schweigen von den Haaren im Bett auf dem Boden in der Wohnung und im Büro um meinen Schreibtischstuhl herum....es waren auf jeden Fall weit über Hundert täglich und das bleibt über die Jahre frisurtechnisch nicht unbemerkt, da die nachwachsenden Haare dünner waren und auch nie richtig lang wurden.

Also 2005 wieder zu einem Hautarzt, der dann androgenetische Alopezie festgestellt hat und mir empfohlen hat die Pille weiter zu nehmen und Eil-Cranel verschrieben hat, das wars...hat nicht geholfen, Pantovigar Vitamine usw. auch nicht. 2006 wollte ich bei meiner Frauenärztin die

Sexualhormone prüfen lassen, war zu dem Zeitpunkt kurz ein halbes Jahr Pillen frei. Bevor die Hormone geprüft wurden, haben wir aber noch den Blutbefund der Hautärztin von 2005 angefordert, hier stellte sich heraus, dass die Gute übersehen hatte, dass mein TSH Wert bei 4.8 lag und die Obergrenze aber 4 war und wie ich kurze Zeit später erfuhr sogar 2.5. Also habe ich das mit den Sexualhormonen gelassen, da ich dachte, dass der Haarausfall mit der Schilddrüse zu tun hatte und ich auch sonst keine starken androgenen Symtome aufwies. Ich war zum ersten Mal wieder voller Hoffnung die Ursache gefunden zu haben, Hashimoto. Habe Ende 2006 mit L-Thyroxin 25 angefangen und mich dann relativ schnell auf 150 (Mitte 2008)gesteigert. Wegen meines stark supprimierten TSH Wertes wurde ich dann wieder runtergestuft, erst auf 100 dann auf 87,5 aber damit ging mein fT3 in den Keller und nun nehme ich seit ca- April 2010 100 Thyroxin und mein TSH ist immer bei ca. 0.3. Am Haarausfall änderte sich in dieser Zeit nichts.

Von Mitte 2007 bis Juni 2009 habe ich den Nuvaring genommen und bekam dann noch weitere Nebenwirkungen wie Scheidenentzündung und Migräne und hatte dann einfach die Nase voll von Pille & Co. und dachte mir wenns bisher nicht geholfen hat lasse ichs einfach mal weg (hatte zwischenzeitlich auch hier und da gelesen, dass Haarausfall damit zu tun hätte).

Also war ich seit Juli 2009 hormonfrei (abgesehen von Thyroxin). Im August 2009 wurde der Haarausfall dann noch viel schlimmer, es war Sommer und ständig rieselten mir Haare am Rücken und an dem Armen herunter, aber bereits im Dezember war der Haarausfall wieder aufs alte zwar auch starke Niveau zurückgegangen aber immerhin.

Im März 2010 habe ich dann doch meine Sexualhormone testen lassen und es wurde ein Progesteronmangel (5,3 Norm 1,7-27,0) festgestellt und ein minimal erhöhter Androstendionwert (3 Norm 0,61-2,9). Außer ein Rezept für Mönchspfeffer wurde mir nichts verschrieben, Rezept habe ich nicht eingelöst. Im Juli habe ich mir meine Amalgamfüllungen entfernen lassen, aber nicht ausgeleitet nur Chlorella genommen aber nicht wirklich regelmäßig. Haarausfall gleichbleibend.

Im August 2010 hat mir mein Frauenarzt ohne weiteres (Gott sei Dank!) dann eine 10%ige Progesteron Creme verschrieben. Morgens und abends habe ich 2 erbsengroße Kugeln auf meinen Unterarmen verteilt und so ungefähr im Dezember ist mein Haarausfall tatsächlich zurückgegangen!!!! Ich verliere immer noch Haare aber beut weitem nicht mehr so viele. Ich muss endlich nicht mehr täglich saugen Es wachsen leider nicht wahnsinnig viele Haare nach und mein altes Haarvolumen bekomme ich wohl nicht wieder, da ich ohnehin schon 35 bin, aber ich bin nach 10 Jahren zermürbt sein wegen diesem Schei.. jetzt einfach nur froh!! Ich kann schlecht beurteilen wieviele Haare andere Frauen verlieren und was normal ist aber es sind jetzt auf jeden Fall unter 100 Haaren täglich.

Ich denke, dass die viel zu frühe Einnahme der Pille und die lange Einnahmezeit Hashimoto ausgelöst haben und dies wiederum den Progesteronmangel und den Haarausfall. Schade, dass ich die Pille nicht schon früher abgesetzt habe, ich werde sie auch nie wieder nehmen! Da ich immer noch Schmierblutungen habe vor den Tagen und dies auf weiter bestehenden Progesteronmangel hinweist, habe ich nun zusätzlich noch Utrogest verschrieben bekommen, wovon ich morgens und abends je 100 mg Progesteron nehme.

Ich bin gespannt ob sich dadurch noch etwas tut....

Ich hoffe mein Beitrag kann jemandem hilfreich sein und wünsche Euch alles Gute!!!!!!!

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen

Posted by [maurizio](#) on Fri, 10 Jun 2011 18:18:58 GMT

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

hallo bluß,

erstmal vielen dank für deinen ausführlichen bericht.
ich denke viele vergessen ihre erfahrungen hier nieder zu schreiben
wenn sie endlich diesen blöden haarausfall hinter sich haben.
wie schön, dass es sich bei dir normalisiert hat!

eine frage: hast du sofort gemerkt, dass dir das progesteron gut
getan hat, oder gings dir am anfang nicht so gut damit.
ich habe nämlich das problem, dass ich kopfschmerzen davon bekomme
und mich einfach etwas unwohl fühle dabei.
hast du sofort eine verbesserung des haarstatus bemerkt, oder fiel
es dir erst wirklich nach 4 monaten auf?

wäre echt lieb wenn du das noch beantworten könntest.

nici

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen

Posted by [Blu8](#) on Sat, 11 Jun 2011 09:08:44 GMT

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

Hallo nici,

habe keine negativen Nebenwirkungen vom Progesteron bemerkt. Das sich der Haarausfall bessert habe ich vielleicht auch schon im Novemeber (nach 3 Monaten) mal gedacht aber ich wollte mir nicht falsche Hoffnungen machen, da ich zwischendurch immer mal kurze Phasen hatte in denen ich dachte es wird besser. Aber von Dezember 2010 bis heute ist es so geblieben, das ich z.b. morgens beim Haarekämmen nur ca. 20 Haare in der wanne zähle und über den Tag zwar auch mal hin und wieder eines oder zewi rausziehe aber wie gesagt auf jeden fall unter 100 bin und auch beim Waschen ist der Sieb bei weitem nicht mehr so voll wie früher. Wenn bei Dir auch ein Progesteronmangel festgestellt wurde, auch wenn er nicht extrem war (bei mir auch nicht) würde ich erst mal dran bleiben, VIEL GLÜCK!

Subject: Aw: an alle pillenabsetzerinnen

Posted by [dana12](#) on Sun, 12 Jun 2011 17:51:21 GMT

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

Hallo,

ich habe im Mai 2010 die Valette abgesetzt. Seit Ende Juni 2010 nehme ich einmal am Tag 1 ml Regaine.

Status vorher:

800 - 1000 Haare täglich verloren. War schleichend, erst 200 - 300 Haare täglich, dann stetig mehr. Zuletzt die 800 - 1000 Haare täglich. Zeitraum alles in allem ca. 1 Jahr. Shedding habe ich aufgrund des enormen HA natürlich nicht bemerkt. Nach ca. 3 Monaten Regaine hatte sich der HA auf 250 Haare pro Tag verringert, in den Folgemonaten dann immer mehr.

Status jetzt:

Geheimratsecken sind fast vollständig wieder zugewachsen, der Scheitelbereich hat sich wieder verdichtet (ist aber noch nicht wie vor dem Ausfall, man kann schon noch gut die Kopfhaut sehen).

Der HA an Waschtagen ca. 80 - 100 Haare, ansonsten ca. 50 Haare täglich.

Ob der Stopp des HA jetzt auf das Pilleabsetzen oder auf Regaine zurückzuführen ist, kann ich nicht sagen. Regaine soll ja angeblich nur bei anlagebedingten HA wirken. Bei mir war der Haarausfall allerdings unbedingt diffus. Mir gingen überall die Haare aus, nicht nur im Scheitelbereich.

Jedenfalls bin ich im Augenblick zufrieden und habe die Endo-Laufereien erst einmal eingestellt. Andere Mittelchen, Pillen etc. nehme ich zur Zeit nicht.

Vielleicht sind meine Angaben für euch irgendwie hilfreich.

Wünsche euch ein schönes Pfingsten und jede Menge Neuwuchs bzw. Haarausfallstopp.

Dana