
Subject: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Ataba](#) on Thu, 30 Jun 2011 17:10:00 GMT

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

So Mädels, das muss ich jetzt loswerden. Hoffentlich verschrei ich nix und morgen gehts los.

Das ist mein erster Juni seit 2007 OHNE den Hammerschub. Klar, es rieselt schon etwas, wie immer halt. Aber jedes Jahr im Juni stand ich kurz davor, in die Klapsmühle eingeliefert zu werden.

Es bewegt sich alles im normal Bereich. Wie im Winter

Woran es liegt? Vielleicht am Absetzen der Pille vor 1 Jahr, oder am Vitamin D. Oder an gar nix. Vielleicht gehts ja morgen los

Aber momentang gehts mir gut damit.

So, muss weg. Mein Mann bringt Pizza

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [identity01](#) on Thu, 30 Jun 2011 17:22:30 GMT

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

Ich drücke dir - so fest wie nur geht! - die daumen, dass alles so bleibt !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

mahlzeit !

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [maurizio](#) on Fri, 01 Jul 2011 06:25:52 GMT

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

ich liebe diese, hier so seltenen, erfreulichen nachrichten!!!

ich drück dir die daumen, dass es so bleibt!

nici

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [gretchen](#) on Fri, 01 Jul 2011 07:25:01 GMT

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

YEEAAAHHH!!!!

ataba!!! das ist total GEIL!!! ich hoffe, es liegt am pilleabsetzen

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Ataba](#) on Fri, 01 Jul 2011 12:30:50 GMT

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

die drücke ich mir auch. Aber bis jetzt sinds ja grad mal 4 Wochen. Kann ja sein.....
Hach ja, es ist schon blöd, wenn man sich nicht mehr hoffen traut.

Danke Dir

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Ataba](#) on Fri, 01 Jul 2011 12:32:59 GMT

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

deshalb schreib ich es ja. Die Hoffnung stirbt bekanntlich zu Letzt

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Ataba](#) on Fri, 01 Jul 2011 12:35:45 GMT

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

ich bin mir da nicht so sicher. Als der HA 2007 begann, war ich ja schon 2 Jahre pillenfrei. Oder 3.

Ich hab ja erst im Nov. 2008 WEGEN dem HA mit der Belara begonnen

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Latisha](#) on Fri, 01 Jul 2011 19:44:53 GMT

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

Witzig. Bei mir ist es bis jetzt auch echt super dieses Jahr!
So gut, dass ich nicht mal mehr Haare zähle (und das mach ich seit 5 Jahren!)

Bei mir ist es seit ca. 2 Monaten echt fein, vll auch etwas kürzer.
Aber ich habe im Sept die Pille gewechselt. Was anderes fällt mir auch nicht ein als Grund.
Entweder neu Pille gut, oder alte war schlecht und es wäre auch ohne die neue fein.

Naja, nicht zu laut freuen. Atabe, da kann ich dir nur zustimmen.
Drücke uns beiden die Daumen, dass wir mal verschont bleiben

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Tinchen](#) on Sun, 03 Jul 2011 07:20:29 GMT

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

Latisha

Eine Frage an Dich : da Du auch die Haare zählst(oder gezählt hast).Weißt du noch die Zahlen ??

Bin auch so "blöd" und zähle (seit 3 Jahren,HA habe ich jetzt das 6te Jahr).

Die Horrormonate waren sonst Juli/Aug./Sept.Dieses Jahr hat es schon im Mai angefangen.

Heut beim Waschen und 1x Kämmen 172.Und der Tag hat gerade angefangen.Ich wasche nur alle 4 Tage (geht eigentlich gar nicht,richte Termine nach Waschtagen!!!)Aber so halte ich den monatlichen Durchschnitt etwas niedriger.Ich brauche das für meine Psyche.

2009 2010 2011

Mai/1239 Mai/1679 Mai /2415

Juni/1057 Juni/1737 Juni/2773

Juli/1966 Juli/2534

Aug./3160 Aug./2969

Sep./3018 Sep./2989

Ich mag gar nicht an die nächsten 3 Monate denken.

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Latisha](#) on Sun, 03 Jul 2011 10:59:35 GMT

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

Hallöchen,

habe auch immer nur alle 4 Tage Haare gewaschen, manchmal auch nur 1mal in der Woche, je nach dem, wie die Haare aussahen.

Bei mir waren beim Waschen auch immer Horrorzahlen. Daher lieber weniger waschen.

Eigentlich bescheuert, als obs nen Unterschied macht.

Also in "guten Zeiten" waren es zwischen 90 und 120 Haaren am Tag (nur durch Kämmen, ohne Waschen!). Bei Haarwäschen in guten Zeiten (also wirklich nur das, was in der Dusche war und direkt nachm Waschen bei feuchten Haar beim Kämmen rausging) so zwischen 150 und 200 Haaren, wobei das immer schwer zu sagen ist, weil die bei mir da immer verknäuln.

Also, wie du siehst, das sind schon echt "schlechte" Zahlen.

In Horrorzeiten (das Regaine-Shedding lass ich mal weg, das zählt ja nicht richtig). Vor Regaine bis zu 500 Haare nur beim Kämmen (soweit ich mich erinnern kann), nach Regaine bis zu 400 Haaren nur beim Kämmen (meist "nur" 250-300) und ca. nochmal bis zu 400 Haaren beim Waschen (meistens so 300).

Weiß das alles nicht mehr so ganz sicher, vll waren mal 50 Haare mehr oder weniger. Aber so grob werd ich das wohl nie wieder vergessen

Liebe Grüße

Subject: @Tinchen und Lathisa
Posted by [Ataba](#) on Sun, 03 Jul 2011 11:40:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ihr wisst aber schon, dass sich die Anzahl der ausgefallenen Haare erhöht, je länger ihr das Haarewaschen rauszögert.

Ich hab früher auch nur alle 4 Tage gewaschen. Weil ich mir den Horror ersparen wollt. Es machts aber nicht unbedingt besser für die Psyche

Subject: Aw: @Tinchen und Lathisa
Posted by [identity01](#) on Sun, 03 Jul 2011 13:39:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

da bin ich auch erst kürzlich drauf gekommen.. ich dachte nämlich, dass egal wann ich die haare wasche immer gleich viele haare ausfallen (also immer massigst), aber jetzt habe ich mal statt am dritten tag wie sonst, am zweiten gewaschen und es waren in der tat weniger als eben sonst am dritten tag.

Ig

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle
Posted by [Latisha](#) on Sun, 03 Jul 2011 14:15:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Ataba,

das war es ja was ich meinte mit "Eigentlich bescheuert, als obs nen Unterschied macht."

Natürlich gehen da mehr raus. Aber ich finde es macht nen Unterschied, wenns alle 4 Tage so viele sind, oder jeden Tag.

Außerdem gabs auch Zeiten, an denen ich öfter Haare waschen musste und da gingen nicht

unbedingt weniger raus.

Grüße

Subject: Aw: Mein erster Juni seit 2007 ohne Panikanfälle

Posted by [Tinchen](#) on Sun, 03 Jul 2011 14:59:51 GMT

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

Danke für die Antworten.

Es heißt doch, Haare, die in der Ausfallphase sind, gehen aus. Egal, ob man sie wäscht oder nicht.

Wenn ich Haarewaschtag habe, ist es Stress pur. Stehe oft schon um 5 Uhr auf, um es hinter mich zu bringen.

Das muss ich wirklich nicht jeden Tag haben. Auch wenn ich deswegen Sch... aussehe.

Was waren das schöne Zeiten, als Haarewaschen jeden Tag morgens dazu gehörte wie Zähneputzen.

Aber eins hat sich gebessert. Seit letztem Jahr habe ich keine Heulanfälle mehr, beim Waschen.

Irgendwie ist der Mensch wohl doch ein Gewohnheitstier.

Drücke Euch die Daumen, daß Ihr die "guten Zahlen" behaltet.
