
Subject: weitere Behandlung (Zinkstörungen) ?
Posted by [Xindy23](#) on Sat, 01 Apr 2006 03:23:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi

mich würde interessieren ob von euch jemand ähnliche Erfahrungen wie ich mit dem Haarausfall gemacht haben. Im November 2004 bemerkte ich zum ersten Mal bewusst das mir sehr stark Haare ausfielen. Nach 3 Besuchen bei Hautärzten überwies mich der letzte in die Uniklinik nach Freiburg. Dort kamen die Ärzte zu der Erkenntnis das mein Haarausfall durch eine Grippe entstanden sein müsste und wieder von selbst aufhören würde. Das war im April 2005. Dort wurde mir dann Regaine für Frauen, Diane 35 und Androcur verschrieben.

Da sich allerdings auch nach 7 Monaten noch keine wirkliche Besserung oder ein Stop einstellte und meine Haare immer dünner wurden, bin ich noch einmal zu einem anderen Hautarzt gegangen. Dort stellte man nach über 15 Monaten fest das ich unter einem sehr starkem Zinkmangel leiden würde.

Da stellt sich mir natürlich die Frage, warum erkennt man das nicht in einer Uniklinik?

Die Diagnose zu dem Zinkmangel habe ich vor 4 Monaten bekommen und seither jeden Morgen fleissig Zink genommen. Nachdem ich letzte Woche aber erneut bei dem Hautarzt war stellte er fest, dass sich meine Zinkwerte überhaupt nicht verändert haben. Er meinte jetzt das mein Körper wohl kein Zink aufnehmen kann und verwies mich zu einem Internisten.

Jetzt meine Frage, hat jemand das gleiche Problem wie ich und gibt es eine sinnvolle Behandlung.

Vielen Dank´im Vorraus Andrea

Subject: Re: weitere Behandlung (Zinkstörungen) ?
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 01 Apr 2006 07:59:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Xindy,

Teile deines Postings wären drüben im allgemeinen Forum unter "Allgemeines zum Thema Haarausfall" vielleicht besser aufgehoben, da dir einige User dort sicher besser Auskunft zu Zink geben können.

Mich würde interessieren, welches Zinkpräparat du in welcher Dosierung genommen hast und was du sonst noch an Mineralien zu dir genommen hast und zu welchem Zeitpunkt. Vielleicht kann ich dir ein paar Tips geben.

Zitat:Dort kamen die Ärzte zu der Erkenntnis das mein Haarausfall durch eine Grippe entstanden sein müsste und wieder von selbst aufhören würde. Das war im April 2005. Dort wurde mir dann Regaine für Frauen, Diane 35 und Androcur verschrieben.

Das passt nicht ganz zuammen. Da wird ein lapidarer Grund vorgeschoben und im Gegenzug wird als Therapie ganz tief in die Trickkiste gegriffen. Diane35 und Androcur, um an der Hormonschraube zu drehen und Regaine, weil das einfach Standard ist.

Hast du die Blutwerte, die bestimmt wurden, in Kopie und kannst sie hier (zusammen mit den Normwerten) einstellen? Vielleicht kann die/ der ein oder andere hier einen Tip geben, ob da nicht vielleicht etwas bei der Diagnose vergessen oder gar an den Werten übersehen wurde.

Kannst du darüber hinaus ein wenig beschreiben, wo dir die Haare ausfallen? Gibt es Stellen, die sich lichten? Oder ist das einfach quer über den ganzen Kopf?

Grüße vom
FrankfurtER

Subject: Re: weitere Behandlung (Zinkstörungen) ?
Posted by [Dogbert](#) on Sat, 01 Apr 2006 10:50:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Xindy23 schrieb am Sam, 01 April 2006 05:23Hi

Dort kamen die Arzte zu der Erkenntnis das mein Haarausfall duch eine Grippe entstanden sein müsste und wieder von selbst aufhören würde. Das war im April 2005. Dort wurde mir dann Regaine für Frauen, Diane 35 und Androcur verschrieben.

Ahja.... was haben wir denn da? Ein Musterbeispiel ärztlicher Inkompetenz. Ich glaube, es wurde bereits sooft über, das Thema Diane35 + Androcur gesprochen, daß es keiner weiteren Erläuterungen bedürfte. Aber wie kommt man denn auf dem Gedanken, wenn man schon annimmt, daß der HA durch eine Grippe entstanden sein soll und daraufhin Regaine, Androcur + Diane35 verschreiben zu wollen?

Zitat:Die Diagnose zu dem Zinkmangel habe ich vor 4 Monaten bekommen und seither jeden Morgen fleissig Zink genommen. Nachdem ich letzte Woche aber erneut bei dem Hautarzt war stellte er fest, dass sich meine Zinkwerte überhaupt nicht verändert haben. Er meinte jetzt das mein Körper wohl kein Zink aufnehmen kann und verwies mich zu einem Internisten.

Sollte dem tatsächlich so sein, wäre evtl. mal eine Überprüfung auf KPU anzuraten (Stoffwechselanomalie im Zusammenhang mit kombinierten B6 / Zink-Mangel bzw. die Unfähigkeit, diese Stoffe auf natürlichem Wege zu verstoffwechseln). Es gab im hier im Forum einige, bei denen tatsächlich KPU festgestellt wurde. Ein auffälliges Kriterium ist ein stark eingeschränktes Trauerinnerungsvermögen.

Ich habe jetzt aus Zeitmangel aus dem Stegreif das niedergeschrieben, was mir spontan dazu einfiel. Vielleicht sollten sich unsere Experten strike, bine & Co. sich dazu einmal äußern?

Subject: Re: KPU/HPU
Posted by [strike](#) on Sat, 01 Apr 2006 10:57:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: @ Dogbert
Posted by [strike](#) on Sat, 01 Apr 2006 10:58:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: KPU/HPU
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 01 Apr 2006 11:04:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:....wieso im Allgem. Forum?
Weil es an sich eigentlich ein allgemeines Thema ist, was alle betrifft.

Zitat:Das ist eine Sache, die hier im Frauenforum bereits vor Jahren zum ersten Mal aufgebracht wurde. Einfach ins alte Archiv gehen, Stichwort KPU oder HPU.
Dann sollten das auch die Herren drüben lernen

Subject: Re: KPU/HPU
Posted by [Dogbert](#) on Sat, 01 Apr 2006 11:34:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das KPU/HPU-Thema betrifft sowohl Männer als auch Frauen. Da die Herren jedoch überwiegend über Propecia/Finasterid & Co. favorisieren und KPU dort auch nicht thematisiert wurde, haben wir davon abgesehen.

Diese KPU-Sache griff seinerzeit Anais aus dem A.Areata-Forum auf, mit der Bitte an mich, ob ich mich damit einmal näher befassen möge. Irgendwann tat ich das auch, als ich feststellte, daß meine damalige Medikation in etwa die gleichen Bestandteile enthielt wie sie für die Behandlung von KPU erforderlich sind und ich damit Erfolge nachweisen konnte. Ich erörterte das Thema dann eingehender im AA-Forum und Tanya (kompetente Frau, der alles Üble unterstellt wurde und sich dann später herausstellte, wie recht sie doch hatte; ihre Ausführungen waren für viele einfach zu "hoch") griff dieses Thema zunächst im AA-Forum auf und aus einem gegebenen Anlaß transportierte sie diese Diskussion ins Frauenforum, wo dann intensiver darüber diskutiert wurde.

Subject: Re: KPU/HPU

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 01 Apr 2006 11:43:27 GMT

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

Zitat:Da die Herren jedoch überwiegend über Propecia/Finasterid & Co. favorisieren und KPU dort auch nicht thematisiert wurde, haben wir davon abgesehen.

Ich bin, seit ich durch die Capris-Geschichte ein wenig bei AA gelesen habe und seit ich hier ein wenig mit-moderiere, erstaunt, wie Themengebiete bei den Männern einfach ausgeblendet oder ignoriert werden. Das ist echt schade. Bitte nimm das nicht als Vorwurf! Im Gegenteil, du hast leider zu recht mit deinem Zitat oben.

Subject: Auszug ausTanya's Ausführungen zum Thema KPU/HPU

Posted by [Dogbert](#) on Sat, 01 Apr 2006 11:57:19 GMT

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

Sie sind leicht verständlich und von jemandem verfaßt, die Bescueid darüber weiß, wovon sie redet/schreibt.

Aus dem alten Frauenforum entnommen:

Ausgangspunkt:

Heidrun schreibt:

"Hallo, ich hoffe, Ihr könnt mir hier weiterhelfen?"

Allmählich weiß ich gar nicht mehr weiter. An den Haarausfall werde ich mich sowieso nie gewöhnen können, doch meine Fingernägel sehen jetzt auch ganz schliimm aus. Vielleicht gibt es da auch einen Zusammenhang.

Was ich nicht verstehe, ich lebe ganz gesund. Ich ernähre mich gesund, mache Sport und nehme auch Vitamine und Mineralstoffe. Gegen den Haarausfall nehme ich schon extra Biotin, Kieselerde und Zink. Wieso fallen die Haare immer noch und wieso haben die Nägel Längsrillen und weiße Flecken. Als ob das nicht reicht, splintern sie auch noch. Hilfe!"

Antwort Tanya:

"Hallo Heidrun,

hast Du schon einmal daran gedacht, daß Zink und B-Vitamine nicht verstoffwechselt werden könnten?

Das liegt nahe, wenn Du diese Stoffe bereits zuführst und sie keine Wirkung zeigen.

Diese Möglichkeit besteht bei KPU/HPU. Das würde dann bedeuten, daß Du so viel davon einnehmen kannst, wie Du willst, es wird einfach mit dem Urin ausgeschieden. Und das bedeutet dann weiter, daß man - trotz der ausreichenden Einnahme - einen Mangel hat. Darunter leiden ziemlich viele Leute. Man kommt nur relativ spät auf diese Diagnose.

Es gibt einmal die ererbte Variante und dann noch die sekundäre. Diese sekundäre ist es

meist, die übersehen wird. Dabei können es ganz alltägliche Auslöser und Ursachen sein, wie Lebererkrankungen, Medikamente (darunter auch Hormone und Schmerzmittel), Fremdchemikalien, Eisenstoffwechselstörungen u. v. m.

<http://hpu-info.gmxhome.de/index.htm>

Mehr zu dem Thema kannst Du auch auf dieser Seite finden und im Areata-Forum.

Dort (und das ist keineswegs ein Staatsgeheimnis, wenn es einige auch so darzustellen versuchen *ggg*) findest Du unter Tanya einige Links zu dem Thema.

Ebenso unter Anais. Nach meinem Wissen ist sie selbst betroffen und befindet sich mittlerweile in der Therapiephase.

Dort wirst Du auch lesen, daß die Bestimmung von Zink im Serum keinen Aussagewert hat, weil sich das meiste Zink in den Zellen befindet. Für einen Zinkstatus sind statt der üblichen Blutabnahme Tests angesagt. Wenn man bei Dir Zink auf die übliche Art im Serum gemessen hat, kannst Du auf diesen Wert nicht bauen.

Liebe Grüße"

Ausgangspunkt: bei Frauke wurde KPU festgestellt.

"Hallo Frauke,
das hört sich wirklich gut an. Zumindest weißt Du nun, was Du machen kannst und mit den richtigen Vitaminen in der richtigen Dosis u. Zusammensetzung wirst Du sicher auch den Haarausfall los, weil auch Mikronährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe und Co. eine tiefgreifende Wirkung haben, bis hin ins Hormonsystem.

Ich denke mal, daß Du an der sekundären Form leidest oder hast Du ungeklärte Bauchschmerzen?

Die sekundäre Form kann durch alles Mögliche verursacht werden: Antibiotika, Medikamente, orale Kontrazeptiva, Mangelernährung, Eisenstoffwechselstörungen etc.

Lies Dir doch mal den Link durch, er ist nichts Besonderes, gibt aber eine kurze Zusammenfassung.

Dort findest Du auch "Sekundäre Porphyrinopathien" und wenn Du Probleme hast, einen Arzt zu finden, kannst Du unter Porphyrie-Forum die Mailadressen der Ärzte finden. Aber ich kann Dir da auch weiterhelfen. Schick mir einfach eine Mail.

Normalerweise brauchst Du gar keinen Arzt dafür.

Viele nehmen Kryptosan (ich glaube, auch Anais), aber Du kannst Dir alles leicht selbst zusammenstellen. Das wären dann B-Komplex, B6, Chrom, Mangan, Magnesium, Zink etc.

Aber alles in der richtigen Dosis.

Nicht diese Pipifax-Mischungen, die gern mal so geschluckt werden gegen Haarausfall und wo es dann heißt: Vitamine haben mir nicht geholfen.

Oder: Biotin hat mir nicht geholfen!

Die können auch nicht helfen, weil es da einiges zu beachten gibt, schließlich gibt es auch bei Vitaminen/Mineralstoffen Interaktionen, und zwar solche, die man vermeiden sollte und dann wieder welche, die dringend erforderlich sind, damit die Synthese stimmt.

Kleine Ursache, große Wirkung! Es ist schon eine Wissenschaft für sich, wenn man sich näher mit den Mikronährstoffen befaßt. Multivitaminpräparate dienen lediglich dem Gefühl, sich und dem Körper was Gutes getan zu haben.

Wenn man z. B. die Pille nimmt oder Aspirin, kann es zu einem B6 Mangel kommen, dieses hat dann Auswirkungen auf Zink!

Bei einem B6 Mangel kann der Körper aber auch kein Niacin produzieren, folglich noch ein Mangel. Wer viel trinkt (egal ob Wasser, Tee, Kaffee, Bier..), "spült" viel Niacin aus dem Körper.

Bei einem B6 Mangel kann es ohnehin zu Haarausfall kommen. Je höher der Muskelanteil im Körper ist, desto mehr B6 wird z. B. benötigt.

Bei einer vermehrten Eiweißernährung wird ebenfalls mehr B6 benötigt.

Der B1 Bedarf entspricht proportional stets dem Kohlenhydrat-Verzehr.

Ein Überschuß an B-Vitaminen kann B2 reduzieren, ebenso die Einnahme von Natron. Die Folge ist ein B2 Mangel.

Pantothensäure (B5) wird gern bei Haarausfall empfohlen u. eingesetzt. Diese kann aber nur wirken, wenn ausreichend Folsäure und Biotin vorhanden ist.

Bei eisenreicher Kost (gern zugeführt bei Eisenmangel) und Zink kann Folsäure jedoch nicht verwertet werden.

Aber es ist wohl besser, wenn wir das anderweitig fortsetzen/ergänzen. Jedenfalls freue ich mich für Dich. Ich habe mich übrigens bisher noch nicht testen lassen, aber ich nehme gezielt Mikronährstoffe zu mir.

Dazu gehört auch Cystein. Cystein ist eine sehr wichtige schwefelhaltige Aminosäure, die viele Funktionen im Körper hat (Proteinstruktur, Haare, Metallbindung...)

Also ein wichtiger Baustein von Proteinen und Peptidhormonen, weil es deren Struktur mit Disulfidbrücken stabilisiert und eben Metallzentren wie Zink bindet. Und eben darum auch so wichtig im Zusammenhang mit Haaren und natürlich Haarausfall.

Ich lasse mir Cystein sogar vom Arzt verschreiben, mittels eines Tricks geht das, weil NAC noch

eine andere Wirkung hat, doch mehr dazu per Mail.

Liebe Grüße

Empfehlenswerter Link <http://www.porphyrie.de/frameset.html> "
