
Subject: Seit langem kein volles Haar

Posted by [Lynn](#) on Wed, 27 Jul 2011 10:31:50 GMT

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

Hallo Forengemeinde,

ich habe mich hier angemeldet um mir meine Geschichte von der Seele schreiben zu können. Ich bin nun 23. Mit 15 habe ich mir meine naturblonden Haare hin und wieder dunkel gefärbt, jedoch reagierte ich irgendwann plötzlich sehr stark allergisch auf das enthaltene PPD, was eine mehrmonatige Behandlung mit Cortison und anderen Mitteln nach sich zog um die Kontaktallergie in den Griff zu bekommen. Ob das für meine Geschichte relevant ist weiß ich nicht. Ich färbte ein paar Jahre gar nicht mehr, seit etwa 3 Jahren färbe ich sie mit roten (Henna) und dunkelblauen (Indigo) reinpflanzlichen Stoffen, in der Kombination werden meine Haare dunkelbraun - schwarz. Die Pflanzenfarben legen sich wie ein Film um die Haare und stabilisieren sie gleichzeitig auch ein wenig.

Dass ich zu wenige Haare hatte fiel mir selbst zunächst nicht wirklich auf. Es waren andere Menschen die mich darauf hinwiesen, dass man meine Kopfhaut sehen konnte. Ich hatte schon immer feines, dünnes Haar aber mit den Jahren verschlimmerte sich das Gesamtbild immer mehr.

Ich hatte nie auffällig starken Haarausfall, meine Zählungen nach dem Waschen und Kämmen ergeben meist 60 Haare (wobei man ja bedenken muss, dass ich recht wenige Haare habe, daher ist auch weniger vorhanden, was ausfallen könnte).

Mein Problem ist, dass meine Haare nicht nachwachsen. Seit etwa einem halben Jahr hat der Haarmangel eine neue Stufe erreicht, meine helle Kopfhaut schimmert nun, besonders vorne über der Stirn, so stark durch mein dunkles Haar, dass ich das weder mit Zurechtkämmen, Seitenscheitel, noch mit Haarspangen oder Spray kaschieren könnte. Genauso sieht es weiter hinten am Kopf aus, im Prinzip ist mein Problem überall gut sichtbar.

Glück im Unglück, dass ich schon immer gerne Mützen trage. Ich bin seit Jahren nicht mehr ohne aus dem Haus gegangen. Ich schäme mich so sehr deshalb, dass ich nicht einmal mit guten Freunden darüber spreche. Manchmal ertappe ich mich in oder auf dem Weg zur Uni dabei, dass ich fürchte jemand könnte mir aus Spaß die Mütze vom Kopf reißen und mich vor allen bloßstellen.

Ich muss auch zugeben dass es lange gedauert hat, bis ich mich in der Sache an einen Arzt gewandt habe. Früher hatte ich ja nur etwas lichtetes Haar und nicht diese Flecken wie jetzt. Ich lebte bei meinen Eltern in einem kleinen Dorf, die mir erklärten, dass man da nichts tun könnte und wegen solchen Dingen geht man nicht zum Arzt. Man soll sich so annehmen, wie man ist. Das sagt sich leicht wenn man so volles Haar hat (- das haben alle Familienmitglieder außer ich).

Nun lebe ich weit weg von ihnen in einer Großstadt und vor ein paar Monaten, als sich die besagten Kahlflecken bildeten, ging ich zum Hausarzt. Etwa einen Monat vorher habe ich angefangen, Biotin und Zink zu nehmen, aber nun wollte ich doch die Ursache wissen. Das Blutbild war völlig in Ordnung, also wurde ich an einen Hautarzt überwiesen. Ich werde nie den Moment vergessen als ich der Ärztin das erste Mal gegenüber saß und meine Mütze abnahm. Sie bekam große Augen und war etwas erschrocken. Am liebsten hätte ich geweint.

Sie empfahl mir, Pantovigar und Regaine zu nehmen. Beides wende ich nun seit über einem Monat an. Zwischenzeitlich wurde mir Blut abgenommen und gestern erhielt ich das Ergebnis:

Ich habe einen Eisenspeicher- und Folsäuremangel und auch Vitamin B 12. "Kein Eisen, keine Haare", meinte die Ärztin. Also hat sie mir diese 3 Mittel aufgeschrieben und ich habe sie gekauft. Zudem wurde mir eine Mesotherapie empfohlen.

Nun sitze ich hier, starre auf meinen Tablettenmix (Zink, Biotin, Pantovigar, B12, Folsäure, Eisen) und frage mich, ob das wirklich meine Probleme lösen soll. Zudem wundere ich mich über die ganzen Mängel. Ich bin zwar kein Gesundheitsfanatiker, aber ich ernähre mich eher fett - und salzarm, bin nicht heikel und meine Vorräte sind immer bunt gemischt, also durchaus ausgewogen. Ich rauche, trinke sehr selten Alkohol und etwa einen Kaffee am Tag. Die Pille nehme ich übrigens nicht.

Ich danke euch fürs "zuhören" und vielleicht hat der ein oder andere Tipps für mich.

Subject: Aw: Seit langem kein volles Haar
Posted by [bienchen77](#) on Wed, 27 Jul 2011 18:59:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

nimmst du das Regaine denn und bist du über die Anwendung und dem Shedding aufgeklärt? Die meisten Ärzte vergessen das und man bricht die Therapie ab.....und es wird kein Ergebnis erzielt. Ich nehme das seit gute 2 Monate und mir wachsen wieder Haare nach....habe vor kurzen das Shedding gehabt, aber das wurmt nicht, da sie wachsen.....

Subject: Aw: Seit langem kein volles Haar
Posted by [Lynn](#) on Wed, 27 Jul 2011 23:36:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich glaube es stand in einer Broschüre, dass die Haare zunächst stärker ausfallen können. Solange ich keine Allergie bekomme breche ich jedenfalls nicht ab, da ich dann nie wissen würde ob es geholfen hat.

Subject: Aw: Seit langem kein volles Haar
Posted by [Koschte](#) on Thu, 28 Jul 2011 18:37:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dann schreib ich auch mal die Fortsetzung meiner Haargeschichte.

Am 21.07.2011 war ich wieder in der Berliner Privatklinik zur Nachuntersuchung des Haarwachstumsfortschritts. Eine tolle Veränderung hätte es nicht gegeben, meinte der Arzt. Hier ein paar Haare mehr und hier ein paar weniger. Aber ich bin persönlich der Meinung dass

Regaine geholfen hat und viele haben mir das auch bestätigt.

Es könnte ja auch am sommerlichen "Fellwechsel" liegen und ich soll im Winter nochmal wiederkommen, sagt der Doc. Toll Wieder Kosten!

Wegen der trockenen Kopfhaut soll ich mir den mildereren Schaum besorgen. Das hab ich auch getan und gleich die 4-Monats-Packung des 5-prozentigen Rogaine Foam für teures Geld gekauft. Die müsste bei mir ja eigentlich 8 Monate reichen, denn wegen der höheren Dosierung soll ich sie ja nur einmal täglich anwenden. Meines Erachtens ist der Schaum aber nicht so genau wie mit der Pipette zu dosieren, sodass sicher mehr verplempert wird. Gestern hab ich also damit angefangen und müsste demnach bis ca. 27.09. mit der ersten Flasche reichen.

"Nur für Männer!" steht eigentlich als Warnhinweis auf der Dose. Naja, Männer sollen es ja 2x täglich benutzen und ich nur einmal. Ich hab mich für das abendliche Auftragen entschieden. Mal sehen, ob es besser wirkt, weniger Nebenwirkungen hat und ob es was schadet, dass ich eine woman bin. Vom flüssigen 2-prozentigen "Regaine für Frauen" hab ich auch noch 4 Pullen rumstehen. Irgendwann muss ich die auch noch verbrauchen.

Ich soll auf jeden Fall die Haartransplantation machen, sagt der Doc. Das wäre gar nicht schlimm und hinterher wäre ich froh, weil es so schön aussieht. Hm, ich kann mich aber nicht durchringen. Wenn da was schiefgeht...?! Und außerdem sind ca. 3.000,- Euro eine Menge Geld. Die Überzeugungsarbeit in der Praxis war ja sehr gut, aber ich bin noch unwillig. Erstmal weiter rumschmieren.