
Subject: progesteron fürs haar

Posted by [identity01](#) on Wed, 24 Aug 2011 15:18:40 GMT

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

hallo!

ich war heute neuerlich bei einem neuen frauenarzt. mittlerweile der 7. besuch bei einem arzt wegen den haaren (darunter hausarzt, frauenärzte, hautärzte und endokrinologe).

ich habe mir auf grund der erfahrung nicht viel erwartet. jedenfalls legte ich ihm meine ganzen befunde vor. und siehe da! seine antwort war nicht (wie bei all den anderen) "ist eh alles normal" sondern: "sie haben einen progesteronmangel"!! das höre ich zum ERSTEN MAL!

darauf hin meinte er, soll ich es mit einer haarlösung mit bioidentischem progesteron versuchen. 3 monate und dann sehen wir obs fruchtet. wenn das nichts hilft, dann kann man es (wegen meinem leicht erhöhten testosteron) auch mit etwas antiandrogenen versuchen. aber er tippt auf das progesteron.

dann meinte er noch, dass ich jedenfalls das vitamin D bestimmen lassen soll.

achja: ich habe ihm gesagt, dass ich keinesfalls mehr pille und co nehmen will und seine antwort darauf war... "DAS VERSTEHE ICH" (!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!)

ich bin platt! der erste arzt den ich das sagen höre, denn all die anderen meinten ja nur: "das einzige was hilft ist die pille".

ich hoffe nun so so so so so sehr, dass das mit der prog.-lösung klappt.

morgen muss ich dort wo sies zusammenstellen anrufen und bestellen. hoffentlich ist das bald fertig, so das ichs schon diese woche abholen und starten kann.

glg

Subject: Aw: progesteron fürs haar

Posted by [snickers](#) on Wed, 24 Aug 2011 20:01:18 GMT

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

Das ist doch super!

Ich freue mich für Dich, dass Du einen Arzt gefunden hast, der mal nicht sofort abbügelt wie sonst auch!

Kannst Du mir die Zusammensetzung der Lösung vielleicht mal schreiben, falls das auf dem Rezept steht?

Und sollst Du die täglich oder nach Zyklus wie eine Prog-Creme benutzen?

Ich frage mich, ob es etwas bioidentisches antiandrogenes gibt? Hat er dazu schon was gesagt?

Ich muss noch etwas bis zum Hormonstatus warten, werde mir dann aber wahrscheinlich meine "Behandlung" mangels Ärzteinteresse wohl weiterhin selber zusammenstellen, wenn ich die Ergebnisse habe.

Ich wünsche Dir viel Glück!

Lg
snickers

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [identity01](#) on Wed, 24 Aug 2011 20:24:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo snickers!

ich habe keine ahnung wie ich das verwenden werde. das erfahre ich alles, wenn ich mir die lösung hole. ich muss dazu mal morgen in einem (seinem?) labor anrufen und es bestellen. dort sagen die mir alles weitere. aber sobald ich weiß was drinnen ist, werde ich dir bescheid geben.

aber er meinte jedenfalls, dass wenn ich keine weiteren beschwerden (pms) habe die kopf-lösung reicht und die würde den restlichen körper nicht "belasten". ich bin aber selber gespannt, ob ich das zyklusabhängig verwenden muss.

genauers zu den anti-androgenen sachen weiß ich leider nichts - sorry!

glg

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [camelia](#) on Thu, 25 Aug 2011 13:14:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi liebe identity

Ich weissnoch wie viele Praxen ich besuchen musste,um ein Rezept fuer die bioidentische Progesteron betteln musste und jdesmal abgewiesen wuerde,bis sich eine Aerztin traute mir ein Rezept aus zu stellen.

Es wuerde mich auch echt ineteressieren was in diese loesung drinn ist,und wie viel Prozent Progesteron.

Der Hinweis Vitamin D ist auch nicht schlecht,bei mir war der wert nicht messbar!!!!

Woooowww endlich ein Artz der sich wohl auskennt,Gott segne ihn und lasse ihn 300 Jahre leben

,

Lass uns mehr wissen ,wenn du deine Loesung hast .

lg
camelia

Subject: Aw: progesteron fürs haar

Posted by [snickers](#) on Thu, 25 Aug 2011 13:31:44 GMT

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

Hallo Camelia,

wie lange nimmst Du schon Progesteron und hat es was bei Dir gebracht? Hattest Du vorher die Werte bestimmen lassen?

Bzgl. Vit D: ich sättige auch gerade auf, da mein Wert bei 18ng/ml lag. Habe von meiner Ärztin ein Rezept für Dekristol bekommen und seit heute elend Muskelkater im Nacken...wahrscheinlich zu wenig Magnesium dazu genommen. Falls Du das auch bekommst, kann ich Dir nur empfehlen, jetzt schon mit Magnesiumcitrat anzufangen, da der Bedarf bei Vit D Substitution enorm steigt und man dann (so wie ich) fröhlich Muskelschmerzen bekommen kann.

Lg
snickers

Subject: Aw: progesteron fürs haar

Posted by [camelia](#) on Thu, 25 Aug 2011 14:27:22 GMT

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

Hi liebe snickers

Ich nehme Dekristol auch, und bin damit innerhalb 6 Monaten von 0 auf 30 gekommen. Ich habe nachdem ich einmal auf der Strasse so heftige Muskelkrämpfe in beiden Beinen hatte, dass ich nur noch in schneckentempo gehen konnte, und nachdem ich hier im Forum Infos diesbezüglich erhalten habe, mir Magnesium Verla geholt. Kann nicht sagen, dass ich es immer einnehme, aber wenn ich dran denke. Progesteron nehme ich jetzt 3 Zyklen und habe jedesmal nur 7 Tage pausiert. Die 100 Gramm sollen für 2 Monate reichen, wahrscheinlich habe ich zu wenig genommen, denn es ist immer noch Creme übrig aber ich wollte nicht überdosieren,

Haarausfall ist momentan extrem schlimm, aber was mir aufgefallen ist, ist die Tatsache dass ich die letzten 2 Male keine Menstruationsschmerzen hatte, und das grenzt an Wunder. Habe die gerade wieder und bin wirklich sehr sehr gespannt, ob ich diesmal Regelschmerzen kriege oder nicht.

Was mir noch auffällt, ist, dass ich vorher trotz ausgeprägte Östrogendominanz nie Brustspannung hatte, jetzt kriege ich aber paar Tage vor der, mens empfindliche Brustwarzen. Ist es normal????

lg
camelia

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [snickers](#) on Thu, 25 Aug 2011 15:19:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, die Muskelschmerzen sind vom feinsten, obwohl ich erst diese Woche mit Dekristol angefangen habe. Als ob ich zwei Nächte auf einem Konzert Headbanging bis zum geht nicht mehr gemacht hätte

Unter Pilleneinnahme hatte ich auch weniger Probleme mit PMS.
Habe die Pille ja erst vor gut vier Wochen abgesetzt und vor zwei Wochen hatte ich auch empfindliche Brustwarzen. Hatte mich schon gefragt, ob mein Zyklus sich so schnell mit einem pünktlichen Eisprung wieder einpendelt.
Hatte meine Gyn darauf angesprochen und sie meint, das liegt oft an der hormonellen Umstellung.

Vielleicht ist das bei Dir auch der Fall, da Du ja mit Prog substituierst und der Körper sicher immer noch in der Anpassungsphase ist? Aber wenn sich die Regelschmerzen schon so doll dadurch gebessert haben, ist das doch schon super!
Ich wünschte, das würde sich auch bei mir bessern. Mit der Pille hatte ich wenigstens keine Krämpfe. Ohne Pille waren/sind die immer extrem schlimm und ich bin 1-2 Tage völlig außer Gefecht.
Bin schon auf den Hormonspiegel gespannt.
Drück Dir die Daumen, dass sich der HA mit Progesteron noch bessert!

LG
snickers

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [identity01](#) on Thu, 25 Aug 2011 17:55:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo!

also: ich habe heute die lösung bekommen. es ist 2%iges progesteron in einer alkohollösung. ich soll es immer abends (das hat die dame die mir das gegeben hat extra oft betont - also nicht in der früh) auf den kopf geben und einmassieren.
das progesteron wirkt nur lokal, da es eine so geringe menge ist. es geht zwar ins blut, aber dort ist es nicht einmal messbar.
von der menge her: "zwei pipetten".

danke für den hinweis mit dem magnesium!!
mein arzt meinte, ich soll mich nochmal melden, wenn das vitamin D unter einem wert von 30 ist.
nächste woche bekomme ich den befund.

liebe grüße!

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [snickers](#) on Thu, 25 Aug 2011 18:13:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die Rückmeldung. Einfach nur 2% Progesteron in Alkohol ohne weitere Zusätze wie Salicylsäure oder so? Ich drück Dir die Daumen, dass es klappt!

Der Vit D-Wert sollte mind. über 40ng/ml liegen, ich peile in den nächsten 4 Monaten die 50ng/ml an. Werde das aber nur z.T. über Dekristol machen, habe noch meinen Sommerurlaub in Spanien vor mir und hoffe, da reichlich aufbauen zu können.

Während der Einnahmephase kann man ruhig 600mg Magnesium(citrat) täglich nehmen, gerade anfangs scheint die Aufnahme durch das fehlende Vit D noch nicht richtig zu klappen und man bekommt trotzdem Muskelschmerzen. Außerdem sollte die Calciumzufuhr gesichert sein (normaler Bedarf liegt bei 800-1000mg täglich), da bei Vit D-Zufuhr beides vermehrt verbraucht wird. Calcium am besten über die Nahrung, ich nehme trotzdem 300mg Calciumcitrat täglich, weil ich das über die Nahrung nicht hinkriege. Wenn Du aber calciumhaltiges Wasser tagsüber trinkst, sollte das funktionieren (geht bei mir nicht, weil ich kein Sulfat vertrage und alle Wasser, die ich kenne, haben bei hohem Calciumgehalt auch reichlich Sulfat).

Lg
snickers

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [identity01](#) on Thu, 25 Aug 2011 18:38:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

leider steht nur auf der flasche progesteron 2%.. ich dachte das wars.. hmm..

magnesium und calcium.. dass muss ich mir merken. bin gespannt ob ich auch vitamin D zuführen muss. ich trinke nur leitungswasser. werde dann in der zeit wohl auf mineralwasser umsteigen!

danke dir nochmal für die infos!!

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [identity01](#) on Thu, 25 Aug 2011 19:02:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

aber ich muss ehrlich sagen.. die hoffnung und die euphorie die ich gestern nach dem arztbesuch hatte sind weg. so viele hier nehmen progesteron, vitamin D und helfen tuts nix (.

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [snickers](#) on Thu, 25 Aug 2011 19:18:50 GMT

Ich weiß aber ich glaube immer noch, dass viele relativ ungezielt alles mögliche nehmen. Lass nicht im Vorfeld schon den Kopf hängen. Und selbst wenn der HA davon nicht weggeht, ist es doch richtig, dass man einen Vit D oder Progesteronmangel behebt, wenn man denn auch einen hat. Und es kann Dir vielleicht in anderer Hinsicht besser gehen. Ich freue mich auch, wenn mir nicht mehr so duselig im Kopf ist, ich nicht so nah am Wasser gebaut bin, meine Müdigkeit besser wird und ich endlich mal wieder richtig durchschlafen kann und ich am nächsten Tag auch so richtig fit bin. Ist zwar leider noch nicht so aber ich merke, es wird besser.

Ich wünsche Dir auf jeden Fall, dass es anschlägt!

Lg
snickers

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [identity01](#) on Thu, 25 Aug 2011 19:26:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

danke - das wünsche ich dir auch ganz fest !!!!!!!

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [unwichtig](#) on Thu, 25 Aug 2011 22:09:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Identity01: hat die Lösung was gebracht, die du bekommen hast?

Shnickers: ich kenne das zu gut mit dem mangelnden Interesse von ärztlicher Seite. Ich habe mir einen chinesischen Hausarzt ausgesucht, weil ich dachte die sind gut. Er nimmt sich auch wirklich Zeit und fragt und verspricht mir seit 2 Jahren schön, dass er sich darüber mehr informieren wird, was der Grund sein könnte.

Das letzte mal als ich bei ihm war, hat er nun meine fast-Glatze im Vorderbereich des Kopfes gesehen und hat es sich ausnahmsweise verkniffen, mir zu sagen "Sie haben doch Haare auf dem Kopf!"

Weil er nicht weiter wusste und ich gar nicht mehr aus den Tränen kam, meinte er ich solle wieder zum Endo und meine Prolaktin-Werte testen lassen. Bei mir war ein Prolaktinom in der Hirnanhangsdrüse festgestellt worden. Aber der zweite Arzt hatte es wiederum dementiert. Nachdem er wieder zum x-ten mal von mir gehört hat, dass meine Eltern wirklich volle Haare haben und meine Schwestern und niemand diese Probleme hat (naja, die Haare von meinem Vater haben angefangen mit 65 sich zu lichten, was ganz normal ist und meine Mutter hat erst mit 57 etwas Haarausfall bekommen), sagte er, dass es wohl auch seltene Fälle gibt, dass man seine Haare nach einem Totalausfall nach einer Weile wieder zurückbekommt, wenn man

genetisch nicht vorbelastet ist.

Mich nimmt diese Sache so sehr mit. Ich will nur noch sterben.

Ich weiss es gibt schlimmeres, aber ich glaube ich wäre glücklicher mit Krebs oder irgendeine Krankheit, die zum Tod führt, als die Haare zu verlieren.

Ich habe jede Menge Probleme, die wirklich von keinem Arzt ernstgenommen werden. Meine Verdauung ist total am A*, nicht mal Abführmittel bringt noch was, schleppe also jede Menge Gifte in mir rum, meine Gelenke knacksen und knirschen und das soll normal sein, ich habe dazu noch Gelenkschmerzen. Ich bin ständig müde und kann mich NULL konzentrieren. Ich bin träge und Lustlos und es soll "alles normal sein".

Ich weiss so langsam nicht mehr was ich tun soll. Ich gucke jedem Menschen nur noch auf die Haare und versuche zu zählen, wieviele kleine Härchen nachwachsen, die bei mir nicht vorhandensind...

Ich werde wahnsinnig

Subject: Aw: progesteron fürs haar

Posted by [eisscholle](#) on Thu, 25 Aug 2011 22:28:01 GMT

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

Hallo Malance,

es tut mir leid, dass es Dir so gar nicht gut geht und wollt Dir nur sagen, dass ich Dir alles Gute wünsche! HA ist furchtbar für die Seele - auch wenn man 1000mal weiß, dass es angeblich Schlimmeres gibt. Ich kann Deinen Frust so sehr verstehen!

Liebe Grüße

Eisscholle

Subject: Aw: progesteron fürs haar

Posted by [snickers](#) on Fri, 26 Aug 2011 04:53:24 GMT

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

malance schrieb am Fri, 26 August 2011 00:09

Mich nimmt diese Sache so sehr mit. Ich will nur noch sterben.

Ich weiss es gibt schlimmeres, aber ich glaube ich wäre glücklicher mit Krebs oder irgendeine Krankheit, die zum Tod führt, als die Haare zu verlieren.

Bei allem Verständnis, dass man manchmal echt verzweifelt ist, ist so ein Satz ein Schlag ins Gesicht für Menschen, die sich genau damit auseinandersetzen müssen!

Man sollte wirklich versuchen, die Dinge in der richtigen Relation zu sehen, ja es gibt Dinge, die sind um einiges schlimmer und zwar nicht nur angeblich! Klar, das hilft nicht immer, dass man es rein intellektuell weiß, sich aber nunmal besch... fühlt aber sag` sowas mal zu jemandem, der

hochschwanger ist und deren Partner Krebs hat. Wenn ich das sehe, weiß ich, dass der HA zwar immer noch scheiße ist aber tauschen möchte ja wohl nun wirklich niemand, weil man damit glücklicher wäre.

snickers

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [identity01](#) on Fri, 26 Aug 2011 07:51:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:hat die Lösung was gebracht, die du bekommen hast?

ich habe keine ahnung.. habe ja erst gestern damit angefangen!

ich wünsche dir alles gut und ich hoffe sehr, dass du aus diesem tief herauskommst.

snickers hat recht, krebs zu haben ist wirlich nicht die wünschenswerte alternative zu haarausfall...

lg

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [Cora](#) on Sun, 28 Aug 2011 23:39:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mein Thema ...

Bin ja hier, weil ich seit 3 Jahren Haarausfall habe. Nu hatte mein Freund und Lebensgefährte (7 Jahre ein Paar, seit 3 Jahren gemeinsame Wohnung) vor einem Monat die Diagnose Mundhöhlenkrebs.

Seitdem sind wir beide durch die Hölle gegangen. Das hab ich zwar vorher auch schon zu einer Phase meines Haarausfalls gesagt, aber jetzt weiß ich: Hölle geht noch schlimmer.

Mein Haarausfall ist immer noch da und belastet mich nach wie vor. Und ich bin weit davon entfernt, irgendeiner Leidensgenossin hier erzählen zu wollen, dass das doch alles gar nicht so schlimm ist ... ich WEISS, wie schlimm es ist. Aber die Option zu sterben ist definitiv schlimmer. Hab ich die Wahl zwischen sterben mit vollem Haar oder noch ne Weile leben mit schütterem ... ich nehm Letzteres! Unbedingt.

Mein Freund ist übrigens mittlerweile operiert und momentan krebsfrei. Allerdings kann er nicht kauen und nur sehr schlecht sprechen. Stelle fest: Auch diese beiden Dinge sind / wären mir wichtiger als volles Haar. Was es nicht alles gibt, was man für selbstverständlich hält ... bis es weg ist.

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [flame](#) on Mon, 29 Aug 2011 07:44:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Cora,

kommen bei Dir/Euch denn evtl. Wohnungsgifte in Frage?

Was Deine Prioritätenverschiebung betrifft, kann ich Dich absolut verstehen.
Trotzdem finde ich es einfach sinnlos, dass wir Menschen oft so grausam gequält werden müssen - sei es "nur" mit Haarausfall oder eben mit wirklich schlimmen Dingen wie Krebs.

Ich wünsche Deinem Freund alles Gute - vor allem dass er weitere Besserung erfährt und sich der Zustand dann dauerhaft stabilisiert.

Liebe Grüße,
flame

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [camelia](#) on Mon, 29 Aug 2011 18:28:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

liebe Cora

Dir und deinem freund wunscheich Alles Gute

Ig
camelia

Subject: Aw: progesteron fürs haar
Posted by [Cora](#) on Mon, 29 Aug 2011 23:17:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke euch, flame & camelia, für die lieben Wünsche.

Ich wollte hier eigentlich gar nix davon schreiben, ist ja ein Haarausfall-Forum und kein krebsiges
Aber dann hats grad doch gut gepasst, und ich selbst finde es wirklich unglaublich, wie sehr sich die Gewichtungen verschieben können.

An Umweltgifte hab ich so gaaanz lapidar auch schon mal gedacht. Aber ich glaub, dem nachzugehen ist ne Angelegenheit, die ich mir finanziell nicht leisten kann ...
