

---

Subject: mal etwas POSITIVES

Posted by [nilufar](#) on Tue, 13 Sep 2011 11:38:14 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

ich wollte euch von meinem aktuellen Stand berichten. Ich möchte jetzt nicht ausführlich darauf eingehen wie alles begann,.. für diejenigen die das interessiert, können ja einfach mal Suchen, da gibt es genug Beiträge von mir!

Nur so viel dazu: mein HA begann schon vor der Einnahme der Pille und wurde über die Haare mit der Einnahme schleichend schlimmer.. bzw ich hatte keinen Ausfall, es wuchs einfach nichts mehr nach.

Mein kompletter Kopf war dicht, d.h Scheitel und auch Diffus.  
Heute bin ich einfach nur HAPPY! Ich hab natürlich keine Löwenmähne, aber mein Status hat sich DEUTLICH gebessert. Sowohl mein Oberkopf, als auch der diffuse teil.

Was ich gemacht habe:

- Vor ca 11 Monaten Pille abgesetzt
- L-Thyroxin erhöht
- erst Einnahme von 5mg Fin, seit Monaten aber schon nur 2,5mg
- seit knapp 1 Jahr 5% Minox verdünnt mit Wodka, 1x abends.. d.h ich trage eig nur ca 2% einmal am Tag auf
- seit ca 6 Monaten cremen von Progeresteron 10%

Ich weiss jetzt natürlich nicht was mir genau geholfen hat, viell ist es auch ein Zusammenspiel von allem.. aber mir ist das ehrlich gesagt auch egal!

Ich weiss Minoxidil wird von einigen als "Risikomedikament" dargestellt.. aber im Netz findet man zu ALLEM schreckliche Berichte und wie schon oft erwähnt, bei einer Aspirin Tablette gibt es auch nicht gerade harmlose Nebenwirkungen. Im Endeffekt muss das jeder für sich wissen, ich bin froh darueber mich dafuer entschieden zu haben!

Psyche:

Ich habe schon vor Monaten aufgehört das Forum zu besuchen. Nicht falsch verstehen, es ist toll und hat mir auch wirklich sehr geholfen und ich bin auch sehr Dankbar, allerdings ziehen einen die negativen Berichte immer runter!

Ich habe aufgehört mir Gedanken zu machen ich hätte bald eine Glatze oder ähnliche schreckliche Vorstellungen. Ich hab einfach mit den negativen Gedanken aufgehört! Hab allerdings auch viel darüber gelesen, wie Gedanken den Körper beeinflussen oder auch einige Bücher die sich mit Esoterik befassen. Mir hats geholfen und gut getan! Kann ich nur empfehlen

Ich habe in den letzten Jahren echt viele Tiefpunkte gehabt und sehr viel durchgemacht. Mir war es wichtig diesen Bericht zu schreiben, um zu zeigen das man nicht aufgeben sollte!

In diesem Sinne wuensche ich euch allen einen schönen Tag und wenn ihr fragen habt, koennt ihr mir gerne schreiben!

Lg nilu

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [flame](#) on Tue, 13 Sep 2011 13:12:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo nilu,

erst mal herzlichen Glückwunsch zu Deiner positiven Entwicklung!

Ich finde Deinen Bericht super - danke, dass Du diese Deine Erfahrungen mit uns teilst!

Zitat:Ich habe aufgehört mir Gedanken zu machen ich hätte bald eine Glatze oder ähnliche schreckliche Vorstellungen. Ich hab einfach mit den negativen Gedanken aufgehört! Hab allerdings auch viel darüber gelesen, wie Gedanken den Körper beeinflussen oder auch einige Bücher die sich mit Esoterik befassen. Mir hats geholfen und gut getan! Kann ich nur empfehlen

Ich bin mir dieser Zusammenhänge sehr stark bewusst, lese dazu sehr viel und setze es auch teilweise um. Leider brechen alte Muster dann doch immer wieder sehr durch, ein Teufelskreis.... Welche Literatur hat Dich v.a. weitergebracht?  
Ich lese derzeit viel von Osho, was mir sehr gut tut.

Danke Dir und liebe Grüße,  
flame

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [unwichtig](#) on Tue, 13 Sep 2011 14:53:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

auch von mir herzlichen Glückwunsch zur Besserung deines Haarausfalls

Ich würde gerne wissen, wie du darauf gekommen bist, die Progesteroncreme zu benutzen. Hatte es ein Arzt empfohlen oder hattest du es dir selbst verschrieben?

LG

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [nilufar](#) on Wed, 14 Sep 2011 11:44:06 GMT

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

---

Dankeschön!

Ich war bei einer Ärztin gewesen, die sich mit natürlichen Hormonen befasst.. und laut meines Speicheltests hat sich ergeben das ich Progesteron Mangel habe, aufgrund der jahrelangen Einnahme der Pille!

Lg

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [shania01](#) on Wed, 14 Sep 2011 12:12:21 GMT

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

---

Das freut mich auch zu lesen. Ich habe auch gemerkt das die eigene PSYCHE und Einstellung durch das ständige lesen der Einträge einen mehr runterzieht. Seit meiner 3 prozentigen Creme gehts auch etwas besser.

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [nilufar](#) on Wed, 14 Sep 2011 12:34:27 GMT

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

---

ops,.. sorry, ich hab auch das 3%!!! Weiss gar nicht wie ich auf 10 gekommen bin!

Ich weiss nicht ob es an Prog liegt, aber ich fuehle mich soo gut! Von schlechter Laune und depris keine Spur mehr!

shania01 etwas besser ist besser als gar nicht!! Druেকে dir die Daumen!!

Bei mir sprießen auch nicht ueberall die neuen Haare raus, wie es bei Ajune (oder so ähnlich hieß sie?) der Fall war,.. hat sich alles schleichend gebessert!

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [maurizio](#) on Wed, 14 Sep 2011 18:34:51 GMT

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

---

Liebe Nulifar,

eine Frage, wie lange hast du das Prog genommen bis Du eine Verbesserung verspürt hast?

Ich nehme es jetzt seit 3 Monaten, habe gerade mit dem 4. Monat angefangen, und ich glaube es wird etwas besser...ich wills ja mal wieder nicht verschreien!!!!

Nici

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [identity01](#) on Wed, 14 Sep 2011 19:17:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo maurizio,

also das mit den drei monaten und der besserung ab dem 4ten monat klingt schon sehr plausibel, da ein haarzyklus ca. 3 monate dauert und man eben besserungen eben erst ab diesem zeitpunkt merkt. aber auch ich will dir nichts beschreiben und sage nicht mehr dazu (außer, dass ich mich, wenns wirklich besser ist, für dich freue)!

was mich interessiert: hast du die borreliose-therapie gemacht?

glg

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [nilufar](#) on Wed, 14 Sep 2011 21:21:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo maurizio,

hatte irgendwo gelesen gehabt das es mind. 3 monate dauert, bis man etwas verspürt.. und ich nehme es mittlerweile seit 6 monaten! ich denke das ist ganz individuell. hatte mal iwo gelesen das es sogar bis zu 12 monaten dauern kann.

die verbesserung nehme ich auch jetzt erst wahr. wie gesagt, keine löwenmähne u es ist auch noch etwas licht, ABER auf jeden fall eine besserung! 2 freundinnen haben mich nach 2 jahren gesehen und beide haben unabhängig voneinander gesagt das meine haare voller geworden sind!

lg

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [maurizio](#) on Thu, 15 Sep 2011 05:28:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo identitiy,

also das mit den 3 monatszyklus der haare kann ich nicht bestätigen, da, als ich die neoeunomin genommen habe ich schon nach ca. 2 monaten eine verbesserung bemerkt habe.

ja ich mache gleichzeitig noch diese kräutertherapie für das immunsystem gegen die borrelien und ich nehme ja auch noch die verschiedensten Nems wie Eisen, Selen, B12...

ich weiss nicht woran die besserung liegt, habe aber beschlossen jetzt einfach so weiter zu machen.

die kräutertherapie dauert ja ca. 12 monate, die nems solange bis ich nach einer analyse bestätigt bekomme, das alle speicher wieder voll sind. tja und das prog weiss ich auch nicht, wie lange man das jetzt nimmt, ob für immer oder nur solange bis die speichelanalyse ergeben, das alles okay ist...

was ich bemerke ist, dass es mir etwas besser auch geht was die anderen syptome betrifft wie migräne (hatte ich schon lange nicht mehr) oder schwindel,

ich halte euch auf jeden fall auf dem laufenden.

nici

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [maurizio](#) on Thu, 15 Sep 2011 12:06:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo ihr lieben,

wollte nur nachtragen, dass ich es schon wieder verschrieen habe. nehme nun nach meinen tagen den 2 tagen wieder prog,(mache immer eine woche pause) und seit heute habe ich wieder unglaublichen haarausfall....so ein s.....

nici

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [flame](#) on Thu, 15 Sep 2011 13:17:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo nici,

versuche "trotzdem" guten Mutes zu bleiben - ein einziger Tag macht doch nicht den bisherigen

Erfolg zunichte!

Es bedeutet ja nicht, dass es morgen und übermorgen und in einer Woche noch genauso schlimm ist.

Merkst Du denn ansonsten Veränderungen an Deinem Körper/Befinden?

Alles Gute und liebe Grüße,  
flame

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [maurizio](#) on Thu, 15 Sep 2011 15:20:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo flame,

ja ich weiss, nur die ruhe, ist manchmal aber echt schwer....  
tja seit ich das prog nehme habe ich 1 woche vor meinen tagen und die woche während meiner tage einen megabusen, so wie früher unter der pille. danach schrumpft er wieder  
sonst kann ich nur sagen, dass meine miese laune vor meinen tagen und währenddessen nicht mehr ganz so schlimm ist, aber erst seit diesem monat  
und dass ich eben keinerlei migräneattacken mehr hatte seit ich das prog nehme.

liebe grüße  
nici

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [flame](#) on Thu, 15 Sep 2011 15:33:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo nici,

Du hast ja nicht "nur" die Progesteroncreme auf dem Programm, sondern noch so einiges andere.... Gibt es da evtl. auch einen (zeitlichen) Zusammenhang?

Mir geht es vom Allgemeinbefinden her jedenfalls zunehmend besser, seit ich den ganzen NEM-Cocktail zum Teufel gejagt habe und nur noch B12 nehme. Evtl. kann man auch zuviel des "Guten" tun, erst recht Gleichgewichte durcheinanderbringen (hochdosiertes Zeug kann relative Mängel an was anderem erzeugen) und im Grenzfall sogar Vergiftungserscheinungen bewirken - lasse Dich also gut überwachen, wenn Du so Zeugs wie Kalium hochdosiert einnimmst!! Habe auch schon gelesen, dass selbst D3 nicht soooo unproblematisch und harmlos sein soll, wie es einem immer weisgemacht wird.

Geblichen sind bei mir nun "nur" der Haarausfall und die damit verbundenen

Depressionsschübe.

Wassereinlagerungen in der Brust hatte ich früher mal zusammen mit noch anderen Symptomen, die in ihrer Gesamtheit auf eine Gelbkörperschwäche hinwiesen. In diesem Zusammenhang ist eine Zyklusbeobachtung inkl. morgendlicher Temperaturmessung interessant, weil auch die Länge der zweiten Zyklushälfte sehr aussagekräftig ist.

Mein (gesamter) Zyklus hatte sich während der Akupunkturphase um ca. 3 Tage verlängert auf einen Wert, den ich früher in gesunden Zeiten immer hatte; seit den NEMs sind diese 3 Zusatz-Tage wieder weg.

Liebe Grüße,  
flame

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [maurizio](#) on Thu, 15 Sep 2011 15:46:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nochmals ich flame,

das wirklich dumme ist, dass ich alles zeitgleich angefangen habe (mit 2 wochen verschiebung mit der borreliosetherapie). insofern kann ich wenn es wirklich besser wird, nicht wirklich sagen was es ist, allerdings fehlt mir nach 2 jahren und 2 monaten langsam die geduld, alles nacheinander zu machen. immunsystem aufzubauen kann ja mal auf keinen fall schaden, denke ich, ausser es wäre jetzt eine autoimmunkrankheit, was ich ausschliesse.

tja und die nems nehme ich wirklich vorsichtig dosiert, hatte z.b. im urlaub komplett auf D2 verzichtet, da den ganzen tag an pool oder strand wohl ausreichen.

eisen nehme ich momentan nur während meine tage, da diese stark sind und ich ja einen eisenmangel diagnostiziert bekommen habe. und ich habe vor nächsten monat mal wieder alle werte kontrollieren zu lassen, falls dann rauskommt das eisen immer noch zu wenig ist, nehm ich es mal 3 monate durch.

ich denke alle 4 monate eine kontrolle ist ausreichend, auch was den progesteronwert betrifft, oder was meinst du?

nici

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [flame](#) on Thu, 15 Sep 2011 16:12:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo nici,

was das Progesteron betrifft, kenne ich mich nicht so wirklich damit aus. Aber ich rate Dir jedenfalls dazu, mal einen Zyklus lang eine Temperaturkurve zu führen, zwecks Auswertung können wir ggf. dann hier diskutieren, oder per PN.

Diese Kurven wären interessant gewesen im Vergleich vor und nach der Progesteroncreme.

Hat sich denn an der Zykluslänge etwas geändert?

Zu den NEMs nochmal - wie gesagt bin ich aufgrund meiner Erfahrungen sehr kritisch geworden, siehe z.B. (unter anderem) <http://www.esowatch.com/ge/index.php?title=Vollblutanalyse>, habe ich hier im Forum kürzlich schon mal gepostet (ist das andere "Extrem" von der Anschauung her - aber es schadet ja nicht, sich die verschiedenen Richtungen mal einzuverleiben und sich dann eine Meinung zu bilden.)

Manche NEMs können nicht so leicht überdosiert werden, aber z.B. mit Kalium muss man sehr aufpassen (google mal nach Kalium-Überdosierung; sowas ist nicht lustig) - hat man gar mit den Nieren Probleme, ist Kalium unter Umständen komplett kontraindiziert. Habe ich alles erst nach und nach mühevoll durch Recherchen (habe zu sämtlichen Einzelsubstanzen viele viele Seiten konsultiert) rausgefunden, nachdem es mir mit den NEMs so absolut dreckig ging und ich mich zunehmend vergiftet gefühlt habe.

Ich halte viele NEMs für einen großen Eingriff in die Natur..... wir Menschen werden hoffentlich ja nicht eine komplette Fehlkonstruktion sein (nein, sonst hätte die Menschheit nicht so lange überlebt, und dies ganze ohne dieses Zeug).

Nachdem wir hier alle Haarausfall haben, probieren wir natürlich alles mögliche aus und sind insbesondere empfänglich für Behandlungen jenseits der Schulmedizin....

Ich möchte hier niemanden "beeinflussen", aber generell zu einer möglichst differenzierten Herangehensweise raten, nachdem ja momentan so viele ihre Hoffnungen auf die "Mikronährstoffe" setzen (nicht nur hier im Haarausfallforum)..... Hintergrund ist natürlich meine eigene sehr schlechte Erfahrung - die hoffentlich niemand sonst hier machen muss!!

Liebe Grüße,  
flame

PS: Zitat:Kalium: Überdosierung und Überschuss

Bei Übersäuerung oder bei Niereninsuffizienz kann es zur lebensbedrohlichen Hyperkaliämie (Kalium-Überdosierung) kommen. Auch Bluttransfusionen, Verbrennungen, Infektionen oder Nierenerkrankungen sind oft die Ursache für einen Kalium-Überschuss im Körper. Dabei besteht die Gefahr von Herzrhythmusstörungen bis hin zum Kammerflimmern. Weitere Symptome einer Kalium-Überdosierung sind Durchfall, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Muskelschwäche und Krämpfe. Da Kalium die Nieren zur Harnproduktion anregt, kann es bei einem Überschuss auch zu verstärktem Harndrang kommen.

Entnommen aus [www.gesundheit.de](http://www.gesundheit.de)

Ich hatte etliche Symptome davon + massive Schwäche + starken Blutdruckabfall.  
Den verstärkten Harndrang interpretierte der Arzt als Zeichen von Kaliummangel, worauf die Dosierung verdreifacht wurde und ich erst recht komplett abstürzte.

Das ist natürlich ein Extrembeispiel - zeigt aber, dass NEMs nicht von Vornherein "harmlos" sind und man sie einfach mal ausprobieren kann.

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [shania01](#) on Thu, 15 Sep 2011 18:27:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte schon vor 4 Monaten mit einer 1%igen Prog.creme begonnen und eine leichte Besserung des HA gemerkt. Nach nun 2 weiteren Monaten mit der 3%igen Creme ist es nocheinmal etwas zurückgegangen.  
Das der Haarzyklus immer 3 Monaten braucht, glaube ich nicht. Das ist individuell. Ich denke unter der hohen Progesterongabe ist es ähnlich wie mit der Pille, der Wachstumszyklus bzw. die Ruhephase ist einfach länger.  
Ich warte schon seit 15 Monaten auf eine Besserung und die Hoffnung das mehr nachwächst. Mehr als warten oder rückgängig machen kann man ja leider nicht.  
Eine Kurve führe ich auch seit dem Beginn der Creme und von meinen anfänglichen Zickzack-Kurven habe ich nun endlich eine schöne Kurve mit Hochlage und Eisprung.  
Außerdem sinkt die Kurve auch nicht ab und der Zyklus ist so um die 29/30 Tage, ich denke da hat die Creme schon gut geholfen.  
Nur übertreiben darf man es nicht um alles durcheinander zu bringen bzw. eine Zwischenblutung zu riskieren.

Viele Grüße Shania

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [maurizio](#) on Thu, 15 Sep 2011 18:36:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo flame,

komisch, ich hatte zwar die ersten 3 wochen kalium genommen, aber irgendetwas hat in mir gesagt ich brauch das nicht.  
seitdem nehme ich es nicht mehr.

was ich mittlerweile noch alles nehme:  
B12 (1. Woche 1 injektion, 1 woche per kapsel täglich), magnesium,  
kalcium, D2

Leider ging mir das Selen aus und auch meine Darmsanierungskapseln die ich gegen die Borrelien nehmen soll sind auch aus.

und wie gesagt kalium steht bei mir noch halbvoll rum, wollts aber irgendwie nicht nehmen...nachdem was ich da von dir gelesen habe, gut so.

nici

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [camelia](#) on Fri, 16 Sep 2011 02:11:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi liebe Nilufar

Ich frue mich riesig fuer dich.

Wowwwwwww endlich wieder eine, die es geschafft hat. Leute schaut es kann immer besser werden.

Die Entscheidung, dich nicht gedanklich so weit runterziehen zu lassen finde ich super, bin jetzt mittlerweile auch da angekommen.

Wenn ich so lese, dass du Progesteroncreme 10% verwendest, ueberlege ich mir jetzt, ob ich nicht auch den 10% nehmen sollte

Habe ja so tolle Ergebnisse (wegen PMS) durch die 3% Creme erreicht vielleicht ist die 10% noch besser?

Hast du deine Creme von der K. Apotheke in Muenchen? Und wenn ja, kannst mir bitte hier oder per PN mitteilen, wie viel du fuer die Creme bezahlt hast? Ich bezahle fuer 100 Gramm 3% fast 60 Euro, nicht dass sich der Preis bei dem 10% verdreifacht!!!!

Danke dass du uns dein Erfolg mitgeteilt und uns Hoffnung gemacht hast.  
Wuensche dir Alles Gute, und noch mehr schoene Haare.

Lg  
camelia

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES  
Posted by [camelia](#) on Fri, 16 Sep 2011 02:15:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Na da war ich wieder so ungeduldig und habe geantwortet, bevor ich die anderen Beitrage gelesen habe  
Ok, dann nimmst du auch den 3%.

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

---

Posted by [camelia](#) on Fri, 16 Sep 2011 02:23:18 GMT

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

---

Hi Maurizio

Ist ja interessant, da haben wir fast zeitgleich mit der creme angefangen.

Bin auch in der 4 Zyklus. Ich habe extremen Haarausfall, aber seltsamerweise habe ich nicht das Gefühl, dass sich der Haarstatus dadurch wesentlich verschlechtert hat, Neuwuchs im den Sinne merke ich aber dennoch nicht!

Ig  
camelia

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [nilufar](#) on Sun, 18 Sep 2011 09:27:19 GMT

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

---

merci liebe camelia

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [maurizio](#) on Sun, 18 Sep 2011 10:03:28 GMT

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

---

hallo camelia,

ja auch ich habe momentan das gefühl, das sich das mit den haaren bessert, auch wenn ich an waschtagen immer noch unmengen haare verliere. aber beim durchkämmen verliere ich weitaus nicht mehr soviel wie vorher. benütze momentan sogar so eine borstenhaarbürste, das hätte ich vor 2 monaten nie getan, da ich zuviel angst hatte, noch mehr auszurupfen. ich glaube zu bemerken, dass vor allem an den seiten und oben am kopf, mehr haare sind als zuvor, an den seiten fangen sie an sich zu kringeln...

na das wäre ja mal was, oder?

nici

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [maurizio](#) on Wed, 28 Sep 2011 18:42:30 GMT

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

---

hallo ihr lieben,

wollte nur nachtragen, dass sich der haarstatus wieder erheblich verschlechtert hat, und was noch dazu kommt, meine laune ist momentan am boden...

glaube mir tut das prog nicht gut.

ich glaube ich hör damit auf, fühlt sich alles nicht gut an.

wie bei der pille, nach 3 monaten ging meine stimmung immer mehr bergab...einmal habe ich 6 monate ausgehalten, da war ich dann aber wirklich nahe der depression (oder schon drin).

nici

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [nelli](#) on Wed, 28 Sep 2011 20:24:58 GMT

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

---

Hallo Nici,

das tut mir leid zu hören, dass es doch wieder schlechter wurde, nachdem du doch dachtest es wird besser.

Du glaubst, dass dir Progesteron nicht gut tut? Ich habe ja leider auch schlechte Erfahrungen damit gemacht. Innerhalb weniger Monate war es trotz geringer Dosierung plötzlich zu hoch. Ich habe seit Monaten Haarausfall und extrem schlechte Haare. 12 Jahre lang war mein Problem "nur", dass die Haare nicht nachwachsen und die kurzen ausfielen, seit der Progesteroneinnahme fallen plötzlich alle aus, die kurzen, die langen...echt schlimm.

Ich mache in 10 Tagen nochmal einen Speicheltest und dann mal sehn. Vielleicht war es auch nicht gut, dass ich es abrupt abgesetzt habe, nachdem der letzte Wert im Speicheltest so hoch war. Vielleicht hat auch das Absetzen nochmal für eine Verschlechterung gesorgt, aber was soll ich anderes machen, wenn der Wert zu hoch ist und mir die Haare ausgehen wie verrückt. Ich hoffe irgendwie, dass mein Körper bzw., mein Haarausfallmuster wenigstens wieder in den Zustand kommt, der vor Progesteron da war. Das wäre schon mal deutlich besser als das was jetzt ist.

Hat es denn bei dir lange gedauert, bis das Progesteron wieder gesunken war (es war bei dir doch auch mal viel zu hoch, oder?) Hast du denn jetzt ein gutes Verhältnis zu Östradiol oder musst du noch weiter Progesteron nehmen?

Sollte ich wenigstens wieder den Zustand von März erreichen, weiß ich auch nicht, ob ich jemals noch mal Progesteron nehmen soll. Wenn, dann ganz wenig. Alle anderen Hormone waren bei mir in den letzten Jahren immer gut. Erst seitdem Progesteron so hoch ist, waren auch wieder die männlichen Hormone an der oberen Grenze. Es hat wirklich viel durcheinander gebracht bei mir.

Liebe Grüße  
Nelli

---

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [flame](#) on Wed, 28 Sep 2011 20:40:51 GMT

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

---

Also ich habe zwar keine Erfahrung mit der Progesteroncreme, dafür aber mit diversen anderen Behandlungsversuchen.

Inzwischen kann ich mir gut vorstellen, dass diese ganzen Eingriffe ins natürliche Gleichgewicht erst recht alles mögliche durcheinanderbringen.

Aus einem anderen Forum kenne ich eine Frau, die ebenfalls starken Haarausfall bekommen hat: sie schrieb mir, dass sie sich dann überlegt hat, was dem Haarausfall für Behandlungen (wegen anderer Beschwerden) vorausgegangen(!) waren. Es handelte sich dabei um Eiseninfusionen, Zinksubstitution und Progesteroncreme.

Nun, man kann natürlich nicht alle in einen Topf werfen, und jeder Mensch ist verschieden, hat seine eigene Geschichte, seinen eigenen Weg usw.

Aber ich gebe hier einfach mal zu bedenken, dass seit relativ kurzer Zeit bestimmte Methoden einfach "Mode" sind und viele aus Verzweiflung auf den Zug aufspringen.

Durchschlagende und langfristige Erfolge bei einer Vielzahl an Betroffenen konnte ich hier (oder sonst wo) noch von keiner Methode lesen.

Zufällig sind diese diversen Behandlungen natürlich alle aus dem alternativmedizinischen Bereich, klingen total toll und schlüssig und müssen aber leiiiider alle selbst bezahlt werden.

Mein Mitgefühl hat jedenfalls jede von Euch, die nach großer Hoffnung wieder enttäuscht worden ist - und ich wünsche mir/uns, dass wir alle doch noch irgendwie unseren Knoten zum Platzen bringen.

Alles Liebe,  
flame

---

Subject: Aw: mal etwas POSITIVES

Posted by [maurizio](#) on Thu, 29 Sep 2011 06:40:43 GMT

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

---

liebe flame,

ja da hast du leider recht. ich las hier viel über prog, kaufte mir bücher, las sie, suchte mir eine ärztin und war mitten drin.

ich glaube auch dass man einfach anfällig wird für jegliches mittelchen, sobald jemand eben etwas positives darüber schreibt.

überlegt habe ich erst vor kurzem, ob das der richtige weg ist, als ich las, das auch prog krebs fördern kann. bisher war ja überall die rede davon, dass das 'nur gut' ist, egal für was. stimmungsschwankungen, gewichtsreduzierung, haut und haare, belastbarkeit....

leider kann ich dies überhaupt nicht bestätigen.  
ich nehme zur zeit echt eine ganz geringe dosis, und trotzallem  
reagiere ich von monat zu monat extremer darauf, leider im negativen.

ich werde es jetzt langsam ausschleichen, über ein paar monate,  
um nicht wieder den gleichen fehler zu machen und meinen  
körper wieder in ein hormondilemma zu manövrieren.

und wieder war große hoffnung da, und wieder wurde diese massiv zerstört...

nici

---