

---

Subject: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann helfen

Posted by [Marion83](#) on Fri, 10 Feb 2012 13:02:25 GMT

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

---

Liebes Forum,

seit ca. Juni 2011 leide ich nun an Haarausfall, anfangs nicht ernstgenommen, ab September dann Ärzte-Odyssee. Von den Hautärzten kam nur "diffuser Haarausfall" unklarer Ursache und/oder androgenetische Alopezie. Ein Zufallsbefund "erhöhtes Prolaktin) führte zum Endokrinologen, hier ergaben sich m.E. einige Baustellen (evtl. latente SD-UF, mgl. Prolaktinom, zu geringe Androgene und weibliche Hormone, ...). Die Endokrinologen meinen daran könne der Haarausfall nicht liegen, aber das glaub ich nicht, zumal es haufenweise gegenteilige Infos selbst in Lehrbüchern gibt. Dennoch weiß ich nun nicht wo ich so recht ansetzen soll. Wäre super dankbar, wenn ihr euch die Zeit nehmt, den nachfolgenden Info-Wust zu lesen und mir Rat zu geben.

Start Haarausfall, Juni, zunächst ignoriert (sommerlichen Haarausfall kenn ich schon, der geht sonst vorbei), außerdem in Sommer: super viel Stress, Erschöpfung, kurze Phase mit nächtlichen Schweißattacken

nachfolgend meine Befunde (in Auszügen...)

Untersuchungen Hausarzt:

WERT ---> 26.09.2011---> 14.10.2011 --->[ Norm]  
TSHB --> 3,11 mu/l --> 2.63 mU/l --> [0.4-4.09]  
FT3 --> 4.57 pmol/l--> 4.85 pmol/l-->[3.8-6.0]  
FT4 --> ... --> 8.88 pmol/l--> [7.9-14.4]  
MAK--> ... --> 26U/ml -->[<60]  
TRAK--> .. ---> negativ  
Ferritin--> 56µg/l -->54µg/l - -->[11-307]  
Vit B12 -->117pmol/l -->363pmol/l -->[133-674]  
Kupfer--> ... -->27.9µmol/l --> [11.6-19.2]  
Prolaktin-->.. -->1220mIU/l--> erhöht

zu niedrig: Testosteron, Testosteron bioverfügbar, Progesteron

zu hoch: Kupfer, Triglyceride

Werte unter Valette im Langzyklus (nehm ich seit über 10 Jahren, bislang keine Beschwerden)

ab 26.09. Vit B12 Spritzen begonnen

ab 14.10. Eisen und Zink substituiert, außerdem Pantovigar, Vit-B-Komplex, Kieselsäure, Vitamin D (erst Sana Pro Calcium Biotin D3, dann Calcium + D3 von dm), Biotin

Endokrinologe 1 (13.12.2011):

Ultraschall: bds. verkleinerte SD (re 2.2 cm<sup>3</sup>, li 2.0 cm<sup>3</sup>), echoarmes inhomogenes Echomuster, keine Knoten

Blutwerte

Anti-TPO-AK <10 [<100]  
FT4 9.15 [10.2-24.4]  
FT3 3.33 [1.8-4.2]  
TSHB 2.23 [0.4-2.5]  
FSH <0.1 [1-19]  
LH <0.1 [0.7-13.8]  
ACTH 5.62 [10.3-48.3]  
IGF-1 89 [117-329]  
Triglyceride 2.43 [<2.3] --> schon jahrelang erhöht  
Prolaktin 41 [1.9-25]  
SHBG >180 [18-144]

ab Ende Dezember nehm ich nun gegen das erhöhte Prolaktin Dostinex 0,5mg zweimal 1/2 Tbl wöchentlich;

sollte L-Thyroxin 50 nehmen wegen Verdacht auf Hashimoto, habe ich aber nicht, da Prolaktin und Schilddrüse in einem Regelkreis hängen und ich dachte, ich versuch erst mal bei einem anzusetzen, um nicht unnötig Medikamente zu nehmen, zumal ich kaum Beschwerden hatte die für SD-UF typisch sind; seit Dostinex weniger müde, weiterhin Durchschlafschwierigkeiten

MRT: Ergebnis "mögliches Prolaktinom" (also weiterhin unklar, ob erhöhtes Prolaktin durch Prolaktinom oder anderweitig bedingt ist)

Endokrinologe 2:

Ultraschall: SD sei "zu dunkel"; Volumen gesamt 7ml

Blutwerte (11.01.2012):

Ferritin 82.1 [20-400] nehme ich weiterhin

B12 401 [191-663] nehme ich weiterhin

FT3 2.7 [2.0-4.4]

FT4 9.6 [9.3-17.4]

TSHB 2.09 [0.27-2.5]

TGK 17.5 [0-115]

TRAK 0.68 [0-1.75]

ACTH 4.7 [4.7-48.8]

Corstisol 220.8 [23-194]

DHEAS 0.3 [0.4-4.3]

SHBG >180 [18-144]

Östradiol <5 [12.5-498]

17OHP 0.11 (0.15-1.10)

FSH <0.1 (1.7-21.5)

LH <0.1 [1.0-21.6]

Prolaktin 13.7 (4.79-23.3)

Testosteron 0.05 [0.03-0.48]

IGF-1 147.0 [117-329]

25-OH-Vit.D 77.3 [75-116]

1,25OH-D3 285 [43-168]

Phosphat an. 0.83 [0.87-1.45]

Tja und nun steh ich hier und frag mich wie weiter. Endokrinologe 1 (weit weg vom Heimatort)

meinte ich solle Dostinex und L-Thyroxin nehmen, hab erstmal nur Dostinex genommen. Endokrinologe 2 meint, meine SD sei ok, also kein L-Thyroxin. Außerdem soll ich Dostinexdosis halbieren. Das will ich nicht, da es wissenschaftliche Publikationen gibt, die auf einen Zusammenhang von Prolaktin und Haarausfall verweisen, mein Prolaktin aktuell gerade mal mittig im Normbereich liegt und ich gern 3 Monate abwarten will, wie das Haar darauf reagiert. Mittlerweile überleg ich nun doch, ob ich nicht mal das Schilddrüsenmedikament nehme, aktuell wird der TSH-Wert ja durch das Dostinex gedrückt, FT4 ist immer noch niedrig und Vit B12-Mangel (hatte ich), Eisenmangel (Eisen war nicht super), Vitamin D-Mangel (Wert aktuell ok, aber 1,25 OH D3 scheinbar kompensatorisch erhöht, zudem kratzt Wert eher an Untergrenze und ich nehme seit 3 Monaten Vit D3) werden ja mit SD-UF in Zusammenhang gebracht. Ebenso soll SD-UF zu Prolaktinerhöhung führen (allerdings nicht in dem Ausmaß wie bei mir). Dann hab ich noch die Pille im Verdacht, vielleicht zeigt sich der Effekt erst nach Jahren. Sie ist auf jeden Fall für die geringen Hormonwerte verantwortlich, wobei da wohl auch das Prolaktin noch einen verstärkenden Effekt hat. Vielleicht liegt das Problem aber auch ganz wo anders???

Ach ja noch ein paar Randinfos: Haarverlust ist recht deutlich, Ausfall scheint diffus, besonders sichtbar aber an Geheimratsecken, Seiten- und Oberkopf, schaut schon aus wie androgenetisch + diffus. Allerdings hatte ich an den Stellen noch sie so viele Haare...Seit Oktober zusätzlich Kopfhautprobleme, mal brennen und Schmerzen, mal Rötungen und Schuppen. Laut Hausarzt wohl sebor. Ekzem. Ausfallraten so zwischen 100 und 200 pro Tag. Von anfänglicher Haardichte ist vielleicht noch 1/3 da, Haarersatz schon bestellt

Hat irgendwer beim Lesen meiner Beschreibungen und Werte eine Idee, einen Rat, ähnliche Erfahrungen. Ich wär echt super dankbar, da ich mittlerweile nicht mehr weiter weiß und mich die Endokrinologen wie gesagt trotz diverser Wertabweichungen zurück an den Hautarzt verwiesen und was dort auf mich warten wissen wir ja. Das gute Minoxidil:-)

Liebe Grüße von der vom recherchieren schon ganz erschöpften Marion

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [Cora](#) on Fri, 10 Feb 2012 15:18:40 GMT

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

---

Ich geh jetzt mal nicht auf alles ein, sondern auf deine in meinen Augen Hauptbaustelle:

Marion83 schrieb am Fri, 10 February 2012 14:02

Endokrinologe 1 (13.12.2011):

Ultraschall: bds. verkleinerte SD (re 2.2 cm<sup>3</sup>, li 2.0 cm<sup>3</sup>), echoarmes inhomogenes Echomuster, keine Knoten

Du hast definitiv Hashimoto. Stichwörter echoarm und inhomogen reichen für die Diagnose im Grunde schon aus, meines Wissens gibt es nur ganz vereinzelte Fälle mit anderer Ursache - wenn überhaupt. Dafür spricht auch, dass dein TSH permanent latent erhöht ist (über 2) und t4 auch schon zu niedrig war. Die Antikörper sind nur bedingt aussagekräftig, es gibt auch Hashi ohne erhöhte AKs.

Melde dich am besten mal hier an: <http://www.ht-mb.de/forum/forum.php>  
Die haben da echt Ahnung und können dich besser beraten zum Thema Schilddrüse.  
Natürlich bleibst du parallel auch bei uns ... viele von uns haben sehr ähnliche Problematiken wie du (ich z.B. die gleichen Kopfhautprobs ).

Die Pille hat bestimmt ein Übriges getan, um deine Haare zu shreddern und eventuell auch die SD-Baustelle ausgelöst. Aber die ist jetzt auf alle Fälle vorrangig. Kümmere dich um eine gute Einstellung mit SD-Hormonen, parallel dazu um Aufsättigung von Vit.D und eventueller anderer Mängel. Die Sexualhormone kannst du tatsächlich erstmal vernachlässigen, die sind unter der Pille oft aus dem Tritt und könnten sich durch eine gute SD-Einstellung verbessern

Mit Prolaktin kann ich mich nicht so aus ... aber auch wenn du das durch singuläre Behandlung (was ja grundsätzlich sinnvoll ist!) wieder auf der Reihe hättest, wird deine SD davon auf keinen Fall weniger inhomogen und echoarm. Sprich, Hashimoto musst du so oder so behandeln lassen.

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he  
Posted by [lala](#) on Fri, 10 Feb 2012 19:32:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi

ja... cora kennt sich da offenbar besser aus. ich denke auch, dass du v.a. die SD in den Griff kriegen musst (stichwort schweißattacken).

aus eigener Erfahrung würde ich sagen: setz mittelfristig die Pille ab. mein HA startete damals vor 7 (?) Jahren auch unter der Valette.

alles Mist

halte uns auf dem Laufenden!

viel Erfolg

---

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat

den Durchblick und kann he  
Posted by [lala](#) on Fri, 10 Feb 2012 19:37:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hab in einem anderen post von dir noch gelesen, dass du auch kopfhautschmerzen hast. same here hängt definitiv mit dem HA zusammen.

und die valette habe ich auch eine zeit lang im langzyklus genommen... ärgere mich, die pille so lange zeit ohne nachdenken / aufklärung genommen zu haben..

---

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he  
Posted by [Marion83](#) on Sat, 11 Feb 2012 07:18:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Guten Morgen,

erst mal vielen lieben Dank an euch beide, Cora und Lala, dass ihr euch durch meinen langen Text gequält habt

Zum Thema Schilddrüse: Das seltsame ist halt, dass sich die Werte über die verschiedenen Blutabnahmen hinweg normalisiert haben (letzte Abnahme unter Dostinex zählt nicht, denn das Medikament drückt wohl den TSH runter). Vielleicht weil ich weniger Stress habe?

Schweißattacken sind auch weg. Und es ist wohl so, dass sowohl die SD-UF das Prolaktin erhöhen kann, aber auch erhöhtes Prolaktin zur SD-UF führen kann. Der zweite Endokrinologe meinte auf jedem Fall, ich würde definitiv keine SD-Medikamente benötigen, bei machen sei die SD von naturaus klein und ich sei ja auch eher klein (1,65 m, 64 kg).

Cora: Welche anderen Ursachen wären denn generell denkbar für eine echoarme Schilddrüse?

zur Pille: Das bereu ich mittlerweile auch, obwohl ich schon froh war über verschwundene Akne und geringere Regelschmerzen. Mir gruselt es auch schon vorm Absetzen, was in ca. 2 Jahren ansteht, wegen Kinderwunsch:-( Hatte auch jetzt schon überlegt, sie einfach abzusetzen, aber da waren sich die Ärzte mal einig: "Nein, bloß nicht, dann wird alles noch schlimmer." Ich bin dennoch sicher, dass sie auch ihren Teil leistet, sie drückt ja auch Androgene, LH, FSH und "natürliche Östrogene und Progesteron" runter. Gut wird das nicht sein, hat ja wohl alles einen Zusammenhang mit Haarausfall. Das dumme ist nur, dass die Hormonumstellung beim Absetzen dann ein neuer anderer Grund für den Haarausfall sein kann. Und so weit ich hier gelesen habe, kann ich mich dann mit meinen 100-200 Haaren/Tag die ausfallen noch glücklich schätzen (auch wenn ich das leider nicht schaff, beim aktuellen Status auf dem Kopf).

ach und dann die Kopfhautprobleme: Was meint ihr, woher das kommt? Hautarzt und Co wollen mir ja meist einreden, es sei psychisch...Anfangs waren da ein paar Mini-Schuppen, Rötungen. Schmerz v.a. am hinteren Oberkopf (beim Wirbel, wo Haarverlust schon deutlich sichtbar) und überm Nacken. Ein Hautarzt diagnostizierte mir sebor. Ekzem, dabei hatte ich damals echt nur winzige Schuppen. Angefangen hat das ganze überhaupt mit Schuppenshampoos, die mir die Hautärzte einheitlich nahelegten, obwohl da echt kaum Schuppen waren. Irgendwann hab ich die Schuppenshampoos abgesetzt und mit Urea-Shampoo begonnen. Seitdem sind die Schmerzen oben weg. Nun hab ich aber wieder mehr Schuppen bekommen, wie so kleine Schuppenherde, mit größeren Schuppen und Rötungen. Aktuell geh ich mit Sebiprox

dagegen vor, im Wechsel mit nem Babyshampoo und hab das Gefühl, dass tut ganz gut.

Liebe Grüße,  
Marion

---

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [Cora](#) on Mon, 13 Feb 2012 14:44:20 GMT

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

---

Marion83 schrieb am Sat, 11 February 2012 08:18

Zum Thema Schilddrüse: Das seltsame ist halt, dass sich die Werte über die verschiedenen Blutabnahmen hinweg normalisiert haben (letzte Abnahme unter Dostinex zählt nicht, denn das Medikament drückt wohl den TSH runter). Vielleicht weil ich weniger Stress habe?

Schweißattacken sind auch weg. Und es ist wohl so, dass sowohl die SD-UF das Prolaktin erhöhen kann, aber auch erhöhtes Prolaktin zur SD-UF führen kann. Der zweite Endokrinologe meinte auf jedem Fall, ich würde definitiv keine SD-Medikamente benötigen, bei machen sei die SD von naturaus klein und ich sei ja auch eher klein (1,65 m, 64 kg).

Es kann schon sein, dass die Werte ziemlich schwanken. Natürlich sind die nicht nur von einem Faktor abhängig, den Zusammenhang mit Prolaktin hast du ja selbst erwähnt. Das hat aber nichts mit der Echoarmut und der Inhomogenität zu tun - die bestehen nämlich weiter, egal was die Werte sagen. Und der zweite Endo ignoriert das eben Ist nicht der erste.

Aber wenn du momentan lieber nicht mit SD-Hormonen anfangen willst ... hmm kann ich zwar irgendwie verstehen, wer schmeißt schon gern Medis ein, wens nicht mal die Ärzte für angezeigt halten ... aber langfristig wirst du ziemlich sicher nicht drum herum kommen.

Zitat:

Cora: Welche anderen Ursachen wären denn generell denkbar für eine echoarme Schilddrüse?

Ich hab da Blödsinn geschrieben ... andere Gründe kanns höchstens für ne Schilddrüsenunterfunktion geben (z.B. Pille oder Vererbung). Meines Wissens nach NICHT für Echoarmut und Inhomogenität, da bleibt nur Hashi!

Zitat:

ach und dann die Kopfhautprobleme: Was meint ihr, woher das kommt? Hautarzt und Co wollen mir ja meist einreden, es sei psychisch...

Kenn ich. Weil sie keinen Plan haben, was die Ursache sein könnte

Oft wirts ja nichtmal untersucht, höchstens aus 2 Metern Abstand drauf geschaut. Mir sagte einme Derma mal "nein, das untersucht man heute nicht mehr genauer. es ist sowieso das seborrhoische Ekzem, und Haarwurzelschmerzen sind immer psychisch." Weiter gekommen bin ich dabei leider auch noch nicht. Aber wenn die Probleme mal phasenweise besser sind, fallen

mir auch definitiv weniger Haare aus.

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [Cora](#) on Mon, 13 Feb 2012 16:31:21 GMT

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

---

Cora schrieb am Mon, 13 February 2012 15:44

Und der zweite Endo ignoriert das eben Ist nicht der erste.

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [sunflower3](#) on Mon, 13 Feb 2012 16:33:36 GMT

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

---

Hallo Marion,

kann dich gut verstehen...

Ich renne von Arzt zu Arzt und habe nur noch Panik und Trauer in mir.

Habe mein Leben mit 29 anders vorgestellt.

Habe hier auch schon einen Bericht geschrieben.

Hausärzte, Hautarzt, Frauenärzte, 2 Endos blabla blub..

Nehme Regaine 2%, Seit Neuem 1/2 Novothyrol da mein TSH bei 2,6....

Nicht bedenklich aber denke der Nuk macht es auf Heilversuch .... Stelle mal einen neuen Bericht rein. Panthenspritzen und B12 habe ich hinter mir...

Zink und Eisen nehme ich auch und wieder blabla blub

Sorry bin so down und kraftlos. Kämpfe einen Hoffnungslosen Kampf denn es wurde immer nur schlimmer.

Ausfall ist diffis aber deutliche Aufranzugen am Scheitel , seitlich und extrem Licht an der Stirn und hinten ..ach überall... ABER die Ärzte sagen auf jeden Fall AGA .

Scheint sich bei der FRau häufig so zu äußern.

Mein Haarteil ist auch bestellt.

Marion für was hast du dich entschieden ????? Microbellargo mit Hülsen oder wie???

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [Marion83](#) on Mon, 13 Feb 2012 17:42:37 GMT

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

---

Ihr Lieben,

es ist echt tröstend, wenn man hier Antworten kriegt:-) Meinen Partner mag ich langsam nicht mehr mit dem Thema Haare belästigen und andere Ansprechpartner fehlen...

@Cora: danke für deine Antwort. Tja ich bin echt ratlos wegen der SD. Die Werte sind halt grenzwertig und ich überleg nun ob ich nicht die Pille absetze. Die steht eh ganz oben auf der Liste meiner Verdächtigen für den HA und ich hab gelesen, dass sie dazu führt, dass man mehr SD-Hormone braucht. Und das Prolaktin erhöht sie auch. Wenn ich sie absetze, vielleicht machts meine SD dann noch ein weilchen ohne Medis. Ich hab halt mittlerweile echt den Verdacht, dass ich mir mit der Pille und dem Langzeitzyklus den Hormonhaushalt reichlich versaut habe und alles was jetzt läuft bzw. laufen soll (Prolaktin hier, Thyroxin da, Vit B12, Eisen, Zink) ein Rumdoktern an den Symptomen ist... Auf der anderen Seite steht die Angst, alles noch schlimmer zu machen. Aber irgendwann muss ich die Pille eh absetzen, bin ja nun fast 29 Jahre und irgendwann soll mal Nachwuchs kommen. So wie mein Hormonhaushalt aussieht, wirds wohl auch ne Weile dauern, bis sich da alles einrängt.

Und das mit den Kopfhautproblemen macht mich einfach nur wütend. Ist ja nicht so, dass es nicht etliche Ursachen geben könnte, aber es juckt halt keinen (außer uns vielleicht auf dem Kopf, wenns mal nicht brennt). Das schräge bei mir ist übrigens, dass die Schwierigkeiten erst ca. 4 Mon nach Beginn des HA losgingen und zwar 1-2 Tage nach einem Hautarztbesuch, wo mir die Ärztin kurz unmotiviert (und natürlich ohne Handschuhe!) an den Haaren rumzerterte. Hatte ja schon den Verdacht es könnte auch was ansteckendes sein, aber die 2 Ärzte die ich hinterher besucht habe, nahmen das nicht ernst. Übrigens: bei mir fallen die Haare scheinbar auch mehr aus, wenns besonders schmerzt. Kann mittlerweile auch die Haare nicht mehr zusammenmachen (offen sehen sie noch schlimmer aus:-) wegen Schmerzen und weil sie dann mehr ausfallen.

@sun: Ich kenn den Frust und die Traurigkeit. Man fühlt sich halt so hilflos. Und bei den Ärzten krieg ich abwechselnd das Gefühl sie wollen einem nicht helfen oder sie können sich. Wenn man ein bisschen recherchiert hat (und das hab ich exzessiv in Foren, Fachbüchern etc) kriegt man nur das Gruseln, was die einem teilweise für einen Mist erzählen. Manchmal glaub ich, es müsste doch möglich sein, mit etwas Mühe und systematischem Vorgehen, die Ursache des Problems zu finden. Aber die Mühe macht sich keiner. Ich versuche wann immer möglich gar nicht drüber nachzudenken, Spiegel meide ich und fühle mich einfach nur noch unattraktiv. Manchmal wünsch ich mir schon, es wär endlich vorbei (i.S. von "alle Haare ab" oder denk drüber nach sie abzurazieren) damit ich mich abfinden kann und nicht mehr ständig drüber nachdenken muss. Es macht mich wahnsinnig überall die Haare zu sehen. Hab auch schon gar keinen Nerv mehr noch zu irgendeinem Arzt zu gehen - bisher hab ich mir jedesmal Hoffnung gemacht und dann war ich doch nur wieder enttäuscht. Und das Ergebnis meiner 2 Endobesuche hab ich ja nun beschrieben. Hatte kurz überlegt einen dritten aufzusuchen, aber dann krieg ich bestimmt noch ne andere Meinung.

Zu meinem Haarteil: Es wird mit Klipsen festgemacht. Ist sogar schon fertig. Ich bringe nur nicht über mich es abzuholen, weil es für mich so was von endgültig resignieren hat. Dann hab ich auch so Angst, dass durch die Klipse noch die letzten paar dünnen Härchen ab Oberkopf drauf gehen und ich mein Leben lang von Haarteil und Co abhängig bin. Mittlerweile hab ich auch das Gefühl, es war keine gute Idee, ein Haarteil zu wählen, weil wenn es so weitergeht ich eh perspektivisch eine Perrücke brauch. Das wär dann ne Komplettlösung und mit der könnt ich mich vielleicht trauen die Pille abzusetzen.

So gut jetzt, ich muss mich jetzt dringend mit was anderem beschäftigen, sonst ist der Abend versaut.

Liebe Grüße und euch viel Kraft,  
Marion

---

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [Binne](#) on Mon, 13 Feb 2012 19:50:13 GMT

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

---

Es fällt mir mal wieder heute beim Durchlesen eurer Texte auf, dass so viele JUNGE Frauen mit noch nicht einmal 30 eine AGA von den Ärzten aufs Auge gedrückt bekommen haben...

wieviel wahrscheinlicher ist denn, dass der HA gerade bei JUNGEN Frauen, die wahrscheinlich zu 90 % die Pille nehmen oder nahmen, nicht doch von der Pille kommt?!?!!!!!

Ich glaube wirklich, da liegt der Hund begraben

@Sunflower: nimmst du auch noch die Pille?

@Marion: trau Dich!! Die Pille hat bei dir vielleicht den höheren TSH hervorgerufen, der müsste eventuell nach Absetzen der Pille wieder niedriger werden. Kann sein, muss aber nicht. Wenn Du wirklich eine echoARME SD hast, deutet das auf Hashi hin ( kann auch durch die Pille kommen) und du kommst wohl nicht um SD-Hormone herum.

Aber...es muss eben nicht sein. Selbst ein US einer SD scheint nicht immer sehr einfach zu sein, bei mir war von echoarm bis echoreich über 5ml bis 10ml alles dabei...

Ich würde absetzen, nach 3 Monaten einen Hormonstatus machen lassen und dann noch einmal nach der SD schauen lassen.

LG!

---

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [michalka 74](#) on Tue, 14 Feb 2012 13:04:28 GMT

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

---

Hallo Marion!

Wie gut kann ich dich verstehen!!!!Ich stecke momentan in der gleiche Situation wie du.Meine

Hormonwerte sind ganz durcheinander, die Haare rieseln jetzt wieder horormässig. Ich habe Termin beim Endo (es ist ca 20 Arztbesuch in sache HA). Ich fühle mich so hilflos. Ich weiss, daß der nächste Weg ist, die Pille abzusetzen und davon habe ich so Angst! Apropos Angst. Mein treuer Begleiter. Schon Morgen, wenn ich die Augen aufmache ist die erste Gedanke wie viele Haare liegen wohl auf den Kissen. Wieviele werden das beim Kämmen sein? Bekleidung, Boden, Auto.... Es verfolgt mich ganzen Tag. Das schlimmste ist aber die Ungewissheit. Ich glaube, ich wäre besser damit zu recht gekommen, daß die Haare ausfallen und ich muss mich mit der entgültiger Situation auseinander setzen. So schwanke ich zwischen Hoffnung und Verzweiflung. Jeden Tag bin ich näher zur Entscheidung die Haare ganz kurz schneiden oder gar abrasieren. Haarverdichtung ist für mich keine Lösung, da die Haare in sooo Mengen ausfallen. Und ich weiss nicht, was ich mache, wenn ich die Pille absetzte. Ich kann da bestimmt nicht zusehen wie ich hunderte von Haaren rausziehe..... Also wie du siehst bist nicht alleine, ich denke ganz fest an dich und hoffe, daß wir bald eine Lösung finden, mit der wir wieder glücklich leben können.

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [Marion83](#) on Wed, 15 Feb 2012 14:32:28 GMT

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

---

@ Binne: Danke für den Ermutigungsversuch bzgl. Pilleabsetzen. Aber aktuell kann ich mich einfach nicht durchringen. Habe solche Angst, dass es alles noch schlimmer wird. Andererseits scheints auch nicht besser zu werden und dann bringt abwarten wohl auch nicht viel. Nun hab ich noch gelesen, dass nach Absetzen der Pille die Fruchtbarkeit ein paar Monate höher ist als ohne Pille. Das wär ein Grund noch 1,5 Jahre durchzuhalten mit Pille, weil wir dann gern Nachwuchs wollen, andererseits frag ich mich gerade, ob das wohl auch auf mich zutrifft, mit meiner schiefen Hormonlage. Die Ärzte haben ja alle vom Absetzen abgeraten, Frauenärztin meinte eher noch ein Pillenwechsel (zu einer Pille mit natürlichem Östrogen (Queira). Das möchte ich aber eigentlich gar nicht, die Pille wechseln. Da gibt es sicher auch nur Hormonchaos und dann hab ich die nächste Pille am Hals. Zum Thema SD ultraschallen ist nicht so einfach: meine SD war einmal 4,3ml und einmal 7, einig waren sich die beiden Endokrinologen glaub ich nur beim Thema "echoarm", so nannte es der erste, der zweite sprach davon, dass meine SD im Vergleich zu Lehrbuchabbildungen sehr dunkel sei - ich nehme an das heißt echoarm?! Was ich noch fragen wollte: Hast du (auch) Hashi? Hat sich die Einstellung der SD bei dir positiv auf die Haare ausgewirkt?

@Michalka: Wie lang geht das bei dir schon? Und welche Hormone sind betroffen? Was sagen denn deine Ärzte zum Thema "Pilleabsetzen"? War das ihr Rat oder deine Idee? Meine sind ja voll dagegen. Ich hab übrigens den Glauben in die Medizin nahezu verloren und manchmal bin ich froh "nur" Haarausfall zu haben, stell dir vor, es wär was ernstes und die Erfahrungen beim Arzt ähnlich. Zum Umgang mit dem Haarausfall: Ich kenn die Angst und die Ungewissheit die du erwähnst find ich auch am schlimmsten. Ich versuche die Zeit am Tag, in der ich mich mit dem Thema beschäftige, zu begrenzen und mich dann bewusst mit was anderem zu beschäftigen. Spiegel meide ich, wann immer möglich. Das funktioniert mal besser, mal schlechter. Und ich versuch mich darauf zu konzentrieren, was ich auch ohne meine Haare noch bin und wem in meiner Umgebung es so schnuppe ist, wieviele Haare ich hab. Das mit dem Abschneiden/-rasieren hab ich auch schon öfter erlebt, meist wenn ich mit den Nerven am Ende

bin und denk, dass ich es einfach nicht mehr ertrage. Vielleicht wäre es für die Psyche besser, gibt ja etliche Studien, wie gut sich Menschen mit allen möglichen Schicksalschlägen (durchaus härtere als Haarausfall) abfinden, vielleicht ist es wirklich die bleibende Ungewissheit und das Gefühl der Hilflosigkeit, was so an uns zehrt. Ich habe mich bislang aber dennoch nicht durchringen bzw. in hysterischen Momenten gerade noch zurückhalten können und so ist das, was von meinen Haaren noch übrig ist, noch dran. Das blöde ist halt, dass ich im Job direkten Menschenkontakt habe und glaube, dass ich die Leute mit Glatze echt abschrecke. Das Haarteil, das ich bestellt habe und das abzuholen oder zu tragen ich mich noch nicht durchringen kann, ist übrigens keine Haarverdichtung. Das wäre bei mir auch nicht gegangen, weil ich zuviele Haare verliere, das bei den Geheimratsecken und ausgedünnten Seiten die ich hab gar nicht gehen würde. Es wird mit Klipsen befestigt, wie oben beschrieben. Hast du dich schon mal mit dem Thema Perrücke beschäftigt? Ich hab schon viel recherchiert und es gibt tatsächlich einige, die zumindest auf Bildern recht echt aussehen (z.B. von gfh). aber ich glaub halt nicht, dass es wie meine echten haare aussehen würde und die sind so unheimlich teuer. und letztlich glaub ich auch manchmal, dass ich es noch schlimmer fänd, wenn jemand sieht, dass ich perrücke/haarteil trage als wenn ich ohne haar unterwegs bin. daher auch die haarteilzweifel. aber eine endgültige entscheidung ist da noch nicht gefallen. aktuell bin ich wie in so einer staare. ich versuche das ganze thema immer wieder zu verdrängen, da ich so viel versucht habe und nichts half, und habe immer die winzige hoffnung, dass es irgendwann von allein aufhört, wobei das vermutlich langsam echt naiv ist...

ganz liebe grüße an euch,  
marion

---

Subject: Aw: Haarausfall - Wertechaos (Hormone, Schilddrüse, Vit. D,.. - Wer hat den Durchblick und kann he

Posted by [michalka 74](#) on Wed, 15 Feb 2012 15:56:25 GMT

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

---

Hallo Marion!

Ich war schon bei so vielen Ärzten und was Arzt, das andere Meinung. Meine Gyn ratet die Pille abzusetzen, Dermatologin die Therapie belassen, wie sie ist. Ich möchte am liebsten auch absetzen, weil mir körperlich schlecht geht. Migränenanfälle, Nachtschwitzen, bin oft sehr Appatich und müde, und das alles ist nur Bruchteil von den ganzen Problemen. Ich nehme aktuell Diane+Androcur und diese Kombi hat anscheinend ganzen Hormonhaushalt durcheinander gebracht. E2 und Progesteron zu niedrig, SHBG zu hoch usw. Ich kämpfe mit HA bereits 10 Jahre. Ich habe mich schon baraten lassen in sache Haarteil, Microbellargo aber auch Perücke. Echthaar Perücken sind leider zu teuer und ausserdem habe ich Angst, daß mir eine Perücke die Bewegungsfreiheit nimmt. Daß ich ständig kontrollieren würde ob der Teil hält, ob man was sieht. Ich probiere auch nicht ständig auf die Haare zu denken. Meistens gelingt mir das in der Arbeit. Ich arbeite in medizinisch -sozialem dienst. Unlängst war ich bei sehr junger Patientin die auf grund Krebserkrankung einen Seitenausgang hat. Sie ist so mutig! Sie wird aber nie wieder unbeschwert in Kino oder Restaurant gehen, nie wieder Bikiny anziehen, nie Kinder bekommen. Das alles können wir, auch ohne Haare.... Ich will nicht mehr Zeit verlieren mit Depressionen wegen HA, habe Angst, daß ich es einmal bereue. glg Michi