
Subject: Mache mir große Sorgen

Posted by [Thatlittlehope](#) on Sun, 01 Apr 2012 12:18:13 GMT

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

Gestern vorm schlafen gehen, hab ich was Erschreckendes festgestellt. Ich hatte ein weißes T-Shirt an und als ich es ausgezogen hab, fand ich in der Innenseite auf der Rückenseite haufenweise meiner Rückenhaare dran kleben. Ich hab nämlich so flaumiges Haare auf dem Rücken und davon waren etliche auf meinem T-Shirt und dann hab ich nur etwas an den Haaren auf dem Rücken gezogen und hatte jedesmal total viele in der Hand. Ich mache mir jetzt totale Sorgen, dass ich sowas wie Alopecia totalis habe, wenn die Körperhaare ausfallen, spricht das doch dafür. Mir fallen zwar nicht an allen Bereichen Haare aus, z.B. Wimpern, Achsel, Augenbrauen oder an den Armen wächst alles weiterhin wie immer, aber dafür sind mir Wachstumsstörungen an den Beinen, Rücken, Schamhaare und Brusthaare und natürlich der Haare und Haarausfall an diesen Stellen aufgefallen. Deutet das jetzt alles auf Alopecia totalis hin? Ich bin doch erst 22.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen

Posted by [flame](#) on Sun, 01 Apr 2012 13:50:00 GMT

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

Wie sieht denn Dein Haarausfall-Muster auf dem Kopf aus?

Haare auf Rücken und Brust würde ich auf zu viele männliche Hormone schieben - d.h. wenn DIESE Haare verschwinden, könnte es evtl. sogar ein gutes Zeichen sein (Hormone kommen ins Gleichgewicht?).

Und immerhin wachsen Wimpern und Augenbrauen weiter, würde ich auch positiv werten.

Wie gesagt: wie genau sieht es mit den Kopfhaaren aus?

Und ist der Haarverlust innerhalb sehr kurzer Zeit oder eher schleichend vonstatten gegangen?

Liebe Grüße,
flame

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen

Posted by [Cora](#) on Sun, 01 Apr 2012 14:05:41 GMT

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

Ausfall von Körper-, Achsel- und Schambehaarung kann auch auf DHEA-Mangel zurückzuführen sein. Wenn Wimpern und Brauen bei dir nicht ausfallen, würd ich eher dahingehend mal nachforschen ... als bei Alopezia Totalis.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen

Posted by [Thatlittlehope](#) on Sun, 01 Apr 2012 14:15:59 GMT

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

@flame: Also anfangs dachte ich auch, dass ich zu viele männliche Hormone habe, aber der Endokrinologe und die Frauenärztin meinten, dass da alles im Lot ist, aber meine Frauenärztin hat mir trotzdem die Pille verschrieben.

Also die Haare fallen schon diffus aus, aber das schon sehr lange, seit ich ungefähr 15 bin, aber wirklich lichte Stellen habe ich zum ersten Mal seit 1,5 Jahren bemerkt. Ich hatte so unglaublich viele Haare...ich denke vieles ist auch damals nachgewachsen und jetzt wo ich sehe, dass meine Körperhaare so schlecht nachwachsen, denke ich, dass es bei den Kopfharen genauso ist. Vielleicht hab ich ja auch AGA und diffus, denn seit August 2011 ging es innerhalb von 3 Monaten furchtbar schnell.

@Cora: Wie bereits bei flame erwähnt diffus, könnte aber auch AGA und diffus sein, ich verliere viele kurze Haare. Also Achsel fällt nicht aus....aber wenn ich DHEA-Mangel hätte, hätte das der Endokrinologe oder die Frauenärztin festgestellt oder? Ich weiß, dass er Endokrinologe ein sehr großes Blutbild gemacht hatte und nur starken Vitamin D Mangel feststellen konnte.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen

Posted by [Thatlittlehope](#) on Mon, 02 Apr 2012 16:18:44 GMT

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

Eben beim Duschen sind fast alle Flaumhaare, die auf der oberen Seite meiner Brust wachsen ausgefallen. Ich krieg so eine Panik, was kann ich dem Arzt denn jetzt noch sagen? Ich hatte ihm ja schon alles erzählt und deswegen hat er ein Blutbild machen lassen und außer Vitamin D Mangel war alles okay...davon fallen doch nicht auch die Körperhaare aus. Was kann der Arzt denn jetzt noch machen außer Blutprobe schon wieder...was der bestimmt nicht machen wird. Kann man da überhaupt noch was machen? Weiß da jemand was?

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen

Posted by [flame](#) on Mon, 02 Apr 2012 16:30:27 GMT

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

Wie gesagt - ich empfinde es als den "normaleren" Zustand, dass sich auf der (weiblichen) Brust keine Haare befinden. Also meine Brust ist glatt wie ein Babypopo....

Hast Du noch sonstige Symptome, die Dir besonders auffallen, die Du früher nicht hattest? Wie ist das Allgemeinbefinden, Schlafbedürfnis, Hautzustand, Fingernägel, Verdauung etc.? Irgendwelche Auffälligkeiten?

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Thatlittlehope](#) on Mon, 02 Apr 2012 16:57:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja, so südländische Frauen sind allgemein behaarter, leider und deswegen glaub ich, dass die Behaarung schon normal war.

Naja, nur was neuartig ist, sind Kopfschmerzen, die manchmal nicht mal mit Schmerztabletten verschwinden oder bei Drehung des Kopfes stärker werden. Und mein Urin hat sich so seit etwas mehr als nen Monate sehr verdunkelt, obwohl ich immernoch viel trinke und auch kein Vitamin B zu mir nehme(das verfärbt Urin ja). Naja, dann hab ich noch bemerkt, dass ich ständig, wenn ich mich entspanne (meist beim Schlafen) irgendein Körperteil ständig zuckt. Naja, ich nehme an, dass das irgendwie mir Stress verbunden ist. Also alles jetzt nichts, dass auf was hindeutet, sondern irgendwie nur Stresssymptome.

Verdauung ist so gut wie früher, mein Schlafbedürfnis ist so hoch wie früher (brauche sehr viel Schlaf und naja hab schon seit Ewigkeiten Schlafstörungen) und meine Nägel sind super hart und wachsen super gut. An meiner Haut hat sich auch nichts geändert.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [flame](#) on Mon, 02 Apr 2012 17:02:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hmm, das wusste ich jetzt nicht, dass beim südländischen Typ die Frauen echt am ganzen Körper Haare bekommen können. Wie ist es an den Beinen, das wäre ja jedenfalls eine "typische" Zone (und in der Tat rasieren sich da ja viele Frauen)? Hat da die Behaarung sehr stark abgenommen?

Der Rest sieht mir sehr nach Stress-Symptomen aus, bist Du psychisch sehr belastet bzw. das über längeren Zeitraum hinweg gewesen?

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Thatlittlehope](#) on Mon, 02 Apr 2012 17:38:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Doch doch...wie Südländer sind damit echt geplagt (aber nicht alle) und dadurch, dass die Haare dunkler sind, sind es eben stärker aus.

Also ich würd sagen an den Beinen ist so 40 % vielleicht auch schon etwas mehr weg und vieles ist dünner geworden. Da sind teilweise ziemlich viele Lücken.

Ich hab seit ich mit dem Studium angefangen habe (Oktober 2010) nonstop Stress, weil mein

Studium unglaublich stressig ist und ich von zu Haus in eine andere Stadt ziehen musste, die ich unglaublich hasse. Aber ich dachte das würde nur zu HA auf dem Kopf führen...

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [flame](#) on Mon, 02 Apr 2012 17:42:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

War die Entscheidung für das Studium und die betreffende Stadt denn eher verstandesgesteuert und wehrt Dein Gefühl sich dagegen?
Es ist gut möglich, dass in so einem Falle der Körper rebelliert....

Etwas hassen setzt ggf. sehr destruktive Energien frei....

Stehst Du hinter dem Studium noch?
Und wie sieht es mit dem sozialen Umfeld aus, hast Du liebe Freunde etc.?

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Thatlittlehope](#) on Mon, 02 Apr 2012 17:56:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, schon eher verstandesgesteuert. Mein Studium mag ich noch immer, nur ist es deswegen so schlimm, weil ich in dieser schrecklichen Stadt weit weg von zu Haus bin.

Also meine Freunde und Familie sind absolut die besten, da hab ich mega Glück, nur sind sie leider immer so weit weg von mir.

Vielleicht hast du ja Recht und es ist alles nur negative Energie, ich versuche schon seit langem meine Einstellung zu ändern nur ist es zusammen mit dem HA auf dem Kopf so furchtbar schwer.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Skumkanterella](#) on Mon, 02 Apr 2012 19:55:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Bin zwar (wie schon irgendwo erwähnt) keine Ärztin, aber:

Nimmst du denn irgendwas Antiandrogenes (Pille, Androcur, etc.)?

In diesem Fall habe ich gelesen, dass eine Reduzierung der (übermäßigen) Körperbehaarung (durch Reduzierung von DHT) erfolgen kann.

In diesem Fall wäre das ein wünschenswerter Effekt, da du ja für deine Kopfhaare auch

DHT reduzieren willst.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [mike](#) on Tue, 03 Apr 2012 10:02:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Thatlittlehope schrieb am Sun, 01 April 2012 14:18 Gestern vorm schlafen gehen, hab ich was Erschreckendes festgestellt. Ich hatte ein weißes T-Shirt an und als ich es ausgezogen hab, fand ich in der Innenseite auf der Rückenseite haufenweise meiner Rückenhaare dran kleben. Ich hab nämlich so flaumiges Haare auf dem Rücken und davon waren etliche auf meinem T-Shirt und dann hab ich nur etwas an den Haaren auf dem Rücken gezogen und hatte jedesmal total viele in der Hand. Ich mache mir jetzt totale Sorgen, dass ich sowas wie Alopecia totalis habe, wenn die Körperhaare ausfallen, spricht das doch dafür. Mir fallen zwar nicht an allen Bereichen Haare aus, z.B. Wimpern, Achsel, Augenbrauen oder an den Armen wächst alles weiterhin wie immer, aber dafür sind mir Wachstumsstörungen an den Beinen, Rücken, Schamhaare und Brusthaare und natürlich der Haare und Haarausfall an diesen Stellen aufgefallen. Deutet das jetzt alles auf Alopecia totalis hin? Ich bin doch erst 22.

ich glaube gutes zeichen

als ich im aug. 2011 binnen 3 tage meine ganze rückenbehaarung (eher flaumige struktur .. ca. 5 mm lang im ds.) verloren habe (hemd war komplett voll, meine frundin machte sich damals um mich sorgen - ich wusste aber was los war), verlor ich zwar am kopf auch ca. 500 tgl aber die haarlinie und der oberkopf war so dicht wie zuletzt august 2007.

nur irgendwie ein paar monate später wurde es am kopf lichter und die körperhaare kamen stärker zurück, rücken blieb bis dato fast haarfrei..

interessanterweise, wenn es anfängt mit dem körperhaar wuchs und man reagiert binnen 12 monate, kann es sein das es reversibel ist. .. ich bin ein mann, habe aber mittlerweile fast keine körperhaare, ausser beine und arme, und die sind ganz weiss uinpigmentiert...

LG
Mike

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 03 Apr 2012 11:16:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo thatlittlehope,

auch ich musste damals von zu hause weggehen in eine andere stadt zum studieren. Was mir da alles widerfahren ist, grenzt an psychischer Misshandlung..das studium war okay, ja klar ich hatte einen schweren studiengang, bei dem ich wirklich unglaublich viel energie reinstecken musste,

aber es war okay...

nur das Umfeld und das Leben in dieser Stadt haben mich so fertig gemacht... ich hatte bis zu 5 Jahre wirklich eine enorm große psychische Belastung.. und langsam glaube ich eben auch das mir deswegen die Haare ausfallen..

Heute bin ich endlich weg aus dieser Stadt, fern von meinem Exfreund (der dazu auch nie bei mir war, wir also all die Jahre eine Fernbeziehung hatten und ich mich deshalb in der Stadt in der ich studiere sooo alleine gefühlt habe).... jetzt bin ich seit 2 Monaten endlich fertig mit dem Studium, fertig mit der Stadt und den Leuten dort...

aber den Haaren geht es eben noch nicht besser ich denke das braucht seine Zeit

Wie gesagt, das kann durchaus sein, das es bei dir diese "innere Unruhe" sein kann... das war/ist bei mir auch so...

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Thatlittlehope](#) on Tue, 03 Apr 2012 17:01:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Skumkanterella:

Also ich nehme seit Januar die Pille, aber den HA am Körper hab ich schon vorher festgestellt.

@Mike:

Also ich möchte dir einfach soooooo gerne glauben, zumal du in diesem Gebiet ja sehr erfahren zu sein scheinst. Ich versuche das jetzt eher positiv als alarmierend zu sehen. Bisher hab ich nur ganz wenig Neuwuchs bei mir festgestellt ganz vorne an der Front, aber wo anders sehe ich absolut nichts. Hoffe das ändert sich noch. Wie lange hat es denn bei dir in diesem Zeitraum mit dem Neuwuchs gedauert? Ich hab ja den HA am Körper bereits seit November 2011 bemerkt nur seit nem Monat fällt immer mehr aus und es breitet sich am Körper aus...ich hoffe nur meine Augenbrauen und Wimpern bleiben verschont.

@hoffnungslos84:

Ja, sehr gut möglich, dass es bei dir genau aus diesem Grund angefangen hat oder dieser Stress alles noch schlimmer gemacht hat. Auch mich macht dieses Leben in dieser Stadt vollkommen fertig und ich zähle nur so die Tage, bis ich wieder für einige Wochen wieder zu Haus bin und sobald ich zu Haus bin, hab ich ständig Angst vor der Rückkehr in diese schreckliche Stadt. Ich wünsch dir alles Gute und lass hören, wenn sich was bei dir tut.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Cora](#) on Tue, 03 Apr 2012 17:20:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So ganz am Rande würde mich mal interessieren, in was für schreckliche Städte ihr beide ziehen musstet? Gerne per PN!

Ich glaube mittlerweile, die individuelle Belastbarkeit von Menschen wird gern übersehen oder auch überschätzt. Für viele mag es total ok sein, wegen des Studiums o.a. in eine Umgebung zu ziehen, in der man sich nur bedingt wohl fühlt - davon mal abgesehen, dass manche die entsprechende Umgebung wahrscheinlich sogar cool finden und andere eben verstörend. Und eben diesen anderen würd ich es dringend empfehlen, sich nach ner Alternative umzuschauen! ... ob andere Ausbildung, anderer Studienort, Fernstudium, egal. Ich weiß, heute muss die bestmögliche Ausbildung in kürzestmöglicher Zeit durchgezogen werden. Aber auf Kosten der psychischen und sogar physischen Gesundheit?

Ich selbst bin erst mit Mitte 20 von zuhause ausgezogen - "nur" in die nächstgelegene Großstadt, also nicht weit weg - und hab im Studentenwohnheim erstmal schön Panikattacken bekommen. Als ich zurück in meine Heimatstadt und mit meiner Schwester in ne WG gezogen bin, hat sich das wieder gelegt.

Ich weiß, ist ziemlich OT. Aber am Ende haut halt doch der Psychostress die Haare raus - z.B. auch über den Umweg Hormonchaos, das durch Psychostress ausgelöst werden kann. Und es wär einem schon weiter geholfen, wenn man sich nicht permanent selbst überfordern würde.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Thatlittlehope](#) on Tue, 03 Apr 2012 17:32:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da hast du auch Recht, Cora.
Ich habe oft daran gedacht mein Studium abzubrechen und nach Haus zu gehen, weil ich psychisch sehr darunter leide, aber als ich in diese Stadt zog, hatte ich noch meine guten Haaren und wenn ich länger dort war, hab ich mich dran gewöhnt, aber jetzt mit dem HA ist die Situation unerträglich. Und ich mag mein Studium und möchte es durchziehen, weil ich da viel Geld und Zeit auch investiert habe. Wenn ich mein Bachelor beendet habe, möchte ich auch zurück in meine Stadt deswegen gebe ich mir große Mühen, dass es mir gelingt.

Ich möchte einfach mein Leben durch den HA nicht beeinflussen lassen.

Subject: Aw: Mache mir große Sorgen
Posted by [Biggi01](#) on Tue, 03 Apr 2012 17:44:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Cora,

ich bin davon überzeugt das wir Dinge tun oder mit und tun lassen die uns nicht gut tun.

Ob wir uns räumlich verändern, weil es notwendig ist um ein Ziel zu erreichen oder in Situationen geraten die uns nicht gut tun.

Manchmal gewöhnt man sich bis zu einem gewissen Grad daran, aber unser Körper ist schlauer.

Bei Panikattacken, die ich auch kenne, ist es offensichtlich.

Bei Reaktionen wie HA ist es manchmal erst auf den zweiten Blick erkennbar. Nicht immer sind diese Entwicklungen vorauszusehen.

Aber wir sollten darüber nachdenken, ob es das wert ist.
lg
