
Subject: Haare sind in den ersten Zyklustagen besser! WIESO?

Posted by [nelli](#) on Fri, 20 Apr 2012 19:22:21 GMT

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

Hallo Ihr!

Wollte mal nachfragen, ob jemand von euch auch festgestellt hat, dass sich die Haare dicker und fester anfühlen je nach Zyklustag. Bei mir ist es so, dass die Haare für einige Tage so ca. zwischen dem 3. und 7. Zyklustag besser sind, danach sind sie wieder deutlich schlapper, weicher und feiner.

Ich nehme keine Pille. Wie ist an diesen Zyklustagen die hormonelle Situation? Habt ihr eine Vermutung, woran das liegen könnte?

Danke für eure Meinungen!

Nelli

Subject: Aw: Haare sind in den ersten Zyklustagen besser! WIESO?

Posted by [angorakatze](#) on Sat, 21 Apr 2012 08:05:42 GMT

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

Hallo Nelli!

Wolle nur kurz sagen das es mir genauso geht. Und ich finde es faszinierend, dass bei der "richtigen" Einstellung die Haare so schnell reagieren. Dass das möglich sein kann.

In der ersten Hälfte des Zyklus steigt auf jeden Fall das Östrogen im Blut. Macht es bei uns dann ab dem 7. Tag schon schlapp? Ich habe auch PCO. Und zu viele männliche Hormone.

Ich habe jetzt im Internet auf 5 verschiedenen Seiten, 5 unterschiedliche Beschreibungen des Zyklus gelesen, ich brauch ein Fachbuch.

So weit erstmal.

Schönes Wochenende.

Lg angorakatze

Subject: Aw: Haare sind in den ersten Zyklustagen besser! WIESO?

Posted by [nelli](#) on Sat, 21 Apr 2012 18:18:13 GMT

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

Hallo Angorakatze,

vielen Dank für deine Antwort. Interessant, dass es bei dir auch so ist. Dieses Mal war es bei mir besonders extrem und dann wieder von einem Tag auf den anderen total schlapp und fein.

Nimmst du die Pille? Ich werde wohl oder übel auch wieder etwas mit Hormonen versuchen. Entweder eine Estrogencreme (falls die mir jemand verschreibt) oder wieder eine Pille...? Eigentlich bin ich ja froh, dass ich die seit 2006 nicht mehr nehme, aber irgendwas muss ich doch noch versuchen. Eins ist klar: so geht es wahnsinnig schnell bergab. Progesteroncreme bei mir weiter zu steigern brachte definitiv keine Besserung, eher Verschlechterung. Ob es sich in Kombination mit Estrogen verbessern kann, müsste ich noch in Angriff nehmen.

Was machst du in Sachen Hormone?

Alles Liebe
Nelli

Subject: Aw: Haare sind in den ersten Zyklustagen besser! WIESO?
Posted by [angorakatze](#) on Sat, 21 Apr 2012 19:00:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Nelli!

Ich nehme keine Pille. Hormontechnisch mache ich nichts großartiges. Wobei ich aber immer noch an dem Thema Hormonyoga dran bin. Diese Art von Yoga, welche den Hormonhaushalt stabilisieren soll, mache ich aber leider viel zu selten.

Ich möchte eigentlich keine Pille mehr nehmen. Ich nehme Schilddrüsentabletten, die ich aber auch ausschleichen möchte. In den neuen Bundesländern hieß es ich bräuchte keine, in den alten dann ja und wieder zurück, wieder nein. Es ist aber auch nur eine leichte Unterfunktion.

Mein Haarausfall hat angefangen nach dem ich ein Jahr lang die 3-Monats-Spritze genommen hatte. Ich hatte mich nicht informiert was das für eine Hormonbombe ist und meine Frauenärztin hatte mich auch nicht aufgeklärt.

Es gibt bei mir aber genügend mögliche Gründe, Psyche und Ernährung. Und eben auch die Hormonelle Situation. Alles hängt irgendwie zusammen und man weiß nicht wo man anfangen soll. Aber ich bleib dran. Es geht immer weiter.

Jetzt mach ich mir erstmal einen schönen Abend.
Den wünsche ich dir auch.
Lg angorakatze

Subject: Aw: Haare sind in den ersten Zyklustagen besser! WIESO?
Posted by [sunflower3](#) on Sun, 22 Apr 2012 07:58:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mädels auch hier stelle ich gerne meine Werte rein zum Vergleich und ich nehme die Pille Valette hab aber angst vorm absetzen aber das ist ja bekannt

Werte unter der Pille:

Estradiol: ng/l 15.7

Testosteron: (<2.53) nmol/l 0.690

SHBG: (18-144)

DHEAS: 350-4300 ug/l 3160

Cortisol :4.46-22,7 ug/dl 22,9

Androstendion: 0.3-3.5 ng/ml 2.50 (oder liegt der Haarausfall hier)????

Haare im Nacken und Seiten ebenfalls sehr dünn... (oberkopf sowieso)...

denke nur ich nehme seit 14 Jahren die Pille ..8 Jahre habe ich nichts bemerkt und dann fing es an nahm zuvor Belara.....

Denke nur das ein Umstieg auf Diane 35 nichts bringt???

Ich könnte natürlich Pille absetzen aber Trigger der AGA?

Eierstöcke und dadurch Selbstbildung von natürlichen Hormone ausgeschaltet
