
Subject: Haarausfall mit Anfang 20

Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 14:54:42 GMT

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

Hallo ihr Lieben!

Ich lese mich schon seit einiger Zeit durch das Forum und habe nun beschlossen, mich auch hier anzumelden. Da mich sonst eh keiner wirklich versteht und ernst nimmt, hoffe ich (und nehme auch an), dass ihr das ganze Dilemma nachvollziehen könnt. Nun zu mir: Ich bin weiblich und 21 Jahre alt. Seit circa einem Jahr ist mir aufgefallen, dass ich extrem viele Haare verliere. Hab sie zwar nieeee exakt gezählt, aber man hat einfach gesehen, dass es sehr sehr viele waren. Ich habe eigentlich ziemlich schnell auf das Ganze reagiert und eigentlich fast alles ausgeschöpft, um meinen Haarausfall zu besiegen. Bisher hat leider nicht wirklich was angeschlagen. Ich habe jetzt vielleicht noch die Hälfte meiner Haare.. wenn überhaupt und bin deswegen echt langsam am Ende meiner Nerven. Und der Teil, der noch übrig ist, ist total dünn, licht und fusslig. Fühlt sich richtig weich und eklig an. Außerdem verfilzen die Haare beim waschen jedes mal. Bekomm das gar nicht wirklich raus Ich war bei zig Ärzten, die teilweise recht unterschiedlicher Meinung war. Der eine schloss auf Telogeneffluvium wg. Zinkmangel und Hirsutismus, aber die meisten meinten, dass es wohl AGA ist. Ich muss dazu sagen, dass ich seit ich 16 bin die Pille genommen habe, diese dann aber im Sommer 2010 das erstmal abgesetzt habe. Dann hab ich sie aber wieder n paar monate genommen (fragt mich nicht wieso) und dann im November komplett abgesetzt. (habe die yasminelle genommen). Bis September war ich dann "pillenfrei", hab dann aber mit der Bella Hexal 35 angefangen, weil ich mir nicht anders zu helfen wusste und dachte, dass der Haarausfall dadurch gestoppt werden kann. Naja war wohl nicht so ich nehme Zink, Eisenkapseln, Priorin, zwischendurch mal Kieselerde und hab auch sonst schon jegliche NEM ausprobiert... alles ohne sichtbaren Erfolg. Meine Werte sind auch alle im Rahmen. Zink war mal ein bisschen niedrig, aber das ist jetzt auch wieder in der Norm. Meine Hormone wurden unter Einnahme der Pille getestet. Deswegen weiß ich nicht, ob das so aussagekräftig ist. Nun ja... seit einem Monat mach ich nun die Mesotherapie. Meine letzte Hoffnung (weil ich mich einfach nicht traue Regaine anzuwenden).

Ich weiß echt nicht mehr weiter... bin psychisch so am Ende, weil sich seit Monaten alles nur noch um die Haare dreht (die mir einfach so verdammt wichtig sind). Ich hab kaum Kraft und Konzentration für wichtige Dinge, wie Studium, Familie etc. Gibt es hier vielleicht Leute, bei denen der Haarausfall auch schon so früh eingesetzt hat? Und gibt es Hoffnung, meine Haare wieder zu bekommen oder muss ich mich damit abfinden? Ich hoffe, dass mir jemand weiterhelfen kann und mich versteht

sorry, wenn es so einen ähnlichen Thread schon gibt. Hab zwar schon gesucht, aber nichts gefunden und ich kenn mich hier noch nicht ganz so gut aus. Hoffe, dass das nicht zuviel auf einmal war und sich vielleicht doch jemand die Mühe macht, meinen Beitrag zu lesen!

Freue mich über jede Antwort!!! Danke!

Liebe Grüße,

Nina

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 15:10:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ninnah90

Auf der Startseite haben sich Mitglieder Gedanken gemacht und alles zusammengefasst, was Du untersuchen lassen solltest oder worüber Du nachdenken solltest ob es auf Dich zutrifft.
Untersuchungen möglicher Ursachen von Haarausfall:

Hormone:

Mögliche zu untersuchende Hormone je nach Krankheitsbild:

Androstendion
Testosteron
DHT (Dihydrotestosteron)
DHEAS (Dehydroepiandrosteronsulfat)
LH (luteinisierendes Hormon)
FSH (Follikel-stimmulierendes Hormon)
E2 (Estradiol/Östradiol)
Prolaktin
SHBG (Sexual Hormon Bindendes Globulin)
Progesteron

Zuständiger Arzt: Endokrinologe oder ggf. Gynäkologe

PCO-Syndrom

Das PCO-Syndrom ist eine Erkrankung, die durch Zyklusstörungen, einen männlichen Behaarungstyp (Hirsutismus) und/oder vermehrte männliche Geschlechtshormone im Blut (Hyperandrogenämie) definiert wird.

PCO auf qualimedica.de

AGS

Unter dem Wort Adrenogenitales Syndrom (AGS) wird eine Gruppe autosomal-rezessiv vererbter Stoffwechselkrankheiten verstanden, die durch eine Störung der Hormonsynthese in der Nebennierenrinde gekennzeichnet ist. Dabei ist die Bildung von Aldosteron und Kortisol gestört.

AGS auf onmeda.de

Diese Erkrankungen kann ein Endokrinologe diagnostizieren. Beide Erkrankungen rechtfertigen die Therapie mit einer antiandrogenen Pille, wie z. B. Diane35.

Problematisch wird es dann, wenn man bereits die Pille nimmt. Denn man kann beides unter Pilleneinnahme nicht eindeutig diagnostizieren. Das bedeutet, man müsste sie erst absetzen, um dann nach Diagnosestellung wieder damit zu beginnen.

Die Pille

Die Pilleneinnahme kann ebenfalls Haarausfall verursachen. Sie täuscht dem Körper permanent eine Schwangerschaft vor, was zu vielen hormonellen Problemen führt. Darüber hinaus raubt sie dem Körper Nährstoffe, die mangels Kenntnis darüber nicht wieder zugeführt werden. Die Pille beeinträchtigt den Stoffwechsel und erhöht dadurch den Bedarf an Folsäure, Vit. B1, B2, B12 sowie auch Vit. C, Zink und Magnesium. Der Bedarf an Vit. B6 ist bei Frauen, die die Pille nehmen, 5-10 mal so hoch wie bei Frauen, die sie nicht nehmen. Ohne genügende Versorgung mit Nährstoffen ist kein vernünftiger Haarwuchs möglich. Auch hier wird es dann problematisch, wenn man bereits viele Jahre die Pille nimmt und sie nun absetzen möchte, denn auch ein Absetzen dieser stürzt den Körper natürlich in ein Hormonchaos. Hier kann nur jeder für sich selber abwägen und entscheiden, welcher der richtige Weg ist.

Hier - wie auch grundsätzlich - gilt: vor jeder Therapie sollte eine gründliche Suche nach den Ursachen für den Haarausfall stattfinden. Denn jede begonnene Therapie erschwert unter Umständen die Suche nach der eigentlichen Ursache für den Haarausfall. Man vermutet, dass es bei Frauen, die die Wechseljahre noch nicht erreicht haben, oftmals eine andere Ursache für den Haarausfall gibt als androgenetische Alopezie.

Schilddrüse

Für die Abklärung der Schilddrüse sollte man sich nicht auf die erste Diagnose der Hausärzte verlassen. Denn diese haben in der Regel nicht ausreichend Erfahrungen und auch nicht die Möglichkeiten, alles zu untersuchen, was notwendig ist, um eine gesicherte Diagnose zu stellen. Daher sollte die Schilddrüse immer beim Spezialisten untersucht werden. Das sind Radiologen oder Nuklearmediziner. Dort wird eine entsprechende Blutuntersuchung gemacht. Dabei sind unbedingt folgende Werte notwendig:

TSH (Thyroidea stimulierendes Hormon)

die freien Werte (nicht T3 und T4!):

fT3 (freies Trijodthyronin)

fT4 (freies Tyroxin)

Autoantikörper gegen Thyreoglobulin (Tg-AK)

Autoantikörper gegen thyreoidale Peroxidase (TPO-AK), auch mikrosomale Antikörper (MAK) genannt

Autoantikörper gegen den TSH-Rezeptor (TRAK)

Grundlegende Informationen zu Funktionsstörungen der Schilddrüse findest Du hier :

Endokrinologie/SD auf dr-kluthe.de

Dazu sollte man wissen, dass die Verordnung von Jod nicht unumstritten ist. Besonders folgenschwer kann sie sein, wenn eine Schilddrüsenvergrößerung vorliegt aufgrund der hypertrophen Form der Hashimoto Thyreoiditis. Durch das Jod wird der Entzündungsprozess im Körper zusätzlich angeheizt mit oft schwerwiegenden Folgen. Leider sind sich nicht alle Ärzte, besonders Hausärzte ohne spezielle Kenntnisse zur Schilddrüse, über diese Zusammenhänge im Klaren und so wird immer noch viel zu häufig Jod verordnet, wo statt dessen eine gründliche Schilddrüsendiagnostik hätte stattfinden müssen. Auch aus diesem Grund die dringende Empfehlung, zur Schilddrüsendiagnostik immer einen Facharzt aufzusuchen.

Anhand der Antikörper kann man eine Autoimmunerkrankung der Schilddrüse feststellen, die wohl die häufigste Ursache für eine Fehlfunktion ist (Hashimoto Thyreoiditis und Morbus Basedow).

Antikörper bei Hashimoto Thyreoiditis:

in 90% der Fälle sind die TPO-AK erhöht
in 50%-60% der Fälle sind die Tg-AK erhöht
selten sind die TRAK (<10%) erhöht

Die Höhe der Antikörper schwankt häufig und es gibt Fälle, in denen keine erhöhten Werte für die Antikörper gefunden werden.

Antikörper bei Morbus Basedow:

in 80-90% finden sich erhöhte Werte für TRAK (Antikörper gegen TSH-Rezeptor; wirkt wie TSH selber und fördert die Hormonproduktion)
in 50-70% der Fälle werden im akuten Stadium erhöhte Werte für TPO-AK gefunden
in 20-40% der Fälle werden im akuten Stadium erhöhte Werte für Tg-AK gefunden

Zusammenfassend kann man sagen, dass bei Hashimoto meistens die TPO-AK erhöht sind und bei Morbus Basedow die TRAK.

Darüber hinaus wird die SD mittels einer Sonografie auf Größe und Beschaffenheit untersucht. Schließlich wird eventuell noch ein Szintigramm gemacht, womit man die Tätigkeit der SD überprüft:

Sonographie (Ultraschalluntersuchung)

Szintigraphie/Szintigramm (Funktionsabbild der Schilddrüse nach intravenöser Gabe eines radioaktiven Indikators)

Es gibt Fälle, bei denen es sehr schwierig ist, eine Diagnose zu stellen. Es gibt Betroffene, bei denen keine Antikörper nachzuweisen sind und es gibt Fälle, bei denen TSH immer

supprimiert ist (z. B. bei KPU), auch in Unterfunktion (normalerweise wäre dieser Wert erhöht). Das führt zu Fehldiagnosen. Das alles macht es oft erforderlich, mehrere Ärzte aufzusuchen oder die Untersuchungen in regelmäßigen Abständen zu wiederholen, weil man manchmal eben nur anhand des Werteverlaufes oder der Größe der SD, wenn diese sich verändert, eine Diagnose bekommt. Wichtig ist, sich immer die Befunde in Kopie aushändigen zu lassen, um selber einen Überblick zu bekommen, was untersucht worden ist und wie die Entwicklung war. Das gilt übrigens für alle Laborwerte.

Weitere Erklärungen und ein Forum über die Schilddrüse findest du hier:
[Hashimoto Thyreoiditis und Morbus Basedow](#)

Eine Liste von empfohlenen Ärzten findest du hier:
[schilddruesenspezialisten.de](#)

Nebenniere

Forum auf [ht-mb.de](#)

KPU/HPU

Selbsthilfe Pyrrolurie

Hier entsteht ein Mangel an Vit. B6 und Zink, der nicht über die Nahrung ausgeglichen werden kann. Durch den Mangel daran entstehen oftmals weitere Mängel und Stoffwechselprobleme mit allen bekannten Problemen, zu denen natürlich auch Haarausfall gehören kann. KPU kann mittels eines Urintestes nachgewiesen werden, den man selber bezahlen muss.

Nährstoffmangel

Hier ist in erster Linie an Eisenmangel zu denken. Zur Bestimmung des Eisenhaushaltes benötigt man:

Blutbild
Eisen
Ferritin
und Transferrin

Die einzelnen Parameter können durch Infekte oder andere Dinge verfälscht werden, so dass man das Gesamte sehen muss, um wirklich Aufschluss über den tatsächlichen Zustand zu bekommen.

Auch hier werden oftmals aus wirtschaftlichen Gründen nicht alle Werte untersucht. Es ist daher sinnvoller vorher nachzufragen, welche Werte bestimmt werden sollen und gegebenenfalls anbieten, einen Wert selber zu bezahlen (Ferritin wird beispielsweise selten ohne ausdrücklichen Wunsch mitbestimmt).

Weiter zu den B-Vitaminen und Zink. Wichtig ist hierbei, dass es nicht ausreicht, diese im Serum zu bestimmen, sondern man benötigt Stoffwechselprodukte und Enzymtätigkeiten, um zu wissen, wie viel dem Körper tatsächlich zur Verfügung steht.

Auf die menschliche Haut treffende intensive Sonnenstrahlung (UV-Strahlung) reduziert die Folsäure im Körper. Bei hellhäutigen Menschen ist der Effekt besonders stark. Auch das sollte man bedenken. Vor allem Frauen, die die Pille nehmen, sollten sich bewusst sein, dass sie hier doppelt gefährdet sind und diesen Punkt besonders im Auge behalten.

Als Ursache eines Nährstoffmangels sollten neben der Pille auch Erkrankungen wie Magersucht und Bulimie hervorgehoben werden. Ebenfalls können strenge Diäten, Stress, Nikotin- und übermäßiger Alkoholkonsum auch zu einer Mangelerscheinung führen.

Wichtig ist ebenfalls, zu wissen, dass es eher schadet als nützt, mehr oder weniger wahllos Vitamine und Nährstoffe einzunehmen. Sie nutzen nur da etwas, wo auch ein Mangel besteht. Ansonsten provoziert man durch die Einnahme eines Nährstoffes, der in genügender Menge schon vorhanden war, an anderer Stelle einen Mangel, da sich im Stoffwechsel vieles gegenseitig bedingt.

Das ist vermutlich das schwierigste Kapitel, denn selbst wenn man weiß, welche Werte man bestimmen lassen muss (vieles davon muss selber bezahlt werden), ist es noch nicht gesagt, dass man das Ergebnis auch richtig deutet.

Ein Link, in dem Vitamin- und Mineralstoffmängel in Bezug auf Haarausfall ganz gut erklärt werden:

Diffuser Haarausfall auf bnw-natur.com

Zuständiger Arzt: Allgemeinmediziner oder Internist

Stress, Depressionen

Auch Depressionen und Stress können Haarausfall verursachen. Ursache hierfür sind verschiedene Neurotransmitter und andere Botenstoffe, die die Haarfollikel negativ beeinflussen. Wichtig ist, den Ursachen hierfür auf den Grund zu gehen, denn Stress wirkt sich nicht nur schädigend auf den Haarwuchs aus, sondern in erster Linie auch auf andere Organe. Bei Stress haben sich Dinge wie autogenes Training und andere Entspannungsübungen durchaus bewährt.

Genetische Veranlagung

Abschließend sollte man nicht vergessen, dass es durchaus eine genetische Veranlagung dazu gibt, mit Haarausfall zu reagieren. So bekommt natürlich nicht jeder, der eine Schilddrüsenfunktionsstörung oder Nährstoffmangel hat, automatisch Haarausfall. Erst die genetische Disposition dazu und oft auch die Tatsache, dass nicht nur eine Ursache, sondern

mehrere, die sich gegenseitig bedingen, vorliegen, bewirkt dann, dass Haarausfall als Symptom auftritt. Wer den Ursachen dafür auf den Grund geht, hat durchaus Chancen, den Haarausfall zu besiegen. Allerdings ist es leider aufgrund der Vielfalt der Ursachen und des Zusammenspiels von hormonellen Vorgängen und Stoffwechselprozessen nicht immer möglich, die Ursachen ausfindig zu machen.

Medikamente:

Nicht zu unterschätzen ist auch der Einfluss von Medikamenten auf den Haarausfall, welcher bereits nach wenigen Tagen, oder auch erst mehrere Monate nach Beginn der Medikamenteneinnahme, auftreten kann. Für die Ursachenforschung ist es daher wichtig, zu recherchieren, welche Medikamente man in den letzten Wochen und Monaten zu sich genommen hat.

Hier findest du eine Liste mit Medikamenten, die Haarausfall verursachen können:

Medikamenten-Liste

Ig

Biggi

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [tividi](#) on Sat, 12 May 2012 15:42:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Nina,

ich kann, wie wohl jeder hier, mit dir fühlen...

ich kann dir auch nicht weiterhelfen, da mir ja auch nix hilft... aber ich wollte dich mal wegen Meso befragen...

Ich mache auch Meso.
Hab hier auch einen Mesohair Thread aufgemacht..

Bist du wöchentlich bei der Meso?
Und was wird dir gespritzt, weißt du das?
Was sagt der Arzt wann der Haarausfall durch die Meso aufhören müsste?
Wird dir mit der Mesopistole gespritzt oder per Hand?

Wär nett von dir zu hören, hier oder du antwortest im Mesohair Thread..

liebe grüße
tividi

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 15:49:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank Biggi, dass du dir die Mühe gemacht hast, mir das alles aufzulisten!

Wie schon gesagt, hab ich alles davon schon gemacht und steh mehr oder weniger ratlos da, weil nirgends etwas richtig auffälliges herausgekommen ist :/ Schilddrüse ist in bester Ordnung, bei den Nährstoffen lag ich auch immer in der Norm und wenn dann nur ganz knapp darunter (sollte sich eh stabilisiert haben, da ich ja entsprechende NEM nehme), Hormone hat man wie gesagt auch bestimmt, allerdings unter Einfluss der Pille, PCOS wurden vom Frauenarzt auch ausgeschlossen, genetische Veranlagung .. hm ja. Wir haben alle dünne Haare, aber ich hatte früher wesentlich mehr. Meine Oma und mein Opa mütterlicher Seite haben im hohen Alter noch gute Haare. Meine Mutter hat auch noch recht gute Haare. Nur auf der Seite meines Vaters haben die Männer (also mein Vater, Onkel, Opa) halt ne Tonsur. Stress hatte und hab ich nicht wirklich. Das einzige was mich eben richtig runterzieht und depressive Stimmungen bei mir auslöst, ist eben das Thema Haarausfall. Ansonsten weiß ich echt nicht mehr, was ich da noch machen könnte. Mags aber einfach nicht so hinnehmen und akzeptieren

weiß einfach nicht mehr weiter und hoffe hier einfach, frauen zu finden, denen es ähnlich wie mir geht. Vielleicht stoße ich durch den Austausch mit Gleichgesinnten doch noch auf eine Methode, die mir weiterhelfen könnte.

Kann dieser Haarausfall eigentlich auch von meinem Vater bzw. Opa vererbt worden sein? Kann und will mir einfach nicht vorstellen, dass Frauen eine männliche Glatze ausbilden können

Liebe Grüße,

Nina

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Thatlittlehope](#) on Sat, 12 May 2012 15:49:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi ninnah,

du erinnerst mich sehr an mich selbst. Mein HA wurde auch mit 21 akut, jetzt bin ich 22 und hab so vieles ausprobiert, bis mir letztendlich die Pille und Vitamin D (hab Mangel) geholfen hat...aber wachsen tut noch lange nicht so viel wie soll und überall ist Kopfhaut zu sehen und mit 22 tut sowas einfach weh, vorallem wenn man sich auf Uni konzentrieren muss. Lass auf jeden Fall alles kontrollierne, was Biggi geschrieben hat und vor allem PCO, weil da oft Hirsutismus dabei ist. Bei mir besteht der Verdacht und ich habe eine Pille bekommen, die man typischerweise bei PCO bekommt und hat mir schon sehr geholfen.

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20

Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 16:27:14 GMT

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

Hey

Danke für deine Antwort! Vitamin D hab ich auch mal kurzzeitig genommen, weils eben auch leicht unter der Norm lag. Habs dann aber mal abgesetzt, weil meine Heilpraktikerin meinte, dass ich jetzt erstmal nur ihre homöopathischen Mittel nehmen soll. Das mit den PCOs hab ich auch schon mal angesprochen. Allerdings meine mein Frauenarzt, dass ich ja eh die Pille nehme und somit alles okay ist?! (so war das glaub ich) Hat also kein Ultraschall gemacht. Meinst du ich soll da nochmal nachhaken? Und wenn ich das hab, was macht man denn dagegen?

Liebe Grüße

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20

Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 16:30:12 GMT

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

Hallo Ninnah,

Zitat: dass ich ja eh die Pille nehme und somit alles okay ist

Du weißt schon das Dir die pille sämtliche Vitamine des B-Komplexes und Folsäure raubt, oder?

Ig

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20

Posted by [Thatlittlehope](#) on Sat, 12 May 2012 16:31:42 GMT

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

Also ich hab auch kein Ultraschall gemacht, ich weiß nicht wieso. Aber sie meinte irgendwie besteht Verdacht...kannst ja deine Ärztin nochmal fragen.

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20

Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 16:33:22 GMT

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

Hey biggi,

ja das weiß ich vielleicht wäre es echt besser gewesen, komplett auf die Pille zu verzichten. Da ich aber so verzweifelt war, hab ich diese einfach wieder vorschnell und unüberlegt genommen, ohne mir dabei bewusst zu sein, was dieses Ding eigentlich alles auslösen kann und welche Nebenwirkungen damit verbunden sein können. Naja.. kann das leider nicht mehr

ändern und ich traue mich jetzt ehrlich gesagt auch nicht mehr, die wieder so schnell abzusetzen, weil sich mein Körper bei diesem ganzen Hin und Her nie erholen kann. Ich schaue einfach, dass ich mich ausgewogen ernähre. Einen Vitamin B-Komplex nehme ich auch.

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 16:50:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Ninnah,

Das sollte auch kein Vorwurf sein, wir alle haben angesetzt, abgesetzt und wieder angesetzt und so weiter.

Es hat sich sogar gezeigt das dieses ewige Nehmen, nicht nehmen und wieder nehmen den Körper völlig verrückt macht.

Wenn Du Deine Werte, die an der unteren Norm vorbeischrabben mindestens in den Mittelbereich schaufeln könntest, wäre das schön.

Und bei den ganzen Nems nicht zu niedrig einsteigen, sondern eher hoch. Ich hatte 5 Jahre Androcur gegen Haarausfall und was ist passiert? Ich hatte Haarausfall vom Androcur weil es ein absoluter Räuber aller Vitamine ist. Ich mußte mit der 1000 sendsten Tagesdosis wieder alles in Ordnung bringen.

Zu der erblichen Frage: ja, so was gibts es, aber das mußt Du googeln, ich weiß es nicht mehr genau aber es ist wohl die Mutter des vaters oder so..., mußt mal lesen.

lg

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 17:45:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das hab ich auch garnicht als Vorwurf aufgefasst, keine Sorge

Ohja.. deswegen werd ich das jetzt erstmal so durchziehen. Wohl oder übel.

Ja genau. Da bin ich auf jeden Fall dran. Lass bald wieder mal die Werte bestimmen und schau, ob alles soweit passt.

Ohje ./ das tut mir leid. Ich glaub eh, dass ich viel zu viel in mich reinhau. Aber irgendwie gibt mir

das ein sicheres Gefühl.

Naja gut. Meine Oma hat auch dünne Haare. Aber sie ist über 80 und hat noch Haare! Klar auch ganz kurz und lichter, aber keine komplett kahlen Stellen oder sowas. Finds halt einfach total erschreckend, dass das schon in so nem jungen Alter anfängt... ist das nicht so, dass je früher so ein Haarausfall einsetzt, umso schlimmer prägt er sich aus oder verläuft er? Hab ich überhaupt irgendwie die Chance, meine Haare wieder so zu bekommen, wie sie noch vor nem Jahr wären? es ist halt alles so unklar... keine Gewissheit und nichts. Ich habs eh nicht so mit der Geduld und irgendwann hat man auch nich mehr so die Kraft. So ist es zumindest bei mir. Aber will euch jetzt auch nicht zujammern wird euch ja nicht anders gehen...

Liebe Grüße

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 17:51:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Ninnah,

Grundsätzlich kann man sagen Haarausfall in jungen 20er Jahren ist meistens ein Haarausfall der Mangelerschienungen, meistens Eisen.

AGA in dem Alter ist extrem selten, wobei heute viel zu schnell AGA diagnostiziert wird, mangels Ahnung.

Auch wenn es hier hochspeziell oft um Hormone geht, so liegt das ganz einfach daran, weil viele DIE PILLE nehmen.

Pille kann gegen HA wirken oder welchen verursachen.... alles schon dagewesen.

Ig

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 17:57:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja ich wollt ja auch nie wahr haben, dass das wirklich AGA sein soll. Und ich weiß auch jetzt noch nicht, ob ich das wirklich so glauben soll. Bin mir eigentlich ziemlich sicher, dass das bei mir durch dieses an- und absetzen der Pille kam bzw. die das ganze ins rollen gebracht hat. Und dann noch (damals unbemerkte) Nährstoffdefizite. Haja... mich würds halt echt interessieren, ob ich die Chance hab, dass wenn sich das hormonelle Ungleichgewicht endlich wieder einigermaßen eingependelt hat und sich mein Körper an die neue Pille gewohnt hat, wieder

einspielt und meine Haare wieder normal nachwachsen und von ihrer Struktur wieder besser werden

ich hatte vor Pilleneinnahme und auch während der Einnahme viel mehr Haare als jetzt. Meine Mutter meinte zwar, dass mir schon immer einige Haare ausgegangen sind, weil auf den Treppen immer so viele lagen, aber sie sind halt nie so extrem ausgedünnt und vor allem gabs keine lichten Stellen

LG

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 18:09:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Ninnah,

wie sieht denn Dei HA aus?

Sind die Seiten ausgedünnt? Ist er eher diffus über den Kopf verteilt?

wie schlimm ist er?

Ist er das ganze Jahr über gleich hoch?

Ig

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 18:24:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Meine Haare gehen eigentlich überall am Kopf aus. Ist alles komplett ausgedünnt. Am schlimmsten ist es eigentlich am Haaransatz und an den Geheimratsecken (aber die hab ich laut Friseur schon länger... schon vor dem ganzen Haarausfallzeug). Am Oberkopf ist es schon auch licht. Aber wie gesagt... mir gehen sie halt auch über den Ohren und im Nacken aus. Man sieht sogar am Hinterkopf schon Scheitel der sich total lang runterzieht ...

Im moment finde ich, dass mir wieder mehr Haare ausgehen. Nach dem Föhnen kann ich Berge davon einfach so rausziehen und gerade auch aus einer Strähne teilweise 4-5... echt schlimm. Gab zwischendurch immer mal wieder Tage wo ich dachte, heyy im Sieb ist mal garnix und es ist grad echt n bisschen besser. Kann nicht wirklich sagen, ob es im Winter schlimmer war als jetzt ehrlich gesagt

Danke, dass du dir die Zeit nimmst, um meine Fragen zu beantworten. Echt total lieb von dir!!

LG

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 18:41:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Meine Haare gehen eigentlich überall am Kopf aus. Ist alles komplett ausgedünnt. Am schlimmsten ist es eigentlich am Haaransatz und an den Geheimratsecken (aber die hab ich laut Friseur schon länger... schon vor dem ganzen Haarausfallzeug). Am Oberkopf ist es schon auch licht. Aber wie gesagt... mir gehen sie halt auch über den Ohren und im Nacken aus. Man sieht sogar am Hinterkopf schon Scheitel der sich total lang runterzieht ...

Also kein AGA.

Die GHE sind meistens zuerst weg und die letzten die wiederkommen. Der Aufbau der Haut auf dem Kopf ist unterschiedlich, In der Regel sind die Haare am Hinterkopf robuster, es sei denn sie sind unterversorgt, dann gehen die Haare natürlich überall aus, auch am Hinterkopf. Der Neuwuchs, sofern vorhanden, ist miniaturisiert oder dystrophisch (keine vollwertigen Haare), das wird gerne der AGA zugeordnet, ist aber bei einem Defizit genauso.

Der Verbrauch an Vitaminen, Nährstoffen und Spurenelementen ist bei Pilleneinnahme 5-10x höher als bei einer Frau die die Pille nicht nutzt. Die Ausfallzahlen bei einem Mangel können gut Zahlen an Waschtagen bis zu 1000 Haare bedeuten.

Ig

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 18:48:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja ich finde eben auch, dass das nicht ganz dem AGA Muster entspricht... sonst wär mein Nacken doch nicht auch so löchrig und allgemein der ganze Kopf aber da es bei mir halt an der Stirn und an den Geheimratsecken ziemlich licht ist und da auch nur ganz feine kurze Haare wachsen, wird halt gleich darauf geschlossen... hm ich weiß garnicht mehr, was mir denn dann fehlen könnte bzw. welche Mängel bestehen. Mein Ferritin ist schon auf 77 angestiegen (dafür war mein Eisen total niedrig bei diesem Laborbefund) und auch mein Zink liegt jetzt gut in der Mitte. Vitamin D müsste ich vielleicht mal wieder testen lassen. Oder welche Sachen müsste man denn noch besonders auf einen vorhandenen Mangel testen lassen?

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 18:55:32 GMT

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

Zitat:Oder welche Sachen müsste man denn noch besonders auf einen vorhandenen Mangel testen lassen

Den ganzen B-Komplex, außerdem einen Vitaminstatus und Spurenelemente. Ich habe den Eindruck Du hast einen Arzt der mitzieht.

SD war ok? weil die Pille oftmals eine UF macht.

Wir werden in Kürze hier einen Thread eröffnen, der sich mit der Pille Nährstoffräuber befasst.

Ig

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 19:39:16 GMT

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

Ich muss aber sagen, dass ich die einzelnen Werte von verschiedenen Ärzten zusammen gesammelt habe. Die knausern da ja immer voll rum... wo mach ich denn so einen Vitamin und Nährstoffstatus? Bei nem normalen Allgemeinmediziner? Die Kosten dafür muss ich wahrscheinlich dann auch selber übernehmen oder? Was würd mich das denn in etwa kosten?

SD hab ich mehrmals untersuchen lassen. Ultraschall, Szinti und Blutwerte haben laut Arzt immer gepasst. Da die Labore leider auch immer andere waren, kann man die Werte nicht so gut miteinander vergleichen. Ich selbst würde sagen, dass ich da schon deutliche Schwankungen in den TSH werten hatte und ft4 und ft3 waren meines Erachtens immer ein Bisschen niedrig... aber beanstandet hat nie jemand etwas.

Ah das ist ne gute idee

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 19:43:51 GMT

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

Ich habe kürzlich gelesen da hatte ein Mitglied einen Ferritinwert von ca: 10 und der Arzt sah keinen Handlungsbedarf, man könnte das auch unterlassene Hilfeleistung nennen.

Bitte laß FT3 und FT4 prüfen und dann sehen wir weiter.

Das wird schon!!!!

Ig

Ps. Man kann manchmal ein bißchen tricksen, indem man Symptome schildert die auf den einen oder anderen Mangel schließen lassen. Dann muß er handeln.

lg

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 19:50:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh man... naja ich erlebe das auch immer wieder. Die Ärzte sind heute echt alle sowas von inkompetent und denken nur noch ans Geld.. klar, kann man nicht verallgemeinern. Aber diese Erfahrungen musste ich gerade die letzte Zeit machen. Hab mich über das ganze Thema selber schlaue gemacht und ich glaub ich weiß manchmal mehr, wie n Hautarzt darüber.. echt traurig.

ft3 und ft4 hab ich schon auch mehrere Male testen lassen und das war immer okay! Ich kann die einzelnen Werte natürlich auch mal online stellen (geht aber erst ab Dienstag, weil ich solange noch Zuhause bin und die Werte an meinem Studienort). Aber wie gesagt, da alle in anderen Laboren ausgewertet wurden kann man da nicht so gute Relationen ziehen

und das mit dem Tricks hab ich auch schon oft angewendet. Ich musste nicht mal lügen. Mir gings gerade im Oktober, November und Dezember letzten Jahres richtig schlecht. Hab dauernd geschwitzt und dann wieder gefroren, war ständig müde und schlapp und hatte übelste Stimmungsschwankungen. Naja bis auf das müde und schlapp sein, was ich immer noch ziemlich oft hab, hat sich das andere ziemlich gut eingespielt. Hatte halt wirklich viele Symptome, die auf ne Fehlfunktion der Schilddrüse hindeuten. Aber die läuft laut mehreren Aussagen ja tip top.

lg

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 19:56:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: Hatte halt wirklich viele Symptome, die auf ne Fehlfunktion der Schilddrüse hindeuten. Aber die läuft laut mehreren Aussagen ja tip top

Wenn Du diese Symptome hast kann sie nicht tip top sein.

Nuclearmediziner sind hier die Richtigen, der kann gleich NN, auf Diabetas testen, eben alles was Drüse ist.

Du bist relativ abgeklärt und hast eine gute Selbstbeobachtung. Ich bin mir sicher Du hast den Ha schnell im Griff.

lg

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 20:02:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja war mir deshalb eigentlich auch ziemlich sicher, dass da was nicht passt. War auch bei einem Nuklearmediziner und dann speziell in einer Schilddrüsenabteilung das ist noch garnicht solange her. Und auch da konnte man mir nichts auffälliges nachweisen.
Danke! Muss dazu auch sagen, dass ich mich echt sehr intensiv mit dem Thema beschäftigt habe und es auch heute noch mache... wäre echt zu wünschen geht ja jetzt schon Monate so und besser ist nichts geworden, eher schlimmer und das auch in so rasantem Tempo. Ich kannst garnicht glauben, dass man innerhalb von ein paar Wochen wieder so einen enorm starken Unterschied in der Haarfülle bemerkt... darf sie mir kommenden Samstag jetzt auch noch n gutes stück kürzer schneiden lassen, weil man das so echt nicht mehr anschauen kann

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sat, 12 May 2012 20:16:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:das ist noch garnicht solange her. Und auch da konnte man mir nichts auffälliges nachweisen

Hast Du es gesehen oder hast er es gesagt.
Laß Dir Deine Werte mitgeben, die gesetzliche Grundlage dazu ist ja da.

Außerdem ist eine zweite Meinung immer gut.

Und eine nicht behandelte Ursache, welche auch immer, verschlimmert sich nur statt sich zu verbessern.

Wenn Du irgendwann Neuwuchs feststellen solltest, verschaffst Du Dir auch etwas mehr zeit. Ja, selbst etwas mehr als diese 100 Haare pro Tag merkt merkt man irgendwann.

Ein Kurzhaarschnitt verschafft wenigstens der Optk mehr Fülle wenn man die ausgefransten Strähnen nicht mehr so sieht.

lg

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Sat, 12 May 2012 20:27:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich lass mir die Werte immer schriftlich mitgeben!
Mit der zweiten Meinung stimme ich dir voll und ganz zu. Aber war echt schon bei sovielen verschiedenen Ärzten und hat auch nichts neues ergeben

man kann schon n paar kurze haare sehen. die sind aber sowas von dünn, fein und kraftlos und an den geheimratsecken ist nur noch so n flaum der schon ewig die gleiche, kurze länge hat und meines Erachtens garnicht mehr richtig wächst.

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Wallemähne](#) on Sun, 13 May 2012 08:26:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Biggi, super Beitrag!

Den drucke ich mir ebenfalls aus, da ich jetzt ins Endokrinologikum soll. Und auch will. Leider ist es nicht immer so gerne gesehen, wenn man als Patient zu viel weiß und zu viele Wünsche hat. Aber ich versuche auf alle Fälle mein Glück. In unserer Familie liegt AGS, obwohl ich kein direkter Träger bin, aber meine Schwester hat es.
Und AGS hast Du ja auch aufgelistet. Daran habe ich bisher noch gar nicht gedacht. Bin gespannt, wieviele Werte ich rausholen kann.

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [Biggi01](#) on Sun, 13 May 2012 11:44:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Wallemähne,

der Beitrag ist nicht von mir, sondern auf der Startseite die 3. Position von oben.

Ig

Subject: Aw: Haarausfall mit Anfang 20
Posted by [ninja_90](#) on Tue, 15 May 2012 09:21:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey ihr Lieben!

Habe gestern meinen Mesotherapeuten auf eine Blutuntersuchung hinsichtlich Mikronährstoffe,

Vitamine etc. angesprochen. Hat von euch jemand eine Ahnung, welche Stoffe ich dabei unbedingt abdecken sollte? Muss ich ja leider alles selber zahlen, aber ich würde halt echt mal gerne einen umfassenden Überblick über meine Werte haben!

Schilddrüsenparameter hab ich erst neulich machen lassen und bei den Hormonen wird es wenig Sinn machen, diese zu testen, wenn ich eh die Pille nehme, oder?

Danke schon einmal!

Liebe Grüße,

Nina
