

---

Subject: Hormonchaos - noch Ideen?!

Posted by [Marion83](#) on Sat, 26 May 2012 06:06:59 GMT

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

---

Hallo, bei mir ist hormonell einiges im Argen. Ich dachte ich beschreib mal kurz das Chaos - vielleicht hat jemand ähnliche Konstellationen oder Ideen, was nun dran wäre, um den Haarausfall endlich irgendwie in den Griff zu kriegen.

- Beginn der HA letztes Jahr - es ergab erhöhtes Prolaktin durch ein Hypophysenadenom, ist aber seit Dezember medikamentös (Dostinex) wieder in den Normbereich gebracht
- minimale Schilddrüsenunterfunktion (TSH 3, ft4 knapp unter der Norm) - gehe ich seit 3,5 Wochen mit L-Thyroxin an, bislang keine Besserung, ich hoffe noch, aber es ist unwahrscheinlich, dass so starker HA von solch minimaler Abweichung kommt
- viel zu niedriges LH und FSH, körpereigenes Östrogen zu niedrig -- dies kommt laut Endokrinologe von der Pille (Valette im Langzyklus, nehm ich seit Jahren, tat Haaren zuvor immer gut), allerdings sind die Werte wohl auch für Pilleneinsteherinnen zu niedrig, es könnte auch an der Hypophyse liegen
- stark erhöhtes SHGB - auch SHGB wird ja durch die Pille erhöht, aber bei mir liegt es deutlich über der Norm für Pilleneinsteherinnen
- deutlich erniedrigte männliche Hormone, Valette ist ja auch antiandrogen

Die letzte Hautärztin die ich besucht habe, hat betont, dass das hohe SHGB kritisch sei. Hat jemand eine Idee warum?

Außerdem wollte ich fragen, ob jemand noch eine Idee hat wie ich weiter vorgehe. Pille absetzen? Aber scheinbar ist die Pille nicht das einzige Problem sondern auch die Hypophyse. Aber ohne die Pille abzusetzen finde ich das nicht wirklich raus. Zugleich fürchte ich den Pillen-Absetz-Haarfall.

Ach menno, ein Chaos und keine kompetente ärztliche Begleitung.

Liebe Grüße von Marion, die für jegliche Tipps dankbar ist...

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!

Posted by [sunflower3](#) on Sat, 26 May 2012 12:54:10 GMT

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

---

Hallo Marion so geht es mir leider auch stehe auch davor das ding in die Tonne zu kloppen aber was dann ????

Nichts unternehmen geht bei AGA nicht und wenn möchte ich jemanden finden der mich begleitet..

Die bisherigen Frauenärzte konnte ich in die Tonne treten...

Möchte auch nicht in das Loch nach dem Pille absetzen fallen aber man kann halt nur sehen ob was im argen liegt ohne ....

Oh je das wird noch ein langer Weg

sun

---

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!  
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 26 May 2012 14:37:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mmmhfff - mir geht es genauso wie euch..... habe dann Anfang März endlich gewagt die Pille abzusetzen. Mein HA begann während der Einnahme der Neo Eunomin..... - es sind jetzt bald die 3 Monate rum und ich hoffe, dass ich nicht einen SuperGau erlebe..... \*panikhab\*.  
Aber bis jetzt kann ich sagen, dass sie eigentlich super viel gebessert hat was meinen Körper angeht.  
Beim HA nur soviel - es hat sich NICHTS geändert an den Ausfallzahlen.  
Es bleibt also nur abzuwarten was passiert.  
LG

---

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!  
Posted by [sunflower3](#) on Sat, 26 May 2012 15:52:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Mucki,

hast du abgesetzt und mit was entgegengesteuert und hast du deinen Körper machen lassen:-))

Hast du auch so arg Haarausfall das du lichtungen hast???

Bei mir ist es so ..

Ich weiß ich schreib hier dauernd dasselbe -grübel aber ich befinde mich in einer Zwickmühle..

Alles wirklich lässt sich auf AGA schließen auch wenn ich in meine Familie Väterlicherseits schaue...

Meine Pickel und Körperbehaarung etc....

aber das die Wimpern dünner werden und ich an einer Stelle seit einem Jahr ne Lücke habe mit 2 dünnen Flusen eher nicht....

auch das es in 2 Jahren so schnell geht hat mich erstaunt..

57% telogen Haare so lautete es vor einem Jahr und leider habe ich das auch verloren.....

Danke euch

Lg

---

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!  
Posted by [nelli](#) on Sat, 26 May 2012 17:50:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Marion,

ich glaube dir bleibt gar nichts anderes übrig als die Valette abzusetzen. Bei dir scheint ja wirklich einiges im Argen zu liegen was die Hormone betrifft und wie sollst du das jemals in den Griff kriegen, wenn du weiterhin die Pille nimmst. Zum einen weil sie das Hormonbild ja verfälscht und zum anderen weil sie dir ja offensichtlich auch nichts bringt.

Eigentlich solltest du es positiv sehen! So wie sich das anhört, hast du definitiv hormonell bedingten Haarausfall. Damit meine ich nicht AGA, sondern eben aufgrund deines Hormonchaos. Das ist doch definitiv ein Ansatz und du hast gute Chancen auf Besserung, sobald man das Problem in den Griff bekommt!

Bei mir fing der HA auch unter der Valette an und trotz Drängen des Arztes habe ich mich auch nicht für 2 Jahre getraut sie abzusetzen. Prof.Lutz meinte immer, mein Hormonstatus sei unter der Pille nicht aussagekräftig und ich könnte zu den Frauen gehören, bei denen das Pillenestrogen Gift für die Haare sei. Naja, irgendwann habe ich mich getraut sie abzusetzen. Um nicht in ein Estrogenloch zu fallen, habe ich ein wenig Estrifam genommen für ca. 6 Monate. Mein Haarausfall wurde nicht besser und nicht schlechter danach. Nach ca. 8 Monaten wurde ich eh schwanger und das Thema war erst mal erledigt. Alle meine Hormontests aus den letzten Jahren zeigen eigentlich keine Auffälligkeiten. Ich habe seit 2006 nie mehr zur Pille gegriffen. Insofern habe ich jetzt leider auch keinen Ansatzpunkt was ich noch tun könnte, da die Hormone einfach in Ordnung sind. Prof Lutz tippte zunächst bei mir noch mal auf Estrogenmangel, da ich eben auch so extrem dünne Haare bekommen habe. Aber die Speichel- als auch Bluttests zeigen normal mittige Werte für mein Alter. Ich nehme derzeit Phytoestrogene ein auf eigene Faust. Hoffe, dass ich mir damit wenigstens nicht schade, aber ob es was bringt ist wohl auch eher zweifelhaft...

Naja wie gesagt, ich glaube, du wirst das in den Griff kriegen können. Es scheinen ja sogar mehrere Baustellen zu sein und das musst du auf alle Fälle angehen. Wäre halt schön, wenn du einen Arzt finden könntest, der deine ANgst vorm Absetzen versteht und der dir vielleicht auch Estrifam verschreiben könnte, damit du nicht in ein Estrogenloch fällst. Aber vielleicht brauchst du das ja auch gar nicht, weil es sich bei dir auch so nicht verschlechtern wird. Das kann jetzt halt keiner sagen.

Wie gesagt, kann deine Ängste gut verstehen, aber die Alternative wäre die Valette weiter zu nehmen, aber ehrlich gesagt ist das ja keine wirkliche Alternative. Denn sie hilft dir doch offensichtlich kein bisschen.

Ich wünsch dir alles Gute!!  
Nelli

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!  
Posted by [Marion83](#) on Sun, 27 May 2012 08:56:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hei, danke für eure Antworten. Ist immer ein Trost hier mal mit wem über den ganzen Sch\* schreiben zu können.

@sun: Ich sehe, du bist im Selben Schlamassel wie ich... Ich versuch mich schon lange aufzuraffen, die Pille endlich abzusetzen. Sage mir immer, dass es mit der Pille ja auch Stück für Stück bergab geht. Durchs Absetzen würde es vermutlich noch schneller gehen, andererseits hätte ich die Chance, vielleicht näher an die Ursachen zu kommen. Was ich allerdings nicht verstehe, ist diese Argumentation, dass Hormonbestimmung mit Pille nichts bringt. Ich meine, dass ist doch die aktuelle Hormonsituation, das was auch gerade wirkt. Wenn man die Pille absetzt hat man wieder eine neue Situation...

@mucki: Es macht Mut, zu hören, dass du dich rangetraut hast und dass erstmal nichts schlimmer geworden ist. Die Neo Eunomin ist ja ähnlich der Valette antiandrogen. Wie lange hattest du die Pille denn genommen? Und hast du eine Idee was deinen HA bedingt? Ich drück dir die Daumen, dass kein "Super-Gau" bezüglich der Haare kommt. Klar heißt es immer, dass der Haarzyklus 3 Monate dauert, somit wär es prinzipiell noch drin. Andererseits hab ich bei mir das Gefühl, dass die Haare doch schneller reagieren und hab das auch in Foren schon wiederholt gelesen. Was ich in deinem Beitrag nicht ganz verstanden habe: Hat die Pille deinem Körper gut getan oder das Absetzen der Pille? Und inwiefern?

@nelli: Danke für deine mutmachenden Worte. Ich versuch mich auch damit aufzubauen, dass es erstmal ein gutes Zeichen ist, dass hormonell was im Argen ist, da gibt es noch "Baustellen" die man angehen kann. Leider ist aber auch so, dass schon einiges drauhindeutet, dass ich auch AGA habe (sofern es da gibt) - schon lange schleichende Ausdünnung vorn und oben sowie Geheimratsecken. Aber das was nun gerade auf dem Kopf los ist, scheint was extra zu sein. Hoff ich zumindest, es kann nämlich wohl auch so sein, dass AGA durch hormonelles Ungleichgewicht gewissermaßen getriggert wird. Jedenfalls will ich die Valette an sich unbedingt absetzen, da wir eigentlich auch gern Kinder wollen, in nicht allzu langer Zeit. Dummerweise traue ich mich einfach nicht, da ich schon jetzt besch\* ausseh auf dem Kopf und einfach nicht weiß, ob ich die Ruhe bewahren (nicht verzweifeln, weiter auf Arbeit und unter Leute gehen) kann, wenn es schlimmer wird. Die Notlösung Haarteil ist ja leider gescheitert (...der andere Beitrag...). Wie lange hattest du die Valette denn schon genommen als es bei dir los ging? Ich nehm sie seit über 1 Jahren und hatte eigentlich das Gefühl, dass sie den Haaren gut tut (hatte vor Pilleneinnahme auch schon mal Probleme mit HA). Spannend finde ich die Geschichte mit dem Estrifam. Hatte die Frauenärztin ebenfalls gefragt, ob es nicht mgl. wäre, mir Östrogen zu verschreiben um das Östrogenloch nach Pillenabsetzen zu vermeiden. Sie meinte, dass ginge nicht, weil ich doch gern auch schwanger werden will. Wie war das bei dir? Musstest du das Estrifam absetzen als Kinderwunsch bestand? Hast du zusätzlich auch Progesteron bekommen? Meine mal gelesen zu haben, dass nur Östrogen ungünstig sei. Was mich auch interessieren würde, wäre welche Dosis Estrifam du bekommen hast? Wurde das irgendwie an deinen Werten festgemacht oder ist das eine Standarddosis? Ansonsten würde ich es vielleicht mal über den Hausarzt versuchen, der ist noch am ehesten kooperativ...

Liebe Grüße, Marion

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!  
Posted by [muckimuck](#) on Sun, 27 May 2012 09:17:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Marion,

also die Neo Eunomin hab ich ca. 5 Jahre genommen. Habe 2007 eine Tochter bekommen - die Geburt war sehr traumatisch für mich und als ich das 1. mal danach meine Periode bekam, hab ich direkt mit der Neo Eunomin angefangen.

2010 - also nach 3 Jahren - ging das Elend mit den Haaren los.

Ich hatte 3 sehr sehr sorgenvolle und schlimme Monate hinter mir..... dann bekam ich eine Blasenentzündung, die durch kein AB wegging - und danach folgte der HA.

Er hielt damals 3 Monate.... verschwand dann und kam dann im Sommer 2011 wieder.... hält bis jetzt an.

Was ich meinte war: seit ich die Pille abgesetzt habe, geht es mir körperlich viel besser. Bin wieder viel wacher, nicht mehr so müde, Pigmentflecken auf der Stirn sind fast verschwunden, nicht mehr so depressiv..... alles in allem geht es mir besser. Nur die Haare hat es bis jetzt nicht beeindruckt.

Genau wie Du habe ich das Gefühl, dass meine Haare viel schneller reagieren als sie sollten. Z.B. - habe ich einen Tag super viel Stress (z.B. weil ich wieder zu einem neuen Arzt ging und mir viel davon versprochen hatte - vorher SUPER nervös war vor Angst was mich erwartet - am Ende total enttäuscht rausging..... - am nächsten Tag verliere ich noch mehr Haare als sonst. Also Stress scheint schon was auszumachen.

Im Sommer 2010 hat sich mein ganzer Körper verändert..... Vater krank, Bruder krank, Katze krank..... alles innerhalb von ein paar Wochen. Daran bin ich fast zerbrochen..... und seitdem hab ich den HA. Irgendwas hat es in mir ausgelöst..... mir passte mein Ehering von heute auf morgen nicht mehr - habe Wassereinlagerungen in den Händen - mein Gesicht sieht viel älter und total traurig aus - bin dicker geworden ..... irgendwie aufgedunsen - und die Haare fallen aus.

Es ist so traurig und wenn ich in den Spiegel schaue, erkenne ich nicht gar nicht mehr wieder.

---

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!  
Posted by [nelli](#) on Sun, 27 May 2012 20:51:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Marion,

ich weiss gar nicht mehr wie hoch meine Estrifam Dosis war. Müsste mal in meinen alten Beiträgen schauen... Meine Gyn war damals auch nicht so begeistert davon, da ich zu Estrifam kein Gestagen genommen habe, sondern nur Dexamethason da auch Androstendion zu hoch war. Meine Internistin hielt es für kein Problem und der Endo in der Uniklinik auch nicht.,

Sie sagte damals, dass es aber völlig okay sei bezüglich Kinderwunsch. Das Dexamethason hielt sie sogar für wichtig um schnell schwanger werden zu können, da es sonst mit hohem Androstendion schwierig werden könnte.

Wie dem auch sei, habe das Ganze etwas länger als ein halbes Jahr genommen und als dann der Kinderwunsch bestand hat es auch beim ersten Versuch gleich geklappt. Sofort nachdem ich das Ergebnis hatte, habe ich Estrifam und Dexa natürlich abgesetzt.

Lg, Nelli

---

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!  
Posted by [Marion83](#) on Wed, 30 May 2012 06:33:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für eure Antworten!

@mucki: Interessant. Bei dir ging der HA also auch erst los nachdem du die Pille lange ohne Probleme genommen hast. Vermutlich ist es wohl doch ein Zusammenspiel von so vielem, dass die Pille höchstens ein Faktor unter vielen ist. Tut mir echt leid zuzuhören, wie viel du in den letzten Jahren durchmachen musstest. Es ist ja schon so, dass Stress sehr viele Veränderungen im Körper hervorruft, v.a. was die hormonellen Achsen angeht. Vielleicht ist es bei uns einfach so, dass die Haare von Natur aus empfindlicher auf so was reagieren. Na ja, und wenn der HA da ist, kommt man ja eh schwer aus Stress und Sorgen raus:-)

Die ganzen potentiellen positiven Folgen des Pilleabsetzens muss ich mir wohl noch mehr vor Augen führen, damit ich mich traue:-)

Spannend was du von den schnellen Reaktionen des HA erzählst. Ich hatte auch eine ganze Weile das Gefühl, dass meine Haare tatsächlich so schnell reagieren. Nach total besch\*\*\* Tagen mit viel Weinen rieselte es am nächsten Tag umso mehr. Ich hab dann überlegt, ob das was mit der Kopfhautspannung zu tun hat (so in Richtung AC-Therapie). Vielleicht ist es auch so, dass die Haare eh schon in der Ausfallphase waren und es nur beschleunigt wurde?! Zumindest hat auch mein einer Endo mal gesagt - wenn mein HA am Prolaktin liegen würde, dann würde ich nach Einnahme des Prolaktinhemmers in ca. 3 Wochen eine Besserung sehen. Also nichts mit 3 Monaten. Leider lag der HA wohl nicht daran:-)

@nelli: Interessant, dass bei dir auch die Gyn dagegen war. Dann werd ich wohl am Besten noch mal den Endo fragen, wenn ich dort im Juli wieder Termin habe. Hab mich gestern schon mal ein bisschen im Internet kundig gemacht, wegen mgl. Dosen. Das scheint echt schwierig zu sein. Es ist wohl so, dass Östrogen ganz unterschiedlich aufgenommen wird, so dass die Dosen an sich indiv. ganz verschieden sein müssen. Na ja, mal sehen was Endo sagt... Ich glaub dem Hausarzt wär das dann vermutlich auch zu heikel. Was mir erstmal Mut macht ist, dass das Ganze scheinbar doch dem Kinderwunsch nicht im Weg steht....

---

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!

Posted by [pusteblyme82](#) on Wed, 06 Jun 2012 15:49:27 GMT

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

---

Hallo Hallo!

Wow - du hast ja einen ganz schönen Hormoncocktail in Dir drin. Hast Du mal überlegt die Pille abzusetzen u. hormonfrei zu verhüten? Es scheint ja vor allem die Valette zu sein, die da alles durcheinander bringt?

Generell bin ich eh kein Hormonfan u. ich finde bei der Verhütung gibt es ja genug Alternativen - die natürlich u. doch sicher sind!!! Viell. mal zur ersten Info ein übersichts-link:

<http://www.verhueten-ohne-hormone.de/>.

Ich selbst bin auch von Pille umgestiegen und hab mich letzten Endes für die Verhütung mit Zykluscomputer (in meinem Fall jetzt Cyclotest, der hat mich am meisten überzeugt) umgestiegen. Bin damit sehr zufrieden, mein Leben ist veeeeel entspannter. Vielleicht ist das ja ne Alternative für Dich? Dazu dann auch noch ein Link:

<http://www.verhuetung-cyclotest.de/verhueten-mit-cyclotest/cyclotest-produkte-im-ueberblick/cyclotest-2-plus.php>

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!

Posted by [Marion83](#) on Sun, 10 Jun 2012 11:24:43 GMT

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

---

Hey Pusteblyme, danke für deine Antwort. Ja Pilleabsetzen ist schon lang eine Überlegung, auch wegen langsam wachsendem Kinderwunsch. Allerdings traue ich mich nicht recht, aus Angst dass der Haarausfall noch schlimmer wird:-( Und zum Anderen meinte die Endokrinologin, es ist nicht sicher, ob meine Hypophyse nach Absetzen wieder ausreichend LH und FSH produziert. Wenn nicht hätte ich nämlich ganz fix Östrogenmangel - weder gut für die Haare noch für die Knochen. Tja. Ich warte nun erstmal die neusten Arztresultate (MRT der Hypophyse, Cortisolüberprüfung) ab und dann muss ich weiter sehen. Ist halt schwierig, wenn man die Pille einmal intus hat. Nach meinen Recherchen bin ich aber generell absolut deiner Meinung und würde, wenn ich die Wahl hätte, nicht noch mal mit der Pille anfangen zu verhüten:-(  
Liebe Grüße, Marion

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!

Posted by [muckimuck](#) on Sun, 10 Jun 2012 12:09:15 GMT

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

---

Hallo Marion,

ja - es ist wirklich spannend, wie schnell Haare reagieren können.

Die Pille nehme ich jetzt seit 3 Monaten und 1 Woche nicht mehr.

Bis jetzt hat sich HA-technisch nichts geändert. Eine Zeit lang nach dem Absetzen wurde es schlimmer.

Aber danach war es wieder so wie mit der Pille und ich muss sagen, ich verzweifle bald.

Wann hast Du den Termin zum MRT? Meine Cortisolwerte waren durch die Pille total erhöht -



jetzt sind sie in der Norm.

Man hat mir schon einen Tumor angedichtet..... aber dem war nicht so - es lag alles an der Pille. Bin gespannt, was für Ergebnisse Du bekommst und wie Du weitermachen wirst im Kampf gegen den HA.

Meine Angst vor dem Absetzen war enorm - aber ich habe es nie bereut - mein Körper hat sich sehr schnell wieder eingependelt. Hatte sogar im 1. Zyklus ohne Pille wieder einen Eisprung. Im 2. dann nicht - aber im 3. hatte ich wieder einen.

Man spürt seinen Körper wieder - ist fitter.

GLG an dich - meld dich mal wieder, wenn es etwas Neues gibt! Und bei Fragen - immer her damit

---

---

Subject: Aw: Hormonchaos - noch Ideen?!

Posted by [pustebume82](#) on Mon, 11 Jun 2012 14:46:59 GMT

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

---

Hiii!

Klar, das wirkt so ein bisschen wie ein Teufelskreis. Es wird ein bisschen besser mit der Pille u. da ist die Angst schon verständlich diese Abzusetzen. Aber gerade bei Ki-Wunsch steht das ja wohl irgendwann mal an. Ist schwierig. Wenn Östrogen das Problem ist ... wäre ja vielleicht noch eine Idee, sich das über spezielle Kräuter einzuholen:

<http://www.frauen-heilkraeuter.de/kraeuter-fuer-frauen/kinderwunsch/kinderwunsch-frauenkraeuter.php>

Das ist ja alles ganz natürlich - vielleicht hilft Dir das ja weiter!!!

---