

---

Subject: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [hoffnung](#) on Mon, 28 May 2012 14:48:12 GMT

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

---

Ich hab hier schon öfter gelesen, dass einige von euch gerne vergleichen würden, ob in unseren Haarausfallsgeschichten Gemeinsamkeiten bestehen. Nun habe ich mich anhand meiner Geschichte bemüht, so viele Punkte wie möglich zusammenzustellen:

-----  
Allgemeine Info:

- Alter: 49 Jahre
- Schwangerschaft: tolle Haare
- Pille: in meiner Jugend verschiedene Pillen genommen (aber schon sehr lange her)
- Besserung seit einem Jahr wahrscheinlich durch Progesteroncreme
- Nehme sporadisch Eisen
- Hoffnung, dass der saisonale HA heuer nicht kommt wegen Einnahme von Vit. D
- mache zur Zeit Bioresonanz, um meinen Körper/Darm zu sanieren

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen
4. GELASSENHEIT: Grüble und plane alles schon Monate im Voraus
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM“ (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung erbringt
8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single)
9. LIEBE: eine große Liebe gehabt, aber sehr, sehr lange darunter gelitten
10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (schon seit 25 Jahren)
  12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst extrem
  13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken und am Haaransatz
  14. Immer wieder Nachwuchs, aber durch den saisonalen Ausfall keine Chance, dass aus den Haaren eine Frisur wird
  15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut
  16. selten Pickel auf der Kopfhaut
  17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken
  18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten
  19. Parodontitis
  20. Bei Wind Erkrankung der Atemwege
- 

Vielleicht wollt ihr ja mitmachen ??????

Ich habe mir eure Antworten so vorgestellt:

1. JA / NEIN, Erklärung ...

Warte auf eure Antworten und Verbesserungsvorschläge.

LG,  
Su

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können  
Posted by [flame](#) on Mon, 28 May 2012 15:51:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe Su,

tolle Idee!!

Ich übernehme Deinen Text und schreibe meine Angaben dazu rein.

-----  
Allgemeine Info:

- Alter: 38 Jahre
- Schwangerschaft: tolle Haare -> weiß ich nicht mehr.
- Pille: -> relativ lange hormonelle Verhütungsmittel genommen (Valette, Nuvaring); seit Ende 2007 keine hormonelle Verhütung mehr (Haarausfall seit 2009)
- Besserung seit einem Jahr wahrscheinlich durch Progesteroncreme -> keine Erfahrung damit
- Nehme sporadisch Eisen -> ich inzwischen auch
- Hoffnung, dass der saisonale HA heuer nicht kommt wegen Einnahme von Vit. D -> nehme sporadisch Dekristol
- mache zur Zeit Bioresonanz, um meinen Körper/Darm zu sanieren -> keine Erfahrung damit

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein -> tendenziell JA, obwohl ich "eigentlich" anders wäre
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich -> JA
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen -> JA
4. GELASSENHEIT: Grübele und plane alles schon Monate im Voraus -> im Wesentlichen: JA
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen: hat bis vor Kurzem noch extrem gegolten, bin da aber auf einem guten Weg
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM“ (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe: wie 5.
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung erbringt: -> ÄHNLICH
8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single) -> JA!! (Und dies ist ein Punkt, der mir hier persönlich vermehrt auffällt, insbesondere sehr oft die nicht vorhandene erfüllende Sexualität, die ja auch viel mit Hormonen zu tun hat)

9. LIEBE: eine große Liebe gehabt, aber sehr, sehr lange darunter gelitten -> bisher allenfalls in Beziehungen Liebe projiziert, sie aber nie gefunden. Ebenfalls gelitten ohne Ende. Letzte Beziehung mit jahrelangem Psychoterror verbunden.

10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig -> bin ich jahrelang ziemlich stark gewesen, jetzt kaum noch.

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (schon seit 25 Jahren) -> seit knapp 3 Jahren

12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst extrem -> JA!

13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken und am Haaransatz -> diffus, momentan ohne "Schwerpunkte"

14. Immer wieder Nachwuchs, aber durch den saisonalen Ausfall keine Chance, dass aus den Haaren eine Frisur wird -> JA!!

15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut -> NEIN

16. selten Pickel auf der Kopfhaut -> NEIN

17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken -> gelegentlich

18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten -> NEIN

19. Parodontitis -> NEIN

20. Bei Wind Erkrankung der Atemwege -> NEIN

-----  
Liebe Grüße,  
flame

---

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [tividi](#) on Mon, 28 May 2012 16:02:45 GMT

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

---

Allgemeine Info:

- Alter: 28 Jahre

- vor und in Schwangerschaft tolle Haare

- Pille: ab ca 18Jahren, erst Belara, paar Monate Yasmin, und dann viele Jahre die Valette.

Abgesetzt wegen Kinderwunsch. 5 Monate später schwanger.

Das postpartale Effluvium das man ja ca 3 Monate nach Entbindung hat, hatte ich nicht.

Haarausfall fing dann ca 1 Jahr nach Entbindung an..... bis jetzt

- Nehme oder nahm Eisen, Pantovigar, Gelee Royal, Bockshornklee, Vitamin B Komplex, Vit D, Vit B12 Spritzen, Biotin, Zink, Optimal Hair Kapseln, BetaöstrogenHaarwasser,..

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein

2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich

3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen

4. GELASSENHEIT: Grüble und plane alles schon Monate im Voraus

5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen

6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die

innere Unruhe

-> diese Punkte kann ich genauso übernehmen. Passt perfekt

zu Beziehung und Liebe und Verhalten: Ich wär eigentlich relativ glücklich. Allerdings seit meinem Haarausfall sehr gereizt und traurig, und will nix mehr machen...was auch die Beziehung sehr belastet..

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall - bewusst seit ca 7 Monaten

13. HA diffus,

Aber am Stirnansatz die ersten 4/5 cm nach Hinten am Schlimmsten, der restliche Oberkopf geht eigentlich. Geheimratsecken werden auch immer schlimmer. Und aber auch im Nacken sind sie seehr dünn geworden und gaaanz extrem ausgedünnt an den Seiten!

14. Nachwuchs hab ich an manchen Stellen schon gesehen. Aber der geht auch wieder aus. teils schon mit 1 cm.

15. ich hab schnell fettende Kopfhaut und auch schuppige juckende.

16. selten Pickel auf der Kopfhaut- ja

17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken-ja

18. Gesicht verkrampft - ja

19. Parodontitis-ja

ich hoffe ich habs einigermaßen richtig gemacht

P.S. ich seh grad wie es flame gemacht hat. Wär besser gewesen.. wenn ichs ändern soll..bescheid sagen

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [wuschel63](#) on Tue, 29 May 2012 16:01:40 GMT

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

---

Hallo Su,

bei uns gibt es sehr viele Parallelen:

Allgemeine Info:

- Alter: 48 Jahre

- Pille: normal dicke Haare, ohne HA

- Progesteroncreme 3 Zyklen ohne Erfolg (HA wurde dadurch noch schlimmer)

- Nehme sporadisch Eisen, Kieselsäuregel

Psyche:

1. AUFTRETEN: geringes Selbstbewusstsein
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen
4. GELASSENHEIT: Was ist das Grüble und plane alles im Voraus
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" ( leider nicht grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe
7. ERZIEHUNG: Ich bin nichts wert
  
8. BEZIEHUNGEN: glücklich verheiratet
  
9. VERHALTEN: oft gereizt und ungeduldig sowohl mir als auch anderen gegenüber

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (seit 2,5 Jahren 3 Wochen nach Pille absetzen)
12. HA immer gleichbleibend viel: Geheimratsecken, Haaransatz, Oberkopf und Seiten
13. unwesentlicher Nachwuchs
14. juckende Kopfhaut
15. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken
16. Gesicht normale mimische Falten mit blöder Zornesfalte

Gruß Wuschel

---

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [lostsheep](#) on Tue, 29 May 2012 16:47:12 GMT

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

---

Super Idee, daran habe ich auch immer wieder gedacht, dass man das Gesamtbild Betroffener vergleichen müsste.

Wirst du es auch auswerten? Das wäre schön!

Hier meine Antworten:

Allgemeine Info:

- Alter: 49 Jahr = 29
- Schwangerschaft: tolle Haare = keine Schwangerschaft/kein Kinderwunsch
- Pille: in meiner Jugend verschiedene Pillen genommen (aber schon sehr lange her) = seit meinem 19. Lebensjahr nehme ich die Pille, zwischenzeitlich habe ich die Pille gewechselt oder auch nicht genommen
- Besserung seit einem Jahr wahrscheinlich durch Progesteroncreme = keine Besserung bisher, im Gegenteil
- Nehme sporadisch Eisen = Ja
- Hoffnung, dass der saisonale HA heuer nicht kommt wegen Einnahme von Vit. D = Keine Vit. D. Einnahme
- mache zur Zeit Bioresonanz, um meinen Körper/Darm zu sanieren = Nein

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein = Nein
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich = Manchmal
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen = Manchmal
4. GELASSENHEIT: Grüble und plane alles schon Monate im Voraus = Nein
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen = Manchmal
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe = Manchmal
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung erbringt = Ja
8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single) = Ja (leider)
9. LIEBE: eine große Liebe gehabt, aber sehr, sehr lange darunter gelitten = Nein
10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig = Ja

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (schon seit 25 Jahren) = schleichend/meine Haare fallen nur natürlich viel aus und wachsen scheinbar nicht mehr nach, die Kopfhaut lichtet sich. Bemerkte erst vor einem halben Jahr, wahrscheinlich ging der Prozess schon früher los
12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst extrem = gleichbleibend
13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken und am Haaransatz = diffus, am Scheitel extremer
14. Immer wieder Nachwuchs, aber durch den saisonalen Ausfall keine Chance, dass aus den Haaren eine Frisur wird = kein Neuwuchs, scheinbar nicht einmal in die Länge, der Haare, die ich auf dem Kopf noch habe / dabei wuchsen meine Haare bisher sehr schnell
15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut = Nein
16. selten Pickel auf der Kopfhaut = Pickel "nur" im Gesicht
17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken = JA!!!!!!!!!!
18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten = Nein
19. Parodontitis = Nein
20. Bei Wind Erkrankung der Atemwege = Nein

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [sunflower3](#) on Tue, 29 May 2012 18:08:55 GMT

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

---

Allgemeine Info:

- Alter: 29 Jahre
  - Schwangerschaft: Kinderlos
  - Pille: 9 Jahre Belara erst dann Haarausfall 1 Jahr Valette .
- Nehme auch Dekritol - vitamin D 20.000 Einheiten pro Woche

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein / ja
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich/ja
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen/ Ja
4. GELASSENHEIT: schon lange nicht mehr...
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen ja mache derzeit Joja noch

vergebens

6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe/ Doppelja habe auch oft ein Gefühl von Panik

7. ERZIEHUNG: liebes Elternhaus....

8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single) !!!Heul ja

9. LIEBE: eine große Liebe gehabt, aber sehr, sehr lange darunter gelitten--- ich hatte 4 Jahre eine Beziehung. Er hat per Mail schluß gemacht und habe ihn nie mehr gesehen - 2 1/2 Jahre versaut um ihm nachzutrauen -Angst Panik -fühlte mich wertlos. 1 Jahr später Haarausfall bis heute

10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig jaaaaaa

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (3 Jahre)

12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst extrem- Dauernd

13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken und am Haaransatz

14. Neuwuchs nicht wirklich wieder heul

15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut...Ja

16. selten Pickel auf der Kopfhaut manchmal

17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken/JA auch

18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten/nein

19. Parodontitis/nein aber keine guten Zähne sehr weich mein Zahnarzt meint das muß ne Ursache haben das ist nicht normal...

20. Gliederschmerzen wie ein Gefühl von Muskelkater Extrem

Ig sun

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [muckimuck](#) on Wed, 30 May 2012 19:02:17 GMT

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

Allgemeine Info:

- Alter: 38 Jahre

- Schwangerschaft: tolle Haare (auch davor)

- Pille: in meiner Jugend verschiedene Pillen genommen (aber schon sehr lange her) und nach der Schwangerschaft Neo Eunomin - während der Einnahme begann der HA

- Eisenspeicher mit Infusionen aufgefüllt - B12 aufgefüllt

- nehme Vitamin D, da der Wert an der Grenze lag

- LThyroxin seit Ende Dezember 2011 wegen UF (Hashimoto)

- seit 6 Wochen Aminexil und Pantostin

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein - ja absolut

2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich - ja absolut

3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen - ja absolut

4. GELASSENHEIT: Grüble und plane alles schon Monate im Voraus - ja

5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen - ja
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe - ja absolut
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung erbringt - genauso wurde ich erzogen
8. BEZIEHUNGEN: glücklich verheiratet
9. LIEBE: oft enttäuscht - jetzt aber den Traummann an der Seite
10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig - ja

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (2010 3 Monate - jetzt seit Sommer 2011 ununterbrochen)
  12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst extrem - nein durchgehend
  13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken, auf dem Oberkopf und vo allem am Haaransatz - ja absolut
  14. Kein Nachwuchs
  15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut - früher mal - seit dem HA kaum noch
  16. selten Pickel auf der Kopfhaut - ja sehr selten
  17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken - ja
  18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten - ja
  19. Parodontitis - ja
  20. Bei Wind Erkrankung der Atemwege - schnell halsschmerzen
- 

Hoffe ich hab alles richtig gemacht.

LG!

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [hoffnung](#) on Fri, 01 Jun 2012 18:35:33 GMT

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

Hallo ihr Lieben,

danke für eure Beiträge. Werde auf alle Fälle versuchen, das auszuwerten.

Ich warte damit noch ein wenig, vielleicht finden sich ja noch einige mit ähnlichen "Charakterzügen".

LG,  
Su

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [Biggi01](#) on Fri, 01 Jun 2012 18:44:40 GMT

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

Hier sind meine Angaben:

Allgemeine Info:

- Alter: 54 Jahre
  - keine Schwangerschaft: immer tolle Haare, mehr als andere
  - Pille: nie, immer Spirale oder Kupfertee, jetzt Climen gegen WJ
  - keine Besserung
  - Nehme Eisen, Vitamin B-Komplex, Folsäure, Zink und alle wichtigen Vitamine u. Spurenelemente
- jahrelang 50mg Androcur, Minox 1x und abds Eil cranell alpha
- Hoffnung
  - versuche gesünder zu leben

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen
4. GELASSENHEIT: Grüble und plane alles schon Monate im Voraus
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung erbringt
8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single)
9. LIEBE: eine große Liebe gehabt, aber sehr, sehr lange darunter gelitten
10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig trifft alles auf mich zu

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (schon seit 6 Jahren)
  12. HA immer
  13. HA diffus, überall am ganzen Kopf
  14. Immer wieder Nachwuchs,
  16. selten Pickel auf der Kopfhaut
  17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken
  18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten
  19. Parodontitis
  20. Bei Wind Erkrankung der Atemwege, regelmäßig Antibiotika
  21. regelmäßig Entzündungen der Zähne bis zum Zahnverlust
- 

Ich habe mir eure Antworten so vorgestellt:

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können  
Posted by [Milena](#) on Thu, 07 Jun 2012 11:51:45 GMT

Allgemeine Info:

- Alter: 49 Jahre/42
- Schwangerschaft: tolle Haare/bei mir genauso
- Pille: in meiner Jugend verschiedene Pillen genommen (aber schon sehr lange her)/ Cilest bis 2009 HA begann ein halbes Jahr vorher
- Besserung seit einem Jahr wahrscheinlich durch Progesteroncreme/ ---
- Nehme sporadisch Eisen/ Ja
- Hoffnung, dass der saisonale HA heuer nicht kommt wegen Einnahme von Vit. D/ versuche Sonne zu "tanken" sobald sie da ist um Vit D aufzunehmen
- mache zur Zeit Bioresonanz, um meinen Körper/Darm zu sanieren

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein /ja
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich/nein
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen/nein
4. GELASSENHEIT: Grüble und plane alles schon Monate im Voraus/ geht so
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen/Ja durch HA
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe/ ja
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung erbringt/nein
8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single)/nein
9. LIEBE: eine große Liebe gehabt, aber sehr, sehr lange darunter gelitten/---
10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig/nein

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (schon seit 25 Jahren)/März 2009
12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst extrem/Genauso ab März ansteigend schlimm Juni bis Sept./ dieses Jahr verhält es sich anders der Ausfall ist aktuell da aber wesentlich weniger als in den letzten 3 Jahren
13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken und am Haaransatz/ Ja GHE an den Seiten und im Nacken// guter Nachwuchs bis zu den Ohren danach wirds dünn!!
14. Immer wieder Nachwuchs, aber durch den saisonalen Ausfall keine Chance, dass aus den Haaren eine Frisur wird// Genauso!!
15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut/Ja
16. selten Pickel auf der Kopfhaut/ Nein
17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken/Ja
18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten/Ja
19. Parodontitis/nein
20. Bei Wind Erkrankung der Atemwege/Nein im Gegenteil werde nie erkältet

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [hoffnung](#) on Sat, 30 Jun 2012 18:54:25 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

vielleicht findet noch jemand Gemeinsamkeiten, bevor ich versuche, es auszuwerten ?

LG,  
Su

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [unwichtig](#) on Sun, 01 Jul 2012 10:31:39 GMT

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

---

hoffnung schrieb am Mon, 28 May 2012 16:48Ich hab hier schon öfter gelesen, dass einige von euch gerne vergleichen würden, ob in unseren Haarausfallsgeschichten Gemeinsamkeiten bestehen. Nun habe ich mich anhand meiner Geschichte bemüht, so viele Punkte wie möglich zusammenzustellen:

-----  
Allgemeine Info:

- Alter: 29
- Schwangerschaft: keine
- Pille: mit 16 Belara, seit 2008 BellaHexal, 2011/2012 zwischendurch abgesetzt, weil vergessen
- Besserung seit einem Monat. Grund weiß ich nicht wirklich
- Nehme seit 2 Monaten Eisen
- Hoffnung, dass der saisonale HA heuer nicht kommt wegen Einnahme von Vit-D, Pille, Androcur, Zink, Pantostin, Knoblauch und Läusecreme

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes bis Null Selbstbewusstsein
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich und ich fühle mich gescheitert.
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen
4. GELASSENHEIT: Grüble sehr viel und würde alles Monaten im Vorraus planen, aber das geht nicht, weil ich keine Regelmäßigkeiten in meinem Leben hab.
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen!!!!!!!!!!!!!!!
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe. Arbeite sehr viel!!!
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung (Geld nach Hause) (er)bringt
8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single)
9. LIEBE: viele Männer kennen gelernt, alle haben mich verarscht! Frei nach dem Motto wirst du daheim nicht geliebt, werde ich dich auch nicht lieben!
10. VERHALTEN: der Familie gegenüber immer gereizt, genervt, missverstanden und ungeduldig!!!

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (schon seit 4 Jahren)

12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst: Ich merke keinen Unterschied
  13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken (vor allem vorne am Pony!) und am Haaransatz (ist verrutscht)
  14. kein Neuwuchs!
  15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut hatte ich unter Anwendung von Minox!
  16. selten Pickel auf der Kopfhaut!
  17. Verspannungen extrem an Schulter, Nacken und Rücken!
  18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten (an der Stirn und um den Mundwinkeln )
  19. Zahnschmerzen seit einigen Monaten
  20. Bin öfters verschnupft, eigentlich durchgehend. Habe auch Heuschnupfen, erkälte mich aber sehr schnell und oft!
  21. Habe 10 Kilo zugenommen!
- 

LG  
Mili

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können  
 Posted by [hoffnung](#) on Fri, 20 Jul 2012 18:27:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

So ihr Lieben, jetzt versuche ich das mal auszuwerten:

Teilnehmer: 10

PILLE: 9 Teilnehmer haben irgendwann die Pille (oder mehrere) genommen  
 SCHWANGERSCHAFT: 2 x tolle Haare

Psyche:

1. AUFTRETEN: introvertiert, geringes Selbstbewusstsein 9 x JA
2. VERANTWORTUNG: Fühle mich für alles und jeden verantwortlich 7 x JA / 2 x manchmal
3. KONTROLLFREAK: würde am Liebsten alles selber machen 8 x JA / 1 x manchmal
4. GELASSENHEIT: Grüble und plane alles schon Monate im Voraus 8 x JA
5. ENTSPANNUNG: kann weder Körper noch Geist entspannen 8 x JA / 2 x manchmal
6. STRESS: stehe ständig „UNTER STROM" (grundlos!), spüre regelrecht die innere Unruhe 7 x JA / 2 x manchmal
7. ERZIEHUNG: man wird nur geschätzt, wenn man ständig Leistung erbringt 7 x JA
8. BEZIEHUNGEN: bis jetzt in keiner wirklich glücklich (momentan Single) 6 x JA
9. LIEBE: eine große Liebe gehabt, aber sehr, sehr lange darunter gelitten 5 x JA
10. VERHALTEN: der Familie gegenüber oft gereizt und ungeduldig - 7 x JA / 1 x manchmal

Körperliche Auswirkungen:

11. Haarausfall (schon seit 25 Jahren) 7 Monate bis 25 Jahre
12. HA Frühjahr/Sommer/Herbst extrem: 3 x EXTREM SAISONAL / 7 x DAUERND

13. HA diffus, aber extrem in den Geheimratsecken und am Haaransatz 10 x DIFFUS, ABER MEIST BESONDERS AN HAARANSATZ, GEHEIMRATSECKEN UND SEITEN
14. Immer wieder Nachwuchs, aber durch den saisonalen Ausfall keine Chance, dass aus den Haaren eine Frisur wird 4 x NACHWUCHS / 2 x WENIG NACHWUCHS / 4 x KEIN NACHWUCHS
15. Schuppige Flecken auf der Kopfhaut 4 x SCHUPPEN + 2 X JUCKEN
16. selten Pickel auf der Kopfhaut 6 x JA
17. Verspannungen extrem an Schulter und Nacken 9 x JA, 1 x manchmal
18. Gesicht verkrampft starke mimische Falten 6 x JA
19. Parodontitis 4 x JA
20. Bei Wind Erkrankung der Atemwege 4 x ERKÄLTUNGSANFÄLLIG

Ich hoffe, ich habe alles richtig gezählt.

Zum Schluss kann ich nur sagen, dass uns allen der Stress sehr zu schaffen macht und wir unbedingt eine Möglichkeit finden sollten, ein bisschen loszulassen. Und das Zweite wäre das Thema Pille, das natürlich die Hormone durcheinandergebracht haben könnte (und der fehlende SEX ).

Wünsche euch einen ENTSPANNTEN Abend.

LG,  
Su

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können  
Posted by [Biggi01](#) on Fri, 20 Jul 2012 18:41:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Su,

erst einmal danke für Deine Mühe.

Ich habe glaube ich die Angaben von Sun gleich kopiert weil alles übereinstimmte.

Es jetzt noch einmal in der Auswertung zu sehen, das hat was.....

Beeindruckend!

Ich werde mal über mich nachdenken.

ganz liebe grüsse

---

Subject: Aw: Vergleich, ob wir Gemeinsamkeiten feststellen können

Posted by [lostsheep](#) on Sun, 22 Jul 2012 10:12:57 GMT

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

---

Danke, Su.

Ja, die Pille... wenn ich nur wüsste, ob sie mir grad gut tut oder schadet.  
Wenn ich ohne Pille nicht diese unreine Haut bekommen hätte, würde ich es weiterhin erst einmal sein lassen mit ihr.

Aber diese unreine Haut ist ja auch so ein Thema bei mir.  
Es ist einfach so unfair, da auch noch meine Haare zu verlieren.

Dann fällt mir doch extrem der verspannte Nacken auf.  
Ich war auch mal bei einer Heilpraktikerin und sie meinte, nach ihrer Untersuchung, dass mein Haarproblem schon vor sechs Jahren begann (nur noch nicht zu sehen war). Ich sollte demnach überlegen, was damals war/seit dem anders ist.  
Und irgendwann kam mir da auch schon die Idee, dass ich seitdem einen verspannten Nacken habe, der auch knackt. Aber das knacken tut gut, damit löse ich die Verspannungen. Ich merke, ich bin verspannt, bewege alles, es knackt und es fühlt sich gelöst an.  
Ich habe schon mehrmals darüber nachgedacht, was diese Verspannung und das Lösen auslösen könnten, irgendeinen Botenstoff oder so/irgendeine Blockade, so dass das negativ auf meine Haare auswirkt... keine Ahnung... vielleicht versteht mich jemand hier. Aber vor allem ist ja die Frage; was kann ich dagegen schon tun? Ich habe leider niemanden, der mich täglich massiert und davon abgesehen, bringt das ja auch nur für den Moment was, eine Verspannung hat ja auch wieder eine Ursache.

Naja... Stress... ehrlich: Ich kann es nicht mehr hören!  
Mein Haarausfall stresst mich am meisten!!!