
Subject: War alles umsonst????

Posted by [muckimuck](#) on Wed, 30 May 2012 16:20:53 GMT

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

Hallo ihr Lieben,

ich bin gerade etwas ratlos.....

Anfang Dezember habe ich bis Ende Januar ausgefallene Haare gezählt. Täglich.....

Meine Ausfallzahlen lagen bei ca. 40-70 Haare pro Tag.....ohne Waschen. Beim waschen alle 3 Tage kamen nochmal 80-100 dazu.

Und halt kein Neuwuchs.

Ende Dezember wurde meine Schilddrüse eingestellt (unterfunktion....hashimito)

Anfang Januar Eisenspeicher und B12 aufgefüllt.7

Anfang März Antidepressiva und Pille abgesetzt. (HA im März/April etwas schlimmer....denke vom absetzen der Pille - meine Haare reagieren sehr schnell).

Vitamin D lag an der unteren Grenze und da nehm ich seit ca. 1 Monat auch recht viel ein.

Seit 6 Wochen Aminexil und Pantostin.

So.....habe lange nicht gezählt.....aber heute.

Tagsüber ca. 40.....beim waschen 80 und beim stylen nochmal 20.

Es hat sich NIX getan!!!!!! Ich meine.....wenn ich doch auf dem richtigen Weg wäre.....hätte sich nicht irgendwas ändern müssen??????

Es ist so, als hätte ich gar nichts unternommen. Ich bin so traurig.

Oder bin ich zu ungeduldig?

LG

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [Singa](#) on Wed, 30 May 2012 16:54:19 GMT

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

Ach mucki ich kann dir jetzt leider gar nichts hilfreiches dazu sagen ...

Für mich klingt deine Haarausfallmenge traumhaft. Aber eben nur für mich. Du kennst deinen Status besser.

Schlimm ist, dass nichts Neues nachwächst. Um dazu was nützliches beizutragen, fehlt mir einfach das Wissen. Bin ja sozusagen ein Haarausfallneuling

Aber wir hören doch unentwegt, dass wir Geduld haben müssen Dann haben wir sie eben, was bleibt uns weiter übrig.

Nur soviel, du bist nicht allein mit diesem Mist. Auch meine Gedanken drehen sich den ganzen Tag ununterbrochen um dieses Thema. Und alle anderen hier können dich genauso gut

verstehen.

Warst du schon einmal im Hashimoto-Forum unterwegs? Viele Mädels dort schlagen sich mit dem selben Problem rum, so wie auch mit Eisenmangel und Co. Ich selber nehme auch seit wenigen Wochen LThyrox und muss sehen, was das nun wieder bringt.

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [tividi](#) on Wed, 30 May 2012 16:55:25 GMT

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

versteh dich.. angefangen hats bei mir mit 200 Haaren und ich hab jetzt schon alles mögliche versucht. Für Meso schon 1000€ ausgegeben und für restliches Mistzeugs an Tabletten nochmal Hunderte, für Blutuntersuchungen nochmal Hunderte.. und jetzt bin ich bei 400 Haaren.. super.. hät ich garnix gemacht...wär ich doch mindestens genausoweit... und noch reicher..

ja deine Haarausfallmenge klingt für mich auch traumhaft.. bei mir wächst ebenfalls nix nach. und wenn doch mal paar dünne haare irgendwo stehen gehen sie gleich wieder aus..

Bis jetzt gings noch so zum kaschieren..oder ich habs mir eingebildet weil ich die letzten wochen mich nie mehr mit meiner Spiegelbeleuchtung angeschaut hab.. aber ich hab heute bemerkt das es echt nicht mehr geht.. es sieht einfach nur noch zum heulen aus.. und das jetzt schon.. und es wird ja von tag zu tag so enorm weniger.. ich weiß nicht mehr was ich tun soll.. ich traue mich ja jetzt schon kaum noch wo hin..

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [muckimuck](#) on Wed, 30 May 2012 18:32:11 GMT

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

Danke für Eure lieben Worte. Im Hashi Forum bin ich schon.....bei mir hat ja fie LT Einnahme rein gar nix geändert und ich hab jetzt echt gute Werte.

Und ich hatte echt gedacht, es tut sich vielleicht mal was - aber es passiert ja nichts - noch nichtmal eine kleine Besserung.....

Klar - es gibt hier genug, die mehr Haare am Tag verlieren. Aber ich habe keinen Neuwuchs und trotz dicker vieler Haare, muss ich meine Kopfhaut am Haaransatz schon schminken, weil es sonst jeder sofort sieht. Es wird täglich weniger.... und summiert sich echt.

Tividi.....ich kann dich so gut verstehen. Mir geht es auch so.....jeden Tag wird es schlimmer..... Man ist so machtlos

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [Cora](#) on Fri, 01 Jun 2012 11:27:46 GMT

Tröstendes kann ich nicht beisteuern außer dem einen, immer gleichen Tipp: Hab noch mehr Geduld. Einiges hast du ja vor nichtmal 2 Monaten erst angefangen, und bei hormonellen Geschichten kanns schon mal ein halbes Jahr oder sogar ein ganzes dauern, bis sich alles einspielt. Und DANN brauchen die Haare ja noch ihre zusätzliche Zeit, bis man die positiven Veränderungen wahrnehmen kann.

Ich finde, dein Maßnahmen-Katalog klingt sinnvoll und begründet. Bleib dabei und zieh frühestens im Herbst mal Bilanz. Wenn sich bis dahin irgendwas, auch nur das kleinste Detail verbessert hat - dann bleib dran und investier NOCH mehr Geduld

Subject: Aw: War alles umsonst????
Posted by [muckimuck](#) on Wed, 29 Aug 2012 07:30:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So - Zeit für ein Update...

Ende Mai sah es also so aus: Tagsüber ca. 40.....beim waschen 80 (alle 3 Tage) und beim stylen nochmal 20
Das klingt für viele von euch wenig - aber bei mir wächst nichts nach.

Mitte Juni hat es dann eine Verschlimmerung gegeben (3 Monate nach Absetzen der Pille) - und die ist bis heute (also knapp 2,5 Monate später) immer noch da.
Tagsüber ca. 50 Haare, beim Waschen an die 150 Haare (alle 2 Tage - muss jetzt öfter waschen, da nur noch so wenig da ist) - beim stylen und föhnen nochmal locker 50-70 Haare.

Es ist also seit Mitte Juni viel viel schlimmer geworden.
Mein Stirnansatz ist mittlerweile so dermassen ausgedünnt (hat seit Mitte Juni ein totale Verschlimmerung gegeben an der Stelle), dass ich nur noch mit Toppik und anderem Styling einigermassen vor die Türe gehen kann. Wenn die Sonne auf meinen Kopf scheint, ist da nur noch glänzende Haut unter den Haaren zu sehen. Überall.... auf dem Oberkopf und den GHE.....

Liegt das jetzt wirklich am Absetzen der Pille? 2,5 Monate jetzt schon..... - wird das nochmal besser?

Habt ihr Erfahrungen, wie lange so ein Absetz-Haarausfall anhält bzw. anhalten kann?

Mittlerweile ärgere ich mich, dass ich die Pille abgesetzt habe - war ja Anfang März - also jetzt fast 6 Monate her.
Es ist alles nur noch schlimmer geworden - und Neuwuchs ist nicht in Sicht.

Seit ein paar Tagen geht es mir sehr schlecht.... - kriege wieder regelrechte Panikattacken - kann Nachts nicht schlafen - alles nur wegen der Haare. Weiss mir keinen Rat mehr. Hab so viel gemacht - so viel gelesen - es ist alles nur noch schlimmer geworden.
14 Monate Haarausfall - 14 Monate nicht mehr gelebt.... ich kann nicht mehr

LG
Mucki

Subject: Aw: War alles umsonst????
Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 29 Aug 2012 07:38:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

bei mir gings nach 3 Monaten Pillenlosigkeit mit dem Haarausfall los. Es war richtig viel, was da runter kam. Ich habe nie gezählt, aber wenn ich es mit heute vergleiche, waren es sicher 200-400 Haare täglich. Vielleicht sogar mehr. Die ganze Wohnung lag voll mit meinen Haaren. Man hatte sie ständig an den Socken. Der Ausfall hat 5 Monate gedauert und wurde dann plötzlich schleichend besser. Es fiel mir nur auf, weil meine Socken plötzlich keine Haarbüschel mehr hatten. Dann reduzierte sich das ganze auf 3-10 Haare nach dem Waschen und Kämmen.

Meine Stirn und GHE wurden in der Zeit leider sehr in Mitleidenschaft gezogen. Die GHEs sind nun wieder etwas besser (bilde ich mir ein). An der Stirn tut sich nichts bisher. Aber ich versuche weiter geduldig zu sein.

Letztens wurde mein Haarausfall ja schleichend wieder schlimmer, aber seitdem ich ein Shampoo ohne Zuckertenside nehme, geht es wieder bergauf.
Ich zwingen mich auch, nicht so viel auf meine Haare zu achten und seit zwei Tagen fühle ich mich entspannter.

Subject: Aw: War alles umsonst????
Posted by [muckimuck](#) on Wed, 29 Aug 2012 07:46:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Harley - hattest Du denn die ganze Zeit Neuwuchs?
Ich hatte ja schon während der Pilleneinnahme HA - und keinen Neuwuchs.
Jetzt ist alles noch viel schlimmer geworden - und wachsen tut auch nichts.

Mir bleibt in ein paar Monaten nur noch ein Haarteil. Hätte nie gedacht, dass es so schlimm wird - hatte immer noch Hoffnung....

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [wuschel63](#) on Wed, 29 Aug 2012 07:57:28 GMT

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

Hallo mucki,

meine Ärztin meinte damals, ein HA nach Absetzen der Pille kann schonmal bis zu einem Jahr dauern. Die Hormone müssen sich ja wieder einpendeln. Bei den meisten pendelt sich der HA nach einigen Monaten wieder von alleine ein. Ich habe hier mal von einem Mädels gelesen, da hat es 2 Jahre gedauert.

LG Wuschel

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 29 Aug 2012 08:13:11 GMT

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

Ich hatte zwar Neuwuchs, aber das meiste davon fiel bzw fällt wieder aus. Das könnte aber auch daran liegen, dass mein Eisenwert niedrig und mein Vitamin D extrem niedrig war. (Keine Ahnung, wie es jetzt ist)

Das letzte Jahr unter der Pille hatte ich übrigens auch keinen Neuwuchs mehr. Vorher hatte ich auch immer Haarausfall unter der Pille (obwohl ich ihn so nicht wahrgenommen habe), allerdings auch viel Neuwuchs.

Mir hat die Ärztin auch gesagt, dass das mit den Haaren richtig lange dauern kann. Sie meinte, es ist normal, dass man erst mal nen Shedding über Monate kriegt, die Haare nicht richtig nachwachsen und irgendwann aber wieder nachkommen.

Ich vertraue einfach mal weiterhin da drauf und hoffe, dass sich meine Haare nun so langsam erholen.

Verrückterweise hatte ich von Anfang an nen regelmäßigen Zyklus, aber die Hormonumstellung hatte schon einen starken Effekt auf meine Haare.

Sind denn deine Werte alle ansonsten im grünen Bereich?

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [muckimuck](#) on Wed, 29 Aug 2012 08:23:51 GMT

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

Ferritin hab ich im Januar per Infusionen total aufgefüllt (von 23 auf 273) - nehm jetzt immer noch ab und an Eisen ein.

Vitamin D lag bei 30 - also genau auf der unteren Normgrenze. Nehm jetzt seit 1,5 Monaten 2-3x die Woche Dekristol 20.000.

Mein Zyklus war nach dem Pille Absetzen auch sofort super. Erster Zyklus 28/29 Tage - danach etwas verkürzt wegen leichtem Progesteronmangel.

Hab dann immer leichte Schmierblutungen vor der Mens - war aber schon immer so. Auch lange vor dem HA.

Hab jetzt Utrogest hier liegen - nehm es derzeit aber wieder nicht, weil irgendwie fast alle hier

schlechte Erfahrungen damit machen, was HA betrifft.

Testosteron liegt genau in der Mitte - DHT ist sehr niedrig. DHEA ziemlich in der oberen Norm. Nur mein Androstendion ist hoch - noch in der Norm - aber man liest öfter, dass WERte über 2,4 HA machen können.

Meiner lag bei 3,6. Nehme jetzt seit knapp 8 Wochen Dexamethason 0,5mg um den WERt etwas zu drücken.

Mein HA wurde durch schwere psychische Belastungen ausgelöst - da brach auch das Hashimoto mit UF aus.

SD ist jetzt recht gut eingestellt - hab nach dem Pille absetzen ordentlich erhöhen müssen, weil ich wieder Richtung UF gegangen bin.

Tja - und jetzt nehm ich seit einer Woche Androcur - ganz mini dosiert. Das war ja auch in der Neo Eunomin drin - und da meine Androstendion und das DHEA ziemlich hoch sind, versuche ich meine Androgene damit leicht zu regulieren. Weiss jetzt nicht genau, ob Androcur nur das Testo senkt....

Ob es was bringt..... keine Ahnung

Pantostin und Aminexil hab ich längere Zeit genommen - kein Erfolg.

Achso - mein Neuwuchs am Stirnansatz (ab und an kommen mal ein paar vereinzelt Haare) fallen so mit 2-3cm wieder aus. An den Seiten wächst überhaupt nichts nach. Oberkopf ganz ganz wenig - und der fällt auch aus.

Wenn der blöde HA endlich aufhören würde - das würde mir seelisch sehr helfen. Ich leide so sehr darunter, dass der HA dadurch sicher auch noch verstärkt wird. Schlimm..... und kein Ende in Sicht.

Bei Dir hört es sich doch echt gut an - HA weg - dunkle Haare wachsen nach - alles wird gut! Du bist auf einem guten Weg.

Subject: Aw: War alles umsonst????

Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 29 Aug 2012 09:21:36 GMT

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

Dexa gegen das Androstendion klingt schon mal gut. Wurde bei dir ein late-onset-AGS ausgeschlossen? Da ist das Androstendion ja wohl auch erhöht.

In der Neo-Eunomin ist Chlormadinonacetat drin. Cyproteronacetat (Androcur) ist in der Diane drin. Chlormadinonacetat wirkt nur 30% so stark antiandrogen wie Cyproteronacetat.

Das mit den Hormonen ist ja echt immer so ne Sache.

Vielleicht sind bei dir die Androgenrezeptoren hochreguliert worden. Irgendwie vermute ich das bei mir, weil die GHEs während der Pille kamen und ich dann ja auch keinen Neuwuchs mehr hatte. Ob die sich aber natürlich wieder runterregulieren.... Wer weiß das schon.

Was du noch machen kannst, weiß ich grad auch nicht. Klingt bei dir irgendwie echt komisch.

Subject: Aw: War alles umsonst????
Posted by [muckimuck](#) on Wed, 29 Aug 2012 09:32:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bin ein komischer Fall. Und aussichtslos. Ich weiss....

Subject: Aw: War alles umsonst????
Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 29 Aug 2012 09:50:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Na na, nicht den Mut verlieren. Du hast ja einige Baustellen mit deinen Hormonen. Das kann die Haare natürlich belasten.
Neuwuchs der ausfällt, kann ja auch heißen, dass irgendwann ein dickeres Haar nachkommt. Es klingt bei dir auf jedenfall nicht nach typischem AGA (gibts sowas eigetlich?). Ich könnt mir vorstellen, dass dein Körper grad viel zu tun hat mit den ganzen Hormonen.
