

---

Subject: HA durch Streß- Fragen

Posted by [tividi](#) on Sat, 02 Jun 2012 17:57:14 GMT

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

---

so und noch ein neues Thema

wenn man Haarausfall durch Streß hätte.. wäre der doch ganz klar diffus? Ohne das sich manche Stellen schlimmer rausheben? man würde keine Geheimratsecken bekommen oder??

Und wie ist das, müßte man Haarausfall durch Streß an irgendwelchen Werten erkennen?? (cortisol?)

Und wenn aber die relevanten Werte, falls es die gibt, in Ordnung wären, könnte man dann nicht Haarausfall durch Streß ausschließen??

oder kann man Haarausfall durch Streß nicht "messen"?

so und wer meint, er könne eventuell durch Streß, emotionalen Streß Haarausfall haben?  
Bitte melden!

Ist euer ausfall diffus? irgend ein Muster?

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [Cora](#) on Sat, 02 Jun 2012 18:21:32 GMT

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

---

tividi schrieb am Sat, 02 June 2012 19:57

wenn man Haarausfall durch Streß hätte.. wäre der doch ganz klar diffus?

Hmmm nö. Bei Areata heißt es auch oft, das käme vom Stress. Und das ist ja nu das Gegenteil von diffus.

Zitat:Und wie ist das, müßte man Haarausfall durch Streß an irgendwelchen Werten erkennen?? (cortisol?)

Und wenn aber die relevanten Werte, falls es die gibt, in Ordnung wären, könnte man dann nicht Haarausfall durch Streß ausschließen??

oder kann man Haarausfall durch Streß nicht "messen"?

so und wer meint, er könne eventuell durch Streß, emotionalen Streß Haarausfall haben?  
Bitte melden!

Ist euer ausfall diffus? irgend ein Muster?

Stress nimmt - z.B. via Cortisol, Adrenalin und so weiter - Einfluss auf den gesamten Hormonhaushalt. Und bringt da verschiedene Wechselwirkungen in Gang. So gesehen ist stressbedingter Haarausfall immer auch ein hormoneller (soweit ich das richtig verstehe) und kann sich natürlich auch in entsprechenden Ausfallmustern - Schläfen, Scheitel etc. - äußern.

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [tividi](#) on Sat, 02 Jun 2012 18:28:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ah ok danke.

Dann müsste man es quasi an den Werten sehen können

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [flame](#) on Sat, 02 Jun 2012 18:55:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also mein Haarausfall ist mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit psychisch bedingt - ich litt über viele Jahre hinweg aufgrund einer sehr belastenden Lebenssituation unter schwerwiegenden Angst- und Panikattacken. Möchte gar nicht wissen, wie sehr mein Körper dadurch von Stresshormonen verseucht worden ist und was alles aus dem Gleichgewicht geraten ist. Richtig messbar ist das bei mir offensichtlich nicht, ich habe super Blutwerte. Kann aber auch meiner perfekten Ernährung geschuldet sein, die einiges kompensiert.

Der Haarausfall ist bei mir ganz klar diffus. An den Geheimratsecken ist nur so dünnes Zeug, aber speziell deswegen stress' ich mich nicht, weil selbst Frauen ohne Haarausfall oft Geheimratsecken haben (bei Vielen sieht man es nicht so richtig, weil frisurtechnisch andere Haare drüberfallen).

Hauptmerkmal bei mir ist, dass die Haare eine gewisse Lebensdauer nicht überschreiten und sie in relativ kurzem Zustand schon wieder ausfallen.

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [Binne](#) on Sat, 02 Jun 2012 18:58:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Soweit ich das weiß, müsste man Stress schon an den Werten erkennen können, denn durch Stress steigen zb die männlichen Hormone, Cortisol steigt erst stark an um dann nach ( jahrelanger?) Stressbelastung extrem zu sinken...

HA durch Stress ist auch ein Top-Kandidat bei mir  
Meine nunmehr 17 jährige HA-Karriere liefern ständig up and downs; meine Haare wuchsen und fielen wieder aus und wuchsen und fielen wieder aus, unbeeindruckt von den antiandrogen Pillen, die ich nahm, von daher könnte es gut sein, dass Stress ein guter Grund für HA ist. Da man die meisten Haare nunmal am Oberkopf besitzt, fallen auch hier die meisten aus und dementsprechend sieht man es hier auch am ehesten ( meine Meinung).  
Die Haare an den GHE sind nochmal ne Nummer für sich, die sitzen so leicht, dass ich sie easy rausziehen kann..

Wenn ich mir überlege, damals ( vor 17 Jahren) gab es noch gar kein Internet, ich doppelte immer brav zu meiner Hausärztin, wusste NICHTS von DHT, Cortisol, Nebennieren etc, trank immer schön mein Kräuterblut und glaubte an eine Verbesserung meine Haarsituation. HEUTE googel ich mir nen Wolf, mache mir alleine DADURCH schon enormen Stress und komme kaum mehr zur Ruhe... was waren das damals noch für Zeiten...

Man hört ja auch oft von Leuten, die in Prüfungssituationen etxtremen HA haben.... von daher, HA durch Stress ist bestimmt möglich!!

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [Luccia](#) on Sat, 02 Jun 2012 19:09:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also ich bin momentan im Abi und hab extremen HA....  
Aber gestresst bin ich nicht... Ich mein Prüfungssituationen sind für mich mehr oder minder locker (hab auch mit einer 2,0 abgeschlossen )

Keine Ahung....

Ich hab mal irgentwo gelesen, dass vorallem Alopecia Areata eine Form der Neurodermitis sei und da mein Bruder das hat, macht das für mich irgentwie Sinn.

Meine Andere Theorie ist es, dass es an der Gebärmutterhalskrebs Impfung lag. Ich hab das beim ersten Mal als ich AA bekommen habe gegoogelt und ein paar seehr unschöne Dinge rausgefunden. (unter anderem leistungsabfall, der in der Zeit ebenfalls bei mir eingetreten war. (von einer 1-2, auf eine 3-4 im Schnitt).

Naja zu dem Hab ich mit dem Stress noch meine theorie. Da man AA nicht erklären kann, nimmt man immer dass, was gerade so die Neueste Universal lösung ist.  
Vor 100 Jahren wäre es Gott, heute ist es nunmal der Stress... .

Keine Ahnung obs dir weiter hilft. Hast du den gerade stress?

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [tividi](#) on Sat, 02 Jun 2012 19:57:36 GMT

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

---

also momentan hab ich enormen Streß wegen meinem Haarausfall. Ich streß mich da soo rein. Alles hängt von meinen Haaren ab.. und ich kann in keiner Situation nicht an meine Haare denken.. das is echt streß pur..

Allerdings denke bzw frage ich mich auch des öfteren ob nicht Streß der Auslöser sein konnte.. Da ich das ganze erste Lebensjahr meiner Tochter, also bevor der Haarausfall anfang, mir sehr viel Sorgen gemacht habe ständig.

In sehr kurzer Fassung : Sie wurde mit 4 Wochen eingegipst.. und mit einem Jahr hatten wir Röntgenkontrolltermin.. und ich hatte ständig Angst was dabei raus kommt. Rausgekommen ist nicht wirklich was positives.. aber da hatte der Haarausfall schon angefangen.

Dazu kam im ersten Jahr das sie auch noch Neurodermitis bekam. Und ich mich dann da wieder sooo reinstreßte.. War schon viel belastendes..

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [bionda](#) on Sun, 03 Jun 2012 20:04:04 GMT

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

---

Tividi, bei mir haben ja, meiner Meinung nach, Ferritinmangel und allmähliche hormonelle Veränderungen aufgrund meines Alters zu einem langsamen, aber nicht allzu massiven Ausdünnen meiner Haare geführt, aber nicht zu besonders hohen Haarausfallraten. Aber ich bin mir sicher, dass der Auslöser für meinen dann auftretenden, starken Haarausfall psychischer Stress zusammen mit Schlafstörungen war.

Du hast ja schon viele Möglichkeiten in Betracht gezogen, woran es liegen könnte, und versuchst, endlich die Ursache zu finden. Ich jedenfalls habe, als ich deine Ausführungen im Zusammenhang mit deiner Tochter gelesen habe, sofort gedacht: Ja, das ist es!!

Und (das würde eigentlich in den anderen Strang gehören, aber ich schreib es mal hier rein) du hast vor einigen Tagen von deinem Schlafmangel geschrieben. Im Gegensatz zu den anderen, die dir geschrieben haben, bin ich mir aufgrund meiner eigenen Erfahrung sicher, dass Schlafmangel oder Schlafstörungen über einen längeren Zeitraum Haarausfall verursachen oder zumindest zusammen mit anderen Faktoren begünstigen können.

Dass andere Mütter nicht mit Haarausfall auf Schlafentzug reagieren, zeigt nur, dass nicht alle Menschen gleich sind in ihren körperlichen Reaktionen. Es reagieren auch nicht alle Frauen auf Mangelernährung, Ferritinmangel, psychischen Stress o. a. mit Haarausfall, während bei anderen sehr wohl ein Zusammenhang besteht.

Ich weiß natürlich nicht sicher, ob ich richtig liege, aber mir erscheint es auf jeden Fall sehr

schlüssig, dass deine starke, emotionale Belastung und der Schlafmangel, die beide über einen längeren Zeitraum angehalten haben und vermutlich noch anhalten, die Ursachen sein könnten!

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [Binne](#) on Sun, 03 Jun 2012 20:39:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das mit dem Schlafmangel kam mir noch gar nicht in den Sinn, aber es könnte gut sein, dass ein Schlafmangel auch zu einer Veränderung der Hormone führt und die Haare dadurch verstärkt fliegen.

Mein Kind ist ja ähnlich alt wie deines und es hat bis jetzt auch nur dreimal durchgeschlafen. Im Schnitt stehe ich 4-6mal auf die Nacht.  
Das macht auch Stress...

auf eine gute Nacht...lg

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [Luccia](#) on Mon, 04 Jun 2012 06:59:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also, ich versuche momentan mein Leben (vornehmlich mit Ernährung) umzustellen.  
Zudem versuche ich mir einen Schlafrhythmus anzulegen (also so etwa 0 Uhr ins Bett und um 8 raus).

Ich kann euch gerne schreiben, ob das insgesamt erfolgreich erzieht!

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [tividi](#) on Mon, 04 Jun 2012 10:41:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Bionda. Ja finde ich super, dass du das Thema nochmal aufgreifst wegen dem Schlafmangel!  
Weil die Frage stellt sich mir schon immer wieder.

Nur wie kann ich das ändern... Ich habe mir zwar vorgenommen, mich nicht mehr in alles so reinzusteigern.. was ich auch abgesehen vom Haarausfall momentan schaffen.. nur bringt das ja nichts, wenn mich der Haarausfall so extrem belastet.

Das Problem meiner Tochter wird mit 3 Jahren nochmal kontrolliert und dann könnte sie operiert werden.. ich versuche aber da mich nicht jetzt schon verrückt zu machen..

Und ihre Haut ist auch wieder relativ okay. Mir ging's ansich, wenn der Haarausfall nicht angefangen hätte, wieder echt super..

Naja und wegen dem Schlaf weiß ich auch nicht, wie ich das ändern soll. Ich kann meine

Tochter ja nicht einfach überhören.. Wir haben ihr Bett jetzt vor ca zwei Wochen in Ihr Zimmer gestellt weil wir dachten, wir stören sie vielleicht beim schlafen. Aber besser ist das auch nicht. Jetzt muss ich immer aufstehen, dann hol ich sie zu uns und sie macht sich da breit und schläft auch ewig nicht. Noch dazu muss ich ihr zum einschlafen IMMER das Händchen halten..

Die Frage ist auch, wie lange müsste man denn gelassen sein und gut schlafen damit man das sehen würde?

Ich kann nicht einfach nur noch abwarten, es sieht echt grausig aus, ich will garnicht mehr das Haus verlassen und das jetzt schon.

Ich überleg ja immer hin und her ob ich jetzt Regaine oder die Pille nehm. Ich dachte wenn ich Regaine nehm und es mal zum Stopp kommen würde ich dann vielleicht endlich mal bisschen "verschnauften" könnte und ich Regaine vielleicht doch wieder absetzen könnte... Aber dann ja auch nur, wenns wirklich der Stress war. Aaber wer weiß das schon..

Allerdings bring ichs einfach nicht fertig wegen dem Shedding schon allein.... ich hab sooo Angst. Ich denk mir dauernd, hät ich doch schon vor nem halben Jahr damit angefangen.. so wie ich jetzt ausseh ises zu spät. Da hät ich nach Shedding vielleicht ausgesehen wie jetzt eh..

@Binne, aber was ich mich auch frage, wenn der Streß zu einer Veränderung der Hormone führt. Müsste man ja ganz klar sehen können, wenn die Hormone okay sind, das es auch nicht von Streß kommen kann?

Binne seit wann hast du nochmal den Haarausfall??

@Luccia

ja gerne!

hast du eigentlich schon das Alopecia Areata Forum gesehen? Du hast ja AA?!

Das ist hier dann nochmal extra unterteilt.. Nicht das ich dich hier vergraulen will..

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [hoffnung](#) on Mon, 04 Jun 2012 17:58:34 GMT

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

---

Bei mir glaube ich auf alle Fälle, dass Stress und negative Gedanken der Auslöser meines HA sind. Immerhin stehe ich sicher schon die letzten 30 Jahre ständig „UNTER STROM“.

Und zwar glaube ich nicht, dass Stress direkt HA verursacht, sondern dass Stress den ganzen Körper aus dem Gleichgewicht bringt. Ich kann mir vorstellen, dass der Hormonhaushalt in Unordnung gerät und der Stress viel mehr Vitamine und Mineralstoffe auffrisst und was weiss ich noch alles anstellt (bei jedem halt irgend etwas anderes).

Ich denke, der Haarverlust bringt zum Ausdruck, dass im Körper etwas nicht stimmt.

Habe mal das Buch eines japanischen Arztes gelesen hier ein Auszug:

... wenn bei Stressgefühlen Noradrenalin ausgeschüttet wird, ziehen sich die Blutgefäße zusammen und die Durchblutung wird behindert. Zu diesen negativen mechanischen Veränderungen kommt hinzu, dass dabei beträchtliche Mengen aktiver Sauerstoff gebildet wird, die Gene geschädigt werden und alt machende Substanzen entstehen ...

Bei mir verursachen die altmachenden Substanzen:

Haarausfall

Parodontitis

Falten

(an Krankheiten will ich gar nicht erst denken)

Weiteres aus diesem Buch:

... Stress und die Folgen:

- Negatives, ablehnendes Denken: STRESSHORMONE (Noradrenalin) - Anspannung

- Positives, bejahendes Denken: GLÜCKSHORMONE - Entspannung

...

Also, denkt öfter mal an etwas besonders schönes und lasst ein paar Glückshormone zu (ich weiß, dass das manchmal schwierig ist).

LG,

Su

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [bionda](#) on Mon, 04 Jun 2012 19:17:10 GMT

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

---

Tividi, das ist ja wirklich schön, dass es mit der Neurodermitis deiner Tochter wieder deutlich besser geworden ist und dass es bei der anderen Sache jetzt erst mal keinen Handlungsbedarf gibt. Somit ist auch für dich wieder mehr Ruhe eingekehrt, was deine Tochter betrifft.

Aber es ist natürlich genau so, wie du schreibst: Die eine Belastungssituation, die (vermutlich/möglicherweise) zu deinem Haarausfall geführt hat, ist nicht mehr da, dafür hat der Haarausfall zu einer neuen geführt, die auch wiederum Haarausfall auslösen kann usw.

Was das Durchschlafen deiner Kleinen angeht: Hier wirst du wahrscheinlich einfach nur abwarten können, bis sie soweit ist, dass sie durchschläft oder zumindest nicht mehr so oft wach wird in der Nacht.

Wie lange es dauern würde, bis eine gute psychische Verfassung und ungestörter, ausreichender Schlaf zu einem Haarausfallstop oder Neuwuchs führen würden, kann ich überhaupt nicht sagen. Ich habe keine Ahnung, ob sich die Wirkung dann gleich zeigen könnte oder ob die „haarfremdliche“ Situation erst länger bestehen muss, um eine positive Auswirkung zu haben.

Regaine oder Pille?

Nach dem, was ich bisher hier gelesen habe, kann die Einnahme der Pille zu einer Verbesserung,



einer Verschlechterung oder keinerlei Änderung führen. Da fällt es mir schwer, einen Ratschlag zu geben. Was aber meiner Meinung nach in deinem speziellen Fall gegen die Pille spricht, ist der hohe Blutdruck, den du unter der Pille hattest.

Regaine kann entweder wirken oder nicht wirken. Allerdings entspricht das Verhältnis von Erfolgs- zu Misserfolgsmeldungen, das hier im Forum wiedergegeben wird, ganz bestimmt nicht dem der Wirklichkeit. Die zufriedenen Regaine-Nutzerinnen melden sich hier im Forum nicht oder nur ganz untergeordnet zu Wort, da sie keinen Anlass sehen, hier zu schreiben. Der Anteil der Nutzerinnen, die mit Regaine Erfolg haben, ist in der Bevölkerung viel höher, als es das Forum hier widerspiegelt, davon bin ich überzeugt.

Deine Überlegung, dass du Regaine nimmst, nach einer gewissen Zeit eine positive Wirkung hast, dadurch endlich diesen enormen seelischen Druck verlierst, der auf dir lastet, und damit den vermuteten „Haarausfall-Auslöser“ eliminiert, hat auf jeden Fall was für sich. Bei mir ist genau das eingetreten: Als der Haarausfall nach 3,5 Monaten Regaine-Nutzung endlich zurückgegangen war innerhalb von Tagen, ging es mir schlagartig viel besser. Vielleicht lässt sich Regaine in so einem Fall tatsächlich wieder ausschleichen, ohne dass groß was passiert. Ich habe es allerdings nie gewagt, es zu probieren, nur das Zeitintervall zwischen den einzelnen Anwendungen habe ich etwas verlängert.

So wie du jetzt aussiehst, ist es nicht zu spät! So habe ich auch mal gedacht, als ich es nach dem ersten Mal abgesetzt habe und dann wieder angefangen habe, aber das war Quatsch. Du hast zunächst versucht, überhaupt die Ursachen zu finden und hast erst mal andere Methoden probiert und dich z. B. um deinen Ferritinwert gekümmert. Dass du nicht sofort mit Regaine angefangen hast, zeigt nur, dass du verantwortungsvoll mit dir selber umgehst und eben nicht gleich zu einem Arzneimittel greifst, dass dann dauerhaft verwendet werden soll.

Vor dem Shedding hatte ich auch Angst. Beim ersten Mal ist es nicht eingetreten. Vielleicht lag das an der Diane, mit der ich zwei Wochen später angefangen hatte, keine Ahnung. Beim zweiten Mal waren meine Ausfallzahlen so immens hoch (ich hatte die Diane wieder abgesetzt 4 Monate vorher), dass ich ein Shedding, falls ich denn eins gehabt haben sollte, nicht bemerkt habe.

Sag mal, du hast doch Regaine schon ausprobiert in einer Geheimratsecke. Wie lange hast du es genommen? Wie viel hast du verwendet? Kann das Jucken damit zusammenhängen, dass du sehr viel auf dieser kleinen Fläche aufgetragen hast, oder hast du nur ein paar Tropfen verwendet? Hast du es auf die trockene Kopfhaut aufgetragen?

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [tividi](#) on Tue, 05 Jun 2012 07:36:00 GMT

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

---

hi bionda

ich habe Regaine abends auf trockener Kopfhaut angewendet. Und ich hab echt nur ein,zwei Tropfen genommen. Drei Wochen lang bis jetzt.. Ich finde das Zeug ausserdem irgendwie schmierig. Kanns mir auch garnet vorstellen des dauernd aufn kopf zu haben.. Sieht ja auch nicht



grad vorteilhaft aus.

Muss man Regaine eigentlich verreiben? oder nur drauf tröpfeln?

Eigentlich denk ich mir Regaine sollte vielleicht die bessere Wahl sein. Weil wie du schon sagst, denke ich auch, das viele Leute das auch anwenden und es hilft ohne jegliche Probleme.. Ausserdem halt wegen dem Bluthochdruck. Und ausserdem weil ich ja auch noch mal ein zweites Baby will eigentlich.. Ich wollte die Pille wirklich nie wieder nehmen....\*seufz\* Hatte mir extra die Kupferspirale einsetzen lassen.. sogar die hab ich nach nur nem halben Jahr ziehen lassen weil ich auch das aus Ursache ausschließen wollte..

Aber ich versuch mir die grad schon die Pille schön zu reden.. da ich mich einfach absolut nicht an Regaine traue wegen dem Shedding.

Bei der Pille hab ich bezüglich der Haare auch angst was passiert wenn ich sie wieder absetz.

Aber ich hab bei der Pille nicht die Angst irgendwie, das es noch schlimmer wird wenn ich damit anfang(hoff ich doch mal). Da hab ich nur wieder um meine Haut Angst und eben dem Blutdruck.

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [mrs.xy](#) on Tue, 05 Jun 2012 08:43:28 GMT

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

Hi,  
zu Regaine wollt ich kurz schreiben- ich nehme die 5%ige Lösung und verreihe nach dem Tröpfeln. Ein Shedding hatte ich nicht und da würde ich jetzt weniger Angst vor haben. Es macht das Haar schon steif und bei mir irgendwie grau, aber ich nehme noch die Haarfusseln und dann gehts:)  
Bluthochdruck hab ich nicht- wird beim Gyn alle 3 Monate kontrolliert:)

LG Nina

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [tividi](#) on Tue, 05 Jun 2012 09:55:32 GMT

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

hi mrs xy

und wie hat dir Regaine geholfen? Sind neue Haare gewachsen? Seit wann nimmst du das?

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [bionda](#) on Tue, 05 Jun 2012 10:01:36 GMT

Hi Tividi,

du musst die Lösung nicht mit den Fingern verteilen. Ich habe es bei den ersten Malen gemacht und dann gemerkt, dass ich mir das Ganze dadurch nur in die Haare schmiere, statt es auf der Kopfhaut zu verteilen. Ich hatte dann auch dieses schmierige Gefühl, das du beschreibst. Außerdem blieb ein Teil der Lösung an den Fingern haften. Und ich denke, es sollte soviel wie möglich direkt auf der Kopfhaut und so wenig wie möglich woanders landen. Die Lösung muss nur aufgeträufelt werden. Es macht nichts, dass dabei nicht jeder qcm benetzt wird.

Wenn ich die Lösung auf dem Kopf habe, sieht man davon überhaupt nichts. Was sieht denn bei dir da nicht vorteilhaft aus, die Haare selber oder die durchschimmernde Kopfhaut?

Du hast vor beiden Möglichkeiten Angst, Pille und Regaine. Ich kann das gut verstehen, deine jeweiligen Argumente dafür und dagegen sind alle nachvollziehbar. Ich würde dir ja am liebsten zu einem der beiden raten, aber ich verkneif es mir lieber, denn deine Entscheidung muss schon aus eigenem Antrieb kommen.

Hi Mrs.xy,

könnte es sein, dass deine Haare nicht so steif und „grau“ werden würden, wenn du es nicht mit den Fingern verreiben würdest? Oder ist bei der 5%igen Lösung alles anders und soll sie verrieben werden, weil sie vielleicht zäher ist als die 2%ige? Toll, dass du auch kein Shedding hattest!

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [mrs.xy](#) on Tue, 05 Jun 2012 10:38:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi (auch an tividi),

also ich denke,es liegt am Verreiben,daß es am Haar haftet und klebt.  
Lt Prof soll ich verreiben- werde aber zum Träufeln und mit der Pipette verreiben übergehen...  
Ich benutze diese 5%ige Lösung seit fast 2 Jahren und lt Prof hab ich den Status erhalten/ leicht verbessert. Ich hatte vor meiner Schwangerschaft 2007 schon mal das aus der Apotheke-auch ohne Shedding.  
Ich habe durchaus Neuwuchs,wenn ich die Haare nach dem Fönen nach hinten bürste,sind da so einige Antennen- aber es wird nicht mehr...  
Eigentlich hab ich nächste Woche wieder einen Kontrolltermin,werd aber absagen und auf Herbst verlegen.

Mit den Haarfusseln gehts mir gut, es wird trotz Regaine, Laserkamm und pantogar nicht superviel besser und er meint,diese Medis kann man geben,das ist maximal und ich denke,mehr

gibt er nicht.  
Hormone etc... Obwohl er DER Haarguru ist \*seufz\*.

LG Nina

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [Thatlittlehope](#) on Tue, 05 Jun 2012 11:37:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wachsen euch durch Regaine nicht Haare an anderen Körperstellen? Ich hab Regaine nur nen Monat benutzt und unerwünschten Haarwuchs im Gesicht und am Rücken gehabt. Und meinst ihr die gehen mit der Zeit ohne Behandlung von Regaine weg?

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [tividi](#) on Tue, 05 Jun 2012 12:13:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja es sieht unvorteilhaft weil es die Haare so strähnig macht und man dann ja noch schlimmer die Kopfhaut sieht..

war grad waschen.. es wird und wird nicht weniger Ausfall

@Thatlittlehope? waren das schwarze Haare?

Haare im Gesicht hab ich sowieso.. schon immer.

@mrs.xy  
wann hat dein Haarausfall denn gestoppt als du mit Regaine anfingst? Weißt du das noch

Hab das im Beipackzettel auch nicht ganz verstanden. Da steht bei Pipette nix von verreiben und beim Sprühaufsatz steht verreiben. Wenn ich das richtig in Erinnerung hab.

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [bionda](#) on Tue, 05 Jun 2012 13:10:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Tividi,

die Sprühaufsätze verwendet man bei sehr lichtem Haar, wo schon so viel Kopfhaut frei ist, dass beim Sprühen die Haut benetzt wird und die Haare dabei nicht im Weg sind. Da macht das Verteilen mit den Fingern Sinn. Beim Auftragen mit der Pipette steht nichts vom Verteilen mit den Fingern, weil eben sonst genau das passiert, was du und mrs.xy beschreiben: Die Haare werden strähnig bzw. bei 5%iger Lösung steif.

Wenn du beim Auftragen darauf achtest, möglichst nur die Kopfhaut zu treffen und nicht mehr mit den Fingern rangehst, sieht es sicher besser aus.

Hi Thatlittlehope,

ich habe zwar viele Körperhaare, auch im Gesicht und auf dem Rücken, aber sie sind so fein und farblos/weißblond, dass man sie gar nicht sieht. Deshalb kann ich auch leider nicht beurteilen, ob mir mehr Körperhaare gewachsen sind. Ich weiß auch nicht, ob sie nach dem Absetzen von Regaine wieder verschwinden, aber ich würde es vermuten.

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [Thatlittlehope](#) on Thu, 07 Jun 2012 21:09:32 GMT

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

@tividi:Nicht schwarz aber dunkelbraun wie meine Kopfhaare...hab ja auch selbst schon genug Haare im Gesicht , in letzter Zeit seh ich die einzige Möglichkeit für weiteren Neuwuchs in Regaine, aber diese blöden Nebenwirkungen. In letzter Zeit verliere ich so 30-40 Haare mehr und ich steh wieder unter Strom...aber ich hoffe, die Sonne scheint wieder, nach Sonnenstunden ist mein HA besonders gering. Nach diesen letzten schönen Sonnentagen hab ich extrem wenig verloren...ich denk nicht, dass es unbedingt Zufall ist.

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [tividi](#) on Fri, 08 Jun 2012 07:55:32 GMT

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

wenn dir in nur einem Monat diese dunklen Haare gewachsen sind... was hat sich in der Zeit am Kopf getan?

Hast du Vitamin D Mangel?

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen

Posted by [Thatlittlehope](#) on Fri, 08 Jun 2012 12:18:37 GMT

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

Das ist es ja, auf dem Kopf ist nichts passiert, außer Schuppen und Rötung. Aber der Zyklus der Haare auf dem Kopf und im Gesicht sind ja ganz anders....laut Endokrinologe hab ich nen starken Vitamin D Mangel und Montag hab ich wieder nen Termin, da werd ich nach dem Wert fragen und nach Dekristol.

---

---

Subject: Aw: HA durch Streß- Fragen  
Posted by [bionda](#) on Thu, 14 Jun 2012 19:07:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---