

---

Subject: Eure Symptome? Zum Vergleich

Posted by [Novemberkind](#) on Tue, 05 Jun 2012 15:36:14 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

ich wende mich das Erste mal in meinem Leben an Andere (außer an Ärzte). Ich habe seit ca. 13 Jahren Haarausfall. Da jeder Mangel und SD ausgeschlossen werden konnte und mein Scheitelbereich deutlich ausgedünnt ist, blieb nur noch die Diagnose erblich bedingter Haarausfall.

Weil ich so bemüht bin, das zu kaschieren (noch geht das mit Toppik) relativ gut, rede ich mit niemandem drüber. Nicht mit der Familie. Nicht mit Freunden. Nicht mit meinem Freund (auch wenn er merkt, dass überall Haare in der Wohnung rumliegen ). Denn ich kann diese Sorge mit niemandem teilen. Ich will nicht, dass Menschen mit normalem Haar darauf aufmerksam werden, solange ich noch die Hoffnung habe, dass es nicht so auffällt. Obwohl ich weiß, dass es nur noch eine Frage der Zeit sein wird. Es frisst innerlich an mir. Und ich würde gerne von EUCH, die unter erblich bedingtem Haarausfall leiden, wissen, was sie für Symptome haben. Um mich weniger allein zu fühlen. Vielleicht hilft das ja, mich nicht wie ein Freak zu fühlen. Denn ein Fehler ist sicher, dass man sich selbst in diese Warum-nur-Ich?-Rolle drängt. Freu mich, wenn ihr mitmacht. Ich bitte nur die, die von androgenetischen HA betroffen sind, zu antworten. Nicht die, die noch auf eine andere Diagnose hoffen dürfen (Ich beneide euch sehr ) Ich mache mal den Anfang.

ÜBER MICH

Alter: 31

HA seit: 13 Jahren

VERLAUF:

Erstes Auftreten: Mit 17, ca. 1 Jahr nach Pilleneinnahme (Cilest)

Ausmass: Stark, mind. 300 pro Tag

Dauer: Nach ca. 4 Monaten langsame Besserung

Weiterer Verlauf: Phasenweise Schübe alle 3 Jahre besonders starker Schub.

Ausfallzeit: Im August bis November am schlimmsten. Januar bis April fast symptomfrei

Pausen: höchstens halbes Jahr

SYMPTOME:

Haarstatus: ca. 1/3 bis 1/2 Haarfülle verloren. Scheitel fängt an sich zu lichten.

Sensibilität: Haarwurzeln im Oberkopfbereich sehr sensibel, wenn Wind durch Haar fährt, zieht es

Nachtschweiß (evtl. durch Hormone): immer

Kleine Pickelchen an Oberarmen: (ich vermute hier einen Zusammenhang, da die Haarwurzeln betroffen sind)

Weniger Körperbehaarung: an Beinen, Achseln und Augenbrauen

HAARE

Haarqualität: Feines Haar, Tendenz zum Kräuseln

Haarfarbe: dunkelbraun mit Rotreflex

Ausdünnung: Nur Scheitel, nicht an Seiten

Ausfallende Haare: kurze wie längere  
Frisur: Längerer Bob mit Pony  
Styling: Volumen-Mousse, Toppik Haarauffüller, Föhnen, Glätten  
Haarwäsche: Alle 2 Tage

#### THERAPIE

Pille: seit 12 Jahren. Mit Belara wurde HA besser, aber immer noch Schübe, aber  
Zwischenblutungen, Neo-Eunomin: keine ZB  
Erfahrung nach Absetzen der Pille: plane das gerade, habe aber Angst  
Regaine: seit 6 Monaten. HA gestoppt  
Rückfall nach Regaine: noch keinen  
El Cranell Alpha: keine große Wirkung

#### PSYCHE

Angstzustände  
Nervosität  
schwaches Ego  
Selbstzweifel  
Vergleiche mich ständig mit Anderen  
Verschließe mich gerne  
Launisch  
Verletzbar  
Misstrauisch

#### WAS MIR HILFT

Toppik  
Ablenken  
Regaine

---

Subject: Aw: Eure Symptome? Zum Vergleich  
Posted by [hoffnung](#) on Mon, 11 Jun 2012 15:06:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Willkommen Novemberkind,

ich denke die meisten hier hoffen, dass sie eine Ursache finden können, daher hat dir  
wahrscheinlich noch niemand geantwortet.

Ich wollte deinen Thread nicht zerstören, daher habe ich mit meiner Antwort ein wenig  
gewartet.

Wie bist du denn zur Diagnose androgenetischer Haarausfall gekommen, welche Untersuchungen hast du denn gemacht ?

LG,  
Su

---

Subject: Aw: Eure Symptome? Zum Vergleich  
Posted by [Novemberkind](#) on Tue, 12 Jun 2012 16:18:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Hoffnung,  
danke für deine Antwort. Lese schon länger mit, aber hab mich erst jetzt aktiv eingeklinkt, weil ich wieder so ne Phase habe, wo ich es irgendwie verarbeiten muss.  
Also die Diagnose kam durch das Ausschlussprinzip.  
Schilddrüse und Blutwerte alle in Ordnung.  
Kein Vit-Mangel, auch Eisen okay.  
Dazu die Tatsache, dass ich HA seit 13 Jahren habe. Jedes Jahr. Saisonbedingt. Und der Nachwuchs kaum stattfindet.  
Auch meine Haarwurzeln ziehen. Spricht wohl alles für eine genetische Veranlagung. Auch das Ausfallschema im Oberkopfbereich, Seiten noch dicht.

Bleiben nur noch die Hormone. Meine letzte Hoffnung ist das Absetzen der Pille. auch wenn es vielleicht danach noch schlimmer wird. Schließlich fing es aber mir ihr an. Und auch der Wechsel auf antiandrogenen Pillen hat nicht verhindern können, dass ich saisonall noch immer viel Haarverlust habe. Auch wenn alle sagen, dass das Östrogen ja gut für die Haare ist. Ich weiß nicht, ob das für alle Frauen gilt. Und ob künstliches Östrogen nicht bei manchen mehr durcheinanderbringen kann. Da gibts ja auch schon Diskussionen dazu. Will denen keinen Unmut machen, bei denen die Pille hilft, ist ja sehr individuell.

Ja ich weiß, wir alle sind auf der Suche nach der Ursache. Und alle haben die Hoffnung: Lass es doch keinen AGA sein. Nur so langsam gibt es kaum mehr Raum für andere Diagnosen. Wo soll ich auch noch hin? Hautarzt, Frauenarzt finden ja auch keine Ursache und dann heißt es AGA.

Darum bin ich über jeden Hoffnungsschimmer froh, den ich im Forum finden kann... du kennst das ja sicher... hab mir deine Leidensgeschichte durchgelesen. Wahnsinn, was du schon alles versucht hast. Warum hast du eigentlich Regaine abgesetzt, wenn es geholfen hat? Du hast zwar geschrieben, weil du kein Medikament nehmen wolltest, aber wenn es keine NW hatte? Ich habe vor 6 Monaten angefangen, es wirkt (noch) und gibt mir etwas mehr Selbstwertgefühl...

---

Subject: Aw: Eure Symptome? Zum Vergleich

Posted by [hoffnung](#) on Thu, 14 Jun 2012 19:16:50 GMT

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

---

Hallo Paula,

vor ungefähr drei Jahren habe ich mir auch gedacht, es ist Veranlagung, ich kann es nicht ändern und finde mich ab damit. Vor zwei Jahren, als der saisonelle HA wieder mal die wenigen nachgewachsenen Haare wegraffte hat mich erneut die totale Panik gepackt. Da habe ich beschlossen, es noch ein einiges Mal zu versuchen.

Ich hatte aber keine Lust mehr einen Arzt aufzusuchen (meine diesbezüglichen Arztbesuche lagen schon lange hinter und zu der Zeit war sicher einiges noch nicht bekannt). Wochenlang habe ich hauptsächlich in diesem Forum gesucht, mir Gedanken gemacht, welche Mängel könnte ich durch meine Ernährung haben, welcher Schaden könnte in meinem Körper durch mein ständiges "Unentspanntsein" entstanden sein, wie bin ich, welche Symptome habe ich noch. Habe dann etliche Vitamine und Mineralstoffe eingenommen und mit der Progesteroncreme begonnen (von der ich glaube, dass sie zu einer Verbesserung geführt hat).

Im vorigen Herbst habe ich mit Vit. D begonnen und hoffe, das der jährliche saisonelle HA dadurch ausbleibt (bis jetzt ist noch alles o.k.). Da ich einen Ferritinmangel hatte, habe ich auch Eisen genommen. War heute zur Blutabnahme und habe jede Menge untersuchen lassen und werde nächste Woche erfahren wie meine Werte sind.

Mit Regaine habe ich aufgehört, weil mir der Gedanke, dass es eigentlich ein Medikament ist unangenehm war. Ich hatte zwar keine Nebenwirkungen (ausser Behaarung auf den Oberschenkeln, die nie wieder verschwunden sind), aber mir war von Anfang an klar, dass ich es nicht ein Leben lang nehmen möchte.

LG,  
Su

---

---

Subject: Aw: Eure Symptome? Zum Vergleich

Posted by [Novemberkind](#) on Fri, 15 Jun 2012 13:21:05 GMT

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

---

Liebe Su,

von der Blutabnahme komme ich auch heute.

Will nämlich die Pille absetzen, d.h. ich muss, weil sie ein Myom gefunden haben. Meine neue Frauenärztin, bei der ich nur war, weil ich umgezogen bin, ist seit Langem als Erste auch auf meinen HA eingegangen, obwohl ich das nur im Nebensatz erwähnt habe, weil ich mich eh nie Ernst genommen gefühlt habe. Sie hat mich ermutigt, noch mal die SD zu checken. Vor Jahren habe ich zwar mal meine Werte checken lassen, da wurde eine geringe Unterfunktion festgestellt. Mein Arzt, obwohl er wusste, dass ich HA habe, hat aber gesagt, das kann unmöglich daher kommen.

Meine Frauenärztin aber meinte, jede minimale Abweichung kann hier HA begünstigen.

Zusammen mit der wirkungsvollen Therapie mit Regaine habe ich also wieder etwas Hoffnung, dass es Therapieformen für mich gibt.

Auch dass ich mich psychisch so langsam mit dem Absetzen der Pille anfreunde ist für mich

wichtig, weil ich ja in den nächsten Jahren schon auch an Kinder denke... hoffentlich kriegen die dann die Haare von meinem Freund, die sind wie Draht und so dicht, dass kein Windhauch an die Kopfhaut kommt.

Schon schlimm irgendwie, dass man daran denken muss, ob die Kinder das von einem erben könnten...

Naja, dunkle Gedanken beiseite, ich habe zwei neue Hoffnungsfunken. Auch wenn ich auf lange Sicht nicht weiß, was draus wird. Ist besser als Verzweiflung.

Wie wendest du denn die Progesteron-Creme an? Stelle mir das schwierig vor, die auf die Kopfhaut zu bringen, ohne dass das Resthaar verfettet, sorry, wenn ich in dem Thema noch ein Neuling bin.

---

Subject: Aw: Eure Symptome? Zum Vergleich

Posted by [muckimuck](#) on Fri, 15 Jun 2012 15:58:55 GMT

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

---

Hallo Novemberkind - die Progesteroncreme trägt man an Stellen auf, an denen besonders dünne Haut ist. Z.B. an den Arminnenseiten oder den Kniekehlen.

Das wirkt dann im ganzen Körper.

LG

Mucki

---

Subject: Aw: Eure Symptome? Zum Vergleich

Posted by [hoffnung](#) on Sun, 17 Jun 2012 09:24:26 GMT

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

---

Hallo Paula,

die Schilddrüse würde ich auf alle Fälle checken lassen, nachdem du ja eine leichte Unterfunktion hattest. Hier im Forum gibt es einige Frauen, die sich sehr gut mit den Werten auskennen. Die können dich sicher beraten, wenn du die Ergebnisse hier reinstellst.

Wenn du die Pille absetzt, kannst du dann ja auch deinen Hormonstatus prüfen lassen (soweit ich hier gelesen haben, macht das aber erst nach 3 Monaten Sinn).

LG,

Su