
Subject: Mal was Positives

Posted by [Mavie](#) on Fri, 08 Jun 2012 23:16:27 GMT

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

Hallo Ihr Lieben,

nur damit ich hier nix Positives verschweige, das vielleicht andere Betroffene zwischendurch mal aufbauen könnte: Ich hab seit ca. 6-7 Wochen keinen Haarausfall. Also der tägliche Haarverlust bewegt sich in völlig normalen Grenzen, 20 bis max. 50 am Tag, beim Waschen (alle 3-4 Tage) 60-120.

Ich habe keine Ahnung, woran die Besserung liegt - ich hatte in den letzten 2 Jahren niemals so wenig Haarausfall - und ich gehe ehrlich gesagt davon aus, dass es sich bei mir nur um eine kurzzeitige Ruhepause handelt. Jedenfalls möchte ich Euch dennoch einfach mal aufschreiben, was ich in den letzten Monaten geändert habe. Vielleicht hilft irgendwas davon ja einer von Euch:

Hormonell:

Habe die Diane seit Mai 2011 eingenommen (hatte leicht erhöhtes Androstendion und DHEAS und normwertig hohes Testosteron), sie hat allerdings meinem Empfinden nach überhaupt nicht geholfen. Ob bei mir erst nach ca. einem Jahr die Wirkung eintrat?

Nun ja, für mich nun egal, da ich sie vor acht Wochen wegen akuter Fortpflanzungsambitionen wieder abgesetzt habe.

Schilddrüse:

Ca. seit März 2012 nehme ich unregelmäßig, aber seit knapp einem Monat regelmäßig Euthyrox. Anfangs nur 25 Mikrogramm, inzwischen 50 Mikrogramm täglich. Hatte einen schwankenden TSH-Wert von 2,5 bis 4,2. Die freien Werte waren bei mir aber immer sehr gut, hatte nie Antikörper und Schilddrüse sieht im Ultraschall auch gut aus. TRH-Test war grenzwertig, aber noch in der Norm.

Vitamine + Mineralstoffe:

Ca. seit Ende Februar 2012 nehme ich zusätzlich zu wöchentlichen Supradyn Plus 2x wöchentlich einen Vitamin B-Komplex und trinke außerdem fast täglich Magnesium/Calcium/Vit D3-Brause. (Ich hatte einen minimalen Magnesiummangel. Vit. D3 war bei mir OK, aber eher niedrig.) Zusätzlich nehme ich nur sehr unregelmäßig Eisentabletten, bin ja so selten nüchtern...

Topisch:

Habe Minox und Pantostin ca. Anfang März 2012 abrupt abgesetzt, hat mir meiner Meinung nach nichts gebracht. Auch Haarwasser mit Beta-Östradiol und Finasterid empfand ich im letzten Jahr als nutzlos, wenn nicht sogar kontraproduktiv.

Blutdruck!

Ca. seit Anfang des Jahres habe ich wegen Bluthochdrucks kontinuierlich (aber anfangs unregelmäßig) den Blutdrucksenker Iterium eingenommen. Eigentlich sind gerade Blutdrucksenker oft als HA-Auslöser oder -Verstärker gefürchtet, aber ich frage mich, ob das Mittel bei mir vielleicht zur HA-Besserung beigetragen hat. Lest bei Interesse über den Wirkstoff

Rilmenidin nach - möglicherweise greift der in einen auch für HA relevanten Regelkreislauf ein?! Also vielleicht ist das ein Tipp für alle Betroffenen MIT Bluthochdruck.

Und davon abgesehen kann ich nur sagen, dass ich immer erfolgreicher versuche mein Wohlbefinden nicht zu sehr von meinen Haaren abhängig zu machen. Und ich erlebe in einer der schwersten Phasen meines Lebens unerwartet auch großes Glück: Ich habe 2011 während der schlimmsten HA-Phase (mit Verkriechen, Depression und Ängsten) meinen Freund kennengelernt. Jede, die selbst schon in so einer Phase steckte, weiß: Das ist ein Wunder der Kategorie 1B (Kategorie 1A ist "Tote auferwecken", "Übers Wasser gehen" ist höchstens ein Wunder der Kategorie 3C).

So, Das war meine Analyse-Seelenstriptease-Bergpredigt. Gehet hin in Frieden!
Mavie

Subject: Aw: Mal was Positives
Posted by [Binne](#) on Sat, 09 Jun 2012 07:29:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Mavie,

danke für diesen positiven Bericht!!

Schön zu lesen, dass es auch bergauf gehen kann!

Mit den Blutdruckmitteln kenne ich mich überhaupt nicht aus, was ich noch zu deiner Pille sagen kann, ist, dass eine Pille bei einem Androgenen-Problem, welches von den NN kommt (Androstendion und DHEAS stammen von den NN!) eh nicht wirken kann! Komisch, dass deine FÄ das nicht wusste. Nur bei erhöhtem Testo kann die Pille die Androgene drücken (also das Testo). Bei erhöhten NN Androgenen nimmt man was anderes (Dexa oder so).

Toll, dass Du dir so eine entspannte Einstellung hast bewahren können, das hat bestimmt einen guten Teil dazu beigetragen, dass dein HA besser wurde!

Viel Glück beim Baby-basteln

LG!

Subject: Aw: Mal was Positives
Posted by [Leni82](#) on Sat, 09 Jun 2012 07:31:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mavie,

wir hatten hier zwar noch nie Kontakt, aber das freut mich für dich!

Auch dass du so glücklich mit deinem Freund bist!
Ich finds immer wieder schön, auch mal was Positives zu lesen!

Vielleicht könnte es ja auch daran liegen, dass du die Pille abgesetzt hast!?

Hab ich das richtig verstanden, dass du Finasterid genommen hast, das dann auch abgesetzt hast und jetzt schwanger werden willst?

Bei mir ist nämlich Finasterid zur Zeit auch in der Überlegung, traue mich aber eben noch nicht so recht, weil bei mir auch noch Kinderwunsch besteht!?

Wäre nett, wenn du kurz berichten könntest!

Ach ja: "Dank sei Gott dem Herren!"

LG
Leni

Subject: Aw: Mal was Positives
Posted by [flame](#) on Sat, 09 Jun 2012 08:30:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie schöööööön!

Ich könnte mir vorstellen, dass Dein Körper auf rein natürliche Weise mit genau den richtigen (selbst produzierten) Hormonen überschwemmt wird.....

"Liebe heilt" - hat mal eine Freundin von mir gesagt; vielleicht stimmt es ja....

Subject: Aw: Mal was Positives
Posted by [Mavie](#) on Sat, 09 Jun 2012 08:42:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Binne: Die Frauenärzte (war bei zweien) haben mir lobenswerterweise von der Pille auch abgeraten, sie wollten es bei mir mit etwas Progesteron in der zweiten Zyklushälfte versuchen, obwohl ich keinen Mangel hatte. Mein Endokrinologe hielt aber die Pille für den richtigen Weg - sie senkt indirekt auch DHEAS und Androstendion (meine letzten Bluttests haben das auch bestätigt) - und ich habe zugestimmt, da ich zuvor in den 10 Jahren meiner Diane-Einnahme keinerlei HA hatte. Es ging erst ca. 1 - 1,5 Jahre nach dem Absetzen los.

Dexamethason will mir mein Endokrinologe leider nicht geben. Er sagt, dass meine Werte dazu einach zu "gut" sind und er meint, dass ich davon nicht profitieren würde, sondern höchstens mit den negativen Nebenwirkungen zu kämpfen hätte.

@Leni: Ob das Absetzen der Pille mit der Besserung zu tun haben könnte, hab ich mich

natürlich auch gefragt. Es erscheint mir aber zu früh dafür. (Letzter Tag der Pilleneinnahme ca. 17.4., Besserung ca ab dem selben Zeitpunkt.)

Finasterid habe ich letztes Jahr ab Juni ca. 1,5 Monate lang in Form eines Haarwassers auf die Kopfhaut aufgetragen. Laut Ärzten kann davon schon lange nichts mehr in meinem Körper vorhanden sein, die Aufnahme über die Kopfhaut ist ohnehin strittig.

Ich persönlich würde Finasterid KEINESFALLS oral einnehmen, wenn noch Kinderwunsch besteht - auch wenn der noch in etwas fernerer Zukunft liegt. Ich habe seit Jahreswechsel hier Tabletten (von meinem Endo verschrieben) liegen, aber ich habe sie nie auch nur angerührt.

Alles Liebe & schönes Wochenende Euch beiden,
Mavie