
Subject: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [hoffnungslos84](#) on Sun, 01 Jul 2012 11:06:15 GMT

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

Hey ihr Lieben,

ich hatte heute wieder meinen Washtag

ich musste wirklich weinen, weil ich einfach diese unengen an haaren nicht mehr sehen kann..

Nun wollte ich euch mal fragen:

- 1) Wieviele Haare verliert ihr denn so am Tag
- 2) Wieviele sind es denn beim Waschen, trocknen und stylen?
- 3) Wie oft wäscht ihr eure Haare?

Also meine Antworten:

- 1) ca. 50-70
- 2) ca. 300 (mit waschen, trocknen und stylen)
- 3) alle 5 Tage

Es ist schon wirklich viel was so an Haaren ausgeht, findet ihr nicht??

Ig Alena

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [Marion83](#) on Sun, 01 Jul 2012 11:34:41 GMT

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

Hallo, als fleißiger Haarzähler kann ich hier Auskunft geben. Ich zähle meine Haare jeden Morgen nach dem Kämmen. Das Zählen ist belastend, aber ich hoffe darüber evtl. Aufschluss zu kriegen, welche Faktoren meinen Haarausfall (der vom Ausmaß her schwankt) beeinflussen. Wasche immer abends Haare und zähle dann auch am nächsten Morgen erst. Das heißt in meinen Zahlen sind die Haare die tagsüber ausgehen und die die nach dem Waschen im Abfluss verschwinden nicht eingerechnet.

Nachdem es zwischenzeitlich mal besser aussah habe ich aktuell folgende Verluste zu verzeichnen:

- a) 200-230 am morgen nach abendlichen Waschen, 120-180 an den anderen Morgenden - schwankt halt ziemlich
- b) zum Waschen wie gesagt keine Aussage möglich, verzichte auf Styling, käme halt nur
- c) alle zwei Tage (sonst krieg ich Kopfhautprobleme)

Zur Zeit geht mir das Ganze wieder heftig nah, einfach weil es schon so besch* aussieht auf dem Kopf und dann noch diese Zahlen. Versuche mich deswegen auch auf weniger Besuche hier um Forum zu beschränken und möglichst wenig dran zu denken, aber bei jedem Spiegelblick ist das Angst wieder da, leider.

Liebe Grüße,

Marion

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [Novemberkind](#) on Sun, 01 Jul 2012 12:14:33 GMT

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

@Alena

dann bist du doch noch im Normalbereich mit 50 - 70 am Tag, wenn man sich an die typische 100er-Grenze hält. Da wären manche hier froh.

Ich habe das Zählen aufgehört, es macht mich fertig...

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [hoffnungslos84](#) on Sun, 01 Jul 2012 12:28:57 GMT

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

Hallo liebes Novemberkind,

naja die 50-70 haare sind schon ne menge ich glaub auch garnicht an die "100-Haar-am-Tag-Regel". Ich meine das ist doch wirklich viel, wenn so wenig nachwächst.

So viele wie ich in der Woche verliere, können garnicht nachwachsen und das macht mich echt traurig, weil sich meine Haare immer und immer mehr ausdünnen

deswegen finde ich es (besonders auch beim waschen) sehr sehr viel

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [muckimuck](#) on Sun, 01 Jul 2012 12:34:59 GMT

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

Ich glaub auch nicht an die 100-Haar-Regel

Verliere seit 1 Jahr täglich 40-80 Haare.

Wasche jeden 2.-3. Tag. Da verliere ich nochmal 80-150 Haare.

Seit knapp 2 Wochen allerdings mehr.....denke vom Pille absetzen.

Habe in den letzten 12 Monaten die hälfte meiner Haare verloren weil fast nichts nachwächst. Soviel zur 100-Haar-Regel.....

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [tividi](#) on Sun, 01 Jul 2012 12:37:14 GMT

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

@hoffnungslos

also soo viel find ich das jetzt ehrlichgesagt nicht.

Dafür das du nur alle 5 Tage wäscht ist das doch okay. und 50-70 Haare sonst... ich würd mich freuen wenss bei mir mal so wäre!

Es stimmt natürlich das auch das zuviele Haare sind, wenn nix nachwächst... aber immernoch besser als noooch mehr. Bei mir wächst ja auch nicht wirklich was nach, und wenn dann gehts auch sofort wieder..

Zitat:

1) Wieviele Haare verliert ihr denn so am Tag

2) Wieviele sind es denn beim Waschen, trocknen und stylen?

3)Wie oft wäscht ihr eure Haare?

1. 100-200

2. ca 300 (-400)

es ist aber auch recht schwankend immer wieder. waren auch mal 250 und auch schon 500-600

3. alle 2 tage

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [Novemberkind](#) on Sun, 01 Jul 2012 15:27:58 GMT

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

klar verstehe ich die Panik, aber willst du lieber, dass die Leute sagen: oh, stimmt, das ist zu viel, keine Chance.

Ich will das ja nicht runterspielen. Echt, drehe selbst ja immer wieder halb durch, wenn der Sommer-HA anfängt wie jetzt. Aber was bringt es mir? Und wenn das Volumen abnimmt, klar ist das belastend! Es muss aber nicht irreversibel sein.

Und sieh es doch mal als positiv, wenn dir Andere sagen, dass sie viel mehr Haare verlieren, statt dich vielleicht angegriffen zu fühlen, du würdest übertreiben.

Wie lange hast du schon diesen HA?

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [mike](#) on Sun, 01 Jul 2012 21:04:21 GMT

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

Hallo,

Ich hatte heute Wachtag .. es waren 6 unter der Dusche, 1 im Kamm 2 in der Hand bei 100x durch die Haare fahren mit den Händen .. 1 auf dem Hemd

Mädels .. bitte unternehmt was wenn ich sehe 400-500 (hatte ich) sehe ich

das wird nicht mehr viel besser ich hatte natürlich guten Wiederwuchs .. Oberkopf dichter .. GHE rechts weg. Links nicht

Status erhalten realistischer. ... wieder aufbauen schwer

GLG

Mike

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [tividi](#) on Sun, 01 Jul 2012 21:13:02 GMT

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

Na als würden wir nicht alle versuchen was zu unternehmen..

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [Thatlittlehope](#) on Sun, 01 Jul 2012 21:15:51 GMT

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

Natürlich kanns besser werden, ist genauso realistisch wie Status halten.

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [mike](#) on Sun, 01 Jul 2012 21:20:25 GMT

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

Thatlittlehope schrieb am Sun, 01 July 2012 23:15Natürlich kanns besser werden, ist genauso realistisch wie Status halten.

genau darum mache ich nächstes Jahr eine Haartransplantation .. was wiederwuchs angeht hält es sich in Grenzen .. es kam was nach aber ist nie und nimmer meine Haarlinie wie vor AGA ...

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [Thatlittlehope](#) on Sun, 01 Jul 2012 22:00:23 GMT

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

Ich denke nicht, dass jemand hier es sich zum absoluten Ziel gemacht hat, ein Haarstatus wie vor dem HA zu erreichen. Ich denke viel eher, dass ein HA-Stopp Schritt Nummer eins ist und Nummer 2, dass die kritischen Stellen zuwachsen, sodass man nicht immer kaschieren muss und in Ruhe leben kann und das ist sehr realistisch und ganz ohne HT, jedenfalls für Frauen zumahl viele hier sicher keine AGA haben und die Haarwurzel somit noch aktiv aber geschwächt sind.

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [wuschel63](#) on Mon, 02 Jul 2012 06:38:02 GMT

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

Zitat:1) Wieviele Haare verliert ihr denn so am Tag
2) Wieviele sind es denn beim Waschen, trocknen und stylen?
3)Wie oft wäscht ihr eure Haare?

- 1) ca. 50
- 2) ca. 400, dabei am meisten beim Kämmen und dies schon seit 2 1/2 Jahren ohne Unterbrechung
- 3) alle 3 Tage

Nachwuchs ja, aber eben nicht so, dass es die verlorene Menge ausgleichen könnte. Vor allem die Seiten (von Geheimratsecken ab bis hin zum Hinterkopf, Ohrpartie usw.) sind extrem ausgedünnt und da wächst echt NULL. Der Scheitel ist bei mir noch relativ ok, obwohl man natürlich auch die Kopfhaut grade im vorderen Stirnbereich sieht.

Ach ja ... und mir würde ein HA-Stopp auch reichen. Bis vor ca. 1 Jahr wollte ich alle meine Haare zurück.

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [mike.](#) on Mon, 02 Jul 2012 07:36:50 GMT

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

Zitat:

1) Wieviele Haare verliert ihr denn so am Tag
2) Wieviele sind es denn beim Waschen, trocknen und stylen?
3)Wie oft wäscht ihr eure Haare?

- 1) ca. 20
- 2) ca. +20

3) alle 2 Tage

letztes Jahr im Juli ..

- 1) ca. 300
 - 2) ca. +150
 - 3) jeden Tag 2x wg. fettiger juckender Kopfhaut ...
-

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [lema](#) on Mon, 02 Jul 2012 09:18:27 GMT

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

Hi!

- 1)60-80
- 2)100-120
- 3)alle 2-3 Tage

Neuwuchs habe ich, fallen aber sehr viele kurze aus!

LG
Julia

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [hoffnungslos84](#) on Tue, 03 Jul 2012 08:20:03 GMT

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

Hallo Novemberkind,

um gottes willen, ich fühle mich nicht angegriffen ganz im gegenteil finde ich diesen Thread so wichtig, damit ich einfach vergleichen kann, ob ich mir selber so eine Panik mache, oder ob es "noch im Rahmen" ist und ich nicht gleich alles schwarz sehen muss..

deswegen danke ich dir für deine worte

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [Novemberkind](#) on Tue, 03 Jul 2012 10:22:07 GMT

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

Wir kämpfen ja alle einen Kampf

Subject: Aw: Vergleich: Wieviele Haare verliert ihr eigentlich so am Tag?

Posted by [boni1](#) on Thu, 05 Jul 2012 09:03:18 GMT

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

Hallo zusammen,

bin neu hier, würde aber trotzdem gerne meinen "Senf" dazu geben.

1.) an die 150 nach dem Kämmen (ohne waschen) und dann Abends nochmal mindestens 50, wenn ich den Zopf aufmache...

2.) ca. 300

3.) nur noch alle 2 Tage...

Es ist so traurig, vor 4 Monaten war noch alles ganz normal
