
Subject: Wundermittelchen und Co

Posted by [pina](#) on Tue, 14 Aug 2012 15:34:47 GMT

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

Hallo Ihr Lieben,

gestern Abend habe ich darüber nachgedacht, was ich seit Beginn meines Haarausfalls eigentlich alles unternommen und ausprobiert habe. Ich, die überzeugt war, auf kein Pseudo-Wundermittel hereinzufallen, habe aber auch Priorin genommen oder Plantur 39 und anderes. Mag ja sein, dass die Inhaltsstoffe so isoliert betrachtet eine positive Wirkung haben mögen. Allerdings dürfen die doch nur in einer bestimmten Dosishöhe frei verkäuflich sein und diese Dosishöhe scheint meistens nicht ausreichend zu sein. Jedenfalls bin auch ich phasenweise so verzweifelt, dass ich mich gerne an den noch so fadenscheinigsten Strohalm klammern möchte. So ganz offensichtliche "Geld aus der Tasche zieh"-Produkte. Seitdem mir das so geht, kann ich die Menschen verstehen, die todsterbenskrank sind und sich in ihrer Verzweiflung und letzten Hoffnung an irgendwelche "Wunderheiler" wenden. Wie mag denen erst zumute sein?

Ist man rundum gesund sagt einem der Verstand was falsch ist und nichts bringt. Und dann wird mit der Verzweiflung der Menschen so ein Geschäft gemacht, wenn sie krank sind.

Ich kann mich nicht erinnern, dass es vor 10 Jahren so viele Produkte gegen Haarausfall gab. Und ganz neu jetzt zum Beispiel Plantur 21. Da ziehen die Kosmetikfirmen ihre Informationen doch aus Portalen wie diesem, dass sie überhaupt wissen, dass es auch genug junge Frauen gibt mit dem Problem und es sich scheinbar lohnt, auch diesen Markt abzugrasen.

Pfui!!!!

Subject: Aw: Wundermittelchen und Co

Posted by [flame](#) on Tue, 14 Aug 2012 15:55:37 GMT

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

Ich glaube, es war auch noch nie der gesellschaftliche Druck so hoch, was "makellooses" Aussehen betrifft.

Es gibt heute sehr viele Menschen, die ziemlich verzweifelt sind, wenn sie stark von den entsprechenden "Normen" abweichen - ich glaube, da geht es nicht nur "uns" mit dem Haarausfall so. Klassische Beispiele sind noch starkes Übergewicht und Hautprobleme - wobei das jeweils häufiger vorkommt als Haarausfall und alleine das dann evtl. den Druck nicht so stark werden lässt. Eine subjektive Komponente ist natürlich auch immer dabei....

Wir lassen uns sehr stark leiten von dem, was andere von uns denken oder denken könnten.

Denn mal ehrlich, würde uns der Haarausfall auch nur im Geringsten jucken, wenn wir hier eine längst etablierte "Glatzenmode" oder "Kurzhaarmode" hätten? Oder wenn das Modediktat Kopftücher vorschreiben würde? Usw.....

Es tut weh, von der "Masse" abzuweichen, sich nicht zugehörig zu fühlen.

Ja, wir fallen auf unseriöse Mittelchen und "Heiler" rein, ebenso wie die verzweifelten Krebskranken. Wohl weil wir ähnlich verzweifelt sind, obwohl unser Leben nicht in Gefahr ist.

Aber wir sehen unsere Identität, unsere Lebensqualität in Gefahr. Hier gilt es, evtl. noch ein wenig genauer hinzusehen und zu erforschen, warum dies der Fall ist und ob/wie wir das "trotz" Haarausfall durchbrechen könnten....

Denn "Haarausfall + trotzdem Lebensfreude" ist eindeutig die bessere Alternative zu "Haarausfall + Verzweiflung". (Warum sind wir denn so verzweifelt? - weil wir unbewusst meinen, damit etwas positives zu "bewirken"; weil wir hoffen, dass die Verzweiflung uns zum Weg der Lösung leitet usw.)

Dann fühlen wir uns auch nicht mehr so ausgeliefert und abhängig von allen möglichen Werbeversprechen.... Dann sind wir FREI. Frei von Umständen und Bedingungen.

Alle möglichen spirituellen Lehren vermitteln das.

Aber um ehrlich zu sein: ich persönlich habe es bis jetzt nicht "geschafft".

Subject: Aw: Wundermittelchen und Co

Posted by [Jolina](#) on Tue, 14 Aug 2012 17:18:17 GMT

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

Genau so isses. "Mittelchen und "Heiler" rein, ebenso wie die verzweifelten Krebskranken. Wohl weil wir ähnlich verzweifelt sind, obwohl unser Leben nicht in Gefahr ist.

Aber wir sehen unsere Identität, unsere Lebensqualität in Gefahr. Hier gilt es, evtl. noch ein wenig genauer hinzusehen und zu erforschen, warum dies der Fall ist und ob/wie wir das "trotz" Haarausfall durchbrechen könnten...."

Subject: Aw: Wundermittelchen und Co

Posted by [Fidentia-Hair](#) on Wed, 15 Aug 2012 08:14:55 GMT

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

flame schrieb am Tue, 14 August 2012 17:55

Denn "Haarausfall + trotzdem Lebensfreude" ist eindeutig die bessere Alternative zu "Haarausfall + Verzweiflung". (Warum sind wir denn so verzweifelt? - weil wir unbewusst meinen, damit etwas positives zu "bewirken"; weil wir hoffen, dass die Verzweiflung uns zum Weg der Lösung leitet usw.)

Dann fühlen wir uns auch nicht mehr so ausgeliefert und abhängig von allen möglichen Werbeversprechen.... Dann sind wir FREI. Frei von Umständen und Bedingungen.

Alle möglichen spirituellen Lehren vermitteln das.

Aber um ehrlich zu sein: ich persönlich habe es bis jetzt nicht "geschafft".

Was du beschreibst ist eine sehr wünschenswerte Lösung und gleichzeitig das Dilemma der spirituellen Lehren, die wie die Stoiker und Zyniker meinen man könne sich mit dem Geistigen von dem Körperlichen trennen. Denn ob etwas gut oder schlecht ist, das sprechen wir allein mit unserer Einstellung und Gedanken den Dingen zu. Über unsere Einstellungen und Gedanken aber können wir selbst Herr sein so die Lehren.

Du sagst es selber, du hast es nicht "geschafft". Ich glaube das geht den meisten so. Die spirituellen Lehren sind ein Flüchten aus der Realität, die sehr stark beeinflusst wird von Feedback aus der Gesellschaft - schließlich sind wir soziale Wesen und können unsere Psyche daher auch kaum von gesellschaftlichem Einfluss unabhängig machen - und aber auch unserem eigenen Ästhetikbewusstsein.

Wer meint mit Meditation oder dem Leben nach philosophischen Lehren sei ein leichterer Weg als eine Lösung für Haarausfall zu finden, hat sich geschnitten. Philosophie kann extrem aufreibend und anstrengend sein.

Ich finde außerdem, wir haben durch das Internet - und das Forum ist ein gutes Beispiel - genug Transparenz auf schlechte Mittelchen und Heilern nicht hereinzufallen. Aus meiner eigenen Erfahrung hatte ich bisher kein Problem für das es nicht eine Lösung gab. Wer aber immer 100% erwartet wird ewig unglücklich. Ein Beispiel aus meiner Lebensgeschichte:

Ich habe lichtetes Haar gehabt und Schütthaar entdeckt. Wie im Modejournal sah mein Haar danach nicht aus aber ich war super zufrieden mit den 70-80%, die ich erreicht habe. Dann wurde es weniger und ich habe mit Haarpuder kombiniert - immer noch bei 70% geblieben. Dann wurde es leider so wenig, dass ich bei 50% trotz Mittel angelangt war - neue Recherche: Haarteil - jetzt 90% vom Wunschbild. Super glücklich Ich könnte in meiner Immer-Unzufrieden-Einstellung verharren und weiter nach anderen Lösungen suchen wie Haartransplantation etc. etc. Ich würde dann wohl nie glücklich sein, weil es einfach kein realistisches Optimum gibt.

Körpergröße - ein Problem für das es wohl keine Hilfe gibt? Falsch: unauffällige Einlagen, keine flachen Sohlen, aufrecht sitzen und gehen. 20-30% vom Wunsch nähergekommen. Mehr geht nicht also muss man sich dann doch abfinden und glücklich sein und nicht immer mehr wollen. Denn da liegt oft das Problem bei Menschen. Man will ständig mehr. Wenn es dann die Haare nicht sind, sind es die Beine, dann die Wangenknochen usw.

Subject: Aw: Wundermittelchen und Co
Posted by [nelli](#) on Wed, 15 Aug 2012 19:43:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das war ein sehr interessanter Beitrag und was du schreibst zum Thema Lösungsfindung macht einfach Mut! Ich bekomme hoffentlich in 1-2 Monaten mein Haarteil und wahrscheinlich wird es noch nicht perfekt sein, aber vielleicht der Anfang MEINER Lösung dieses wirklich riesigen Problems. Eine Bekannte sagte letzte Woche zu mir: verharre nicht in dieser Situation. Du musst springen und dich trauen! Ja, das stimmt. Ich weiss, dass ich so nicht weitermachen kann und verfolge ganz pragmatisch MEINEN Weg, der nun ganz klar Richtung Haarerersatz geht. Nächste Woche beginne ich auch eine Psychotherapie ohne dass ich so richtig weiss, was ich mir eigentlich davon erwarte. Auf alle Fälle werde ich nicht Sprüche akzeptieren wie "sie sind doch so viel mehr als Ihre Haare. Definieren Sie sich nicht nur darüber". Ich weiss, dass mir sowas definitiv nichts bringen wird. Auch da meinte meine Bekannte (eine sehr weise intellektuelle, ältere Dame): Quatsch! Du musst mit der Lösung da anfangen wo dein Problem ist, nämlich bei den Haaren und nicht irgendwie in deinem Kopf. Bisher hat dich dein Problem überrollt, jetzt musst du dich daran entwickeln.

Versteht mich nicht falsch. Ich finde es toll und bewundernswert, wenn jemand auch ohne Haare selbstbewusst, zufrieden und glücklich ist. Wenn man trotzdem wieder ganz normal am gesellschaftlichen und beruflichen Leben teilnehmen kann trotz Haarschwund. Ich bewundere das wirklich, aber ich weiss einfach ganz genau, dass ich dies nicht kann. Mein Weg ist ein anderer und ich werde das jetzt verfolgen und auf diese Art mein Problem lösen. Manchmal packt mich so eine enorme Wut und ich habe dann so Gedanken wie "Verdammt noch mal, wenn man mir meine Haare weg nimmt, dann kauf ich mir eben neue! Dieses Gefühl der Wut ist so viel besser als diese Gefühl der Hilflosigkeit und des Ausgeliefert seins. Und es ist eindeutig lösungsorientierter.

LG, Nelli

Ich wünsche uns, dass wir letztendlich alle unseren individuellen Weg finden werden.

Subject: Aw: Wundermittelchen und Co

Posted by [möchtegernrapunzel](#) on Wed, 15 Aug 2012 20:00:37 GMT

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

Fidentia-Hair schrieb am Wed, 15 August 2012 10:14 Ich könnte in meiner Immer-Unzufrieden-Einstellung verharren und weiter nach anderen Lösungen suchen wie Haartransplantation etc. etc. Ich würde dann wohl nie glücklich sein, weil es einfach kein realistisches Optimum gibt.

Man kann sich mit dem Mittelding zufrieden geben, oder das Maximum rausholen. Ich finde mein Haarteil schlimmer als eine Eisenkugel am Bein. Man gibt vor, etwas zu haben, was man nicht hat (und trotz aller Echtheit sieht es jeder nach einer Weile). Man kann damit nicht frei und glücklich leben. Ich könnte auch nicht glücklich sein, wenn ich nicht alles, was mir sinnvoll erscheint, probiert habe.

Fidentia-Hair schrieb am Wed, 15 August 2012 10:14 Denn da liegt oft das Problem bei Menschen. Man will ständig mehr.

Das nennt man Fortschritt und Entwicklung. Natürlich kann der Trieb pervertiert und in eine komplett unsinnige Richtung gelenkt werden, aber das ist der Preis den wir zahlen.

Subject: Aw: Wundermittelchen und Co

Posted by [Jolina](#) on Wed, 15 Aug 2012 20:12:30 GMT

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

Hallo Nelli,

genau. Guter Text, auch von Dir

Ich denke, dass das schlechteste ist, wenn man zu lange in einer desolaten Situation stagniert und verharret.

Ich finde Deinen Ansatz und Dein Vorhaben sehr gut, um Bewegung in die Sache zu bringen und zur Ruhe zu kommen. Deine Bekannte hat Recht.

Ich zB. werde jetzt nach vielen Jahren nochmal zu einer endokrinologisch orientierten Gynäkologin gehen - die Adresse hab ich mir heute raus gesucht.
Dafür wechsel ich jetzt den Gyn. Mach ich nicht so ohne weiteres-Arzt wechseln.

Mit der spreche ich nochmal so ein paar Sachen bzgl. Antiandrogene, Finasterid und Co durch und dann is`` auch gut. Wenn ich danach denke, der hormonindizierte Weg ist mir zu unsicher, gefährlich, was auch immer.....dann lass ich die Sache so laufen und kümmer mich verstärkt um die Möglichkeit von Haarersatz..
Noch ist es aber nicht soweit.

Der andere Weg, nämlich völligst an dieser Scheisse kaputt gehen, hatte ich mit Mitte zwanzig ja alles schon mal.....führt zu nichts...ausser, dass ich arbeitsunfähig war.

Lichtungen hatte ich damals dabei noch nicht mal, aber diese verdammte Angst....

Für MICH zum Beispiel ist klar, dass ich nicht OHNE Haare auftreten möchte. Also: Haarersatz (keine andere Chance)

ABER: Vielleicht ist es für einen anderen besser, den Weg durch " das Outing "(ich sag es jetzt mal so) zu gehen-mit Tüchern,Bändern,Hüte oder nix zu leben.

Wenn die DAS gepackt haben - klasse.

Respekt.

So hat jeder seinen Weg zu gehen - der beste für uns alle" wär natürlich: Schwupp Diwupp - über Nacht- alle Haare wieder da.

Aber: Dieses Leben ist echt hart und wie wir alle wissen, kein WUNSCHKONZERT.

Schade eigentlich.

LG Jolina

Subject: Aw: Wundermittelchen und Co

Posted by [pina](#) on Wed, 15 Aug 2012 22:45:31 GMT

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

Das mit dem gesellschaftlichen Druck, flame, das ist eine Kernaussage!!! Bzgl. Übergewicht könnte man evtl. argumentieren, dass dies einfacher zu beheben ist, als der Haarausfall. Zumindest wenn es nicht krankhaft ist, denn dann kennt man die Ursache und weiß wie man gegensteuern könnte.

War auch toll als eine große deutsche Frauenzeitschrift ein entsprechendes Trara gemacht hat, ab einem bestimmten Zeitpunkt ohne professionelle Models zu arbeiten. Anfangs war das sehr angenehm zu sehen. Da gab es doch tatsächlich Frauen mit "Makeln" die Mode präsentiert haben. Keine extrem untergewichtigen 15 jährigen, sondern viieeeeel ältere Frauen oder rundliche Frauen oder tätowierte Frauen oder oder. Das hat die "Alltagsfrau" doch irgendwie aufgebaut. Inzwischen kann ich allerdings nicht mehr wirklich so viel Unterschiede feststellen zu den Profi-Models (aber ich bin auch nur ein Laie). Die sind wieder sehr dünn für mein

Empfinden und oft auch sehr jung. Also steigt der Druck wieder, weil diese "Nicht-Models" sehen einfach top aus. Und man blendet aus, dass mit Bildbearbeitungsprogrammen sooo viel machbar und wegmogelbar ist.

Eine üppige Haarpracht signalisiert Jugendlichkeit, Gesundheit, Vitalität. Und auch wenn Man inzwischen sehr auf die Generation 60+ eingeht, selbst da werden doch keine grauhaarigen Frauen mit schütterem Haar gezeigt.

Die Geisteshaltung ist so eine Sache. Das kennen wir wahrscheinlich alle, dass wir uns vornehmen nur noch positiv zu denken uns zu sagen, dass unsere Haare wieder schön und reichlich wachsen werden, nehmen uns vor ganz fest daran zu glauben. Und dann sitzt da ganz tief drin dieser kleine Pessimist. Und der wächst und gedeiht sobald bei der nächsten Haarwäsche z.b. wieder viel zu viele Haare ausfallen.

Es ist irrsinnig schwer, diesen Pessimisten wirklich völlig auszublenden.