
Subject: Haarausfall und Shampoo

Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 22 Aug 2012 07:29:46 GMT

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

Hi zusammen,

eigentlich hab ich ja das Problem, dass ich an der Stirn und den Schläfen Haarausfall habe und meine Haare miniaturisieren.

Von Oktober bis Januar hatte ich durch das Absetzen der Pille ein starkes Shedding und da die Haare nun nicht richtig nachwachsen, hab ich nur noch etwa 50% meiner Haare.

Im Februar war dieser Starke Haarausfall dann endlich weg. Ich hatte in der Zeit von Alterra-Shampoo auf Plantur39 und danach auf Plantur21 gewechselt.

Das wurde mir dann aber zu teuer und ich hab vor 3 Monaten oder so wieder auf Alterra gewechselt. Ich hatte das Plantur dann noch jede 2. Haarwäsche genommen und irgendwann dann nur noch das Alterra.

In den letzten paar Wochen ist mir aufgefallen, dass ich nach dem Waschen wieder mehr Haare verliere. Von 10-15 ging es auf 50 und heute Morgen waren es dann knapp 200. Das ganze Waschbecken lag voll mit den Haaren.

Ich hatte heute Morgen, weil ich überlegt hatte, dass der vermehrte Ausfall durch Alterra kommt, auf plantur21 gewechselt, aber die Alterra Spülung genommen.

Mein Kopf brennt seit dem Waschen leicht und fühlt sich warm an. Es ist aber nichts rot.

Kann es sein, dass ich diese Shampoos einfach nicht mehr vertrage bzw die Spülung und Kur auch nicht mehr?

Manche bekommen ja anscheinend von Zuckertensiden Haarausfall. Die sind in beiden Shampoos drin.

Aber dann hätte ich den Haarausfall von dem Plantur ja damals schon haben müssen, oder nicht?

Wenn der Haarausfall nicht von den Shampoos kommt, wäre das der Horror. Ich hab eh sehr dünne Haare und wenn ich jetzt nochmal so nen Megashedding kriege, dann hab ich bald kaum noch welche.

Ich versuch die nächsten Tage mal das Shampoo von meinem Freund. Da sind keine Zuckertenside drin. Die Spülung und Kur lass ich auch weg.

Geht der Haarausfall, wenn es vom Shampoo kommt, dann recht schnell weg oder kann der noch länger anhalten?

LG
Harley

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [Wallemähne](#) on Wed, 22 Aug 2012 11:25:19 GMT

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

Hallo HarleyQuinn,

leider kann ich Dir keine einzige Deiner Fragen beantworten, weil ich es echt nicht weiß. Dafür habe ich aber eine Frage an Dich.

Was sind Zuckertenside? Und die sind in Shampoos + Spülungen enthalten? Sollen die HA auslösen???

Aber vor allem, wie sind denn auf der Verpackung deklariert? Als was, wie erkenne ich das?

LG

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 22 Aug 2012 11:38:50 GMT

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

Hi,

ich hab heut selber mal etwas rumgegoogelt und gelesen, dass viele Mädels bei Zuckertensiden Haarausfall haben.

Zuckertenside sind neuerdings groß in Mode in Shampoos, weil sie angeblich sehr sanft reinigen und billig sind.

Die sind häufig in Naturkosmetik drin, weil die aggressiven Tenside rausgelassen werden müssen.

Wenn unter den Inhaltsstoffen was mit "Glucoside" steht, dann sind da Zuckertenside drin. Kann z.B. ein Coco-Glucoside sein oder ähnliches.

Warum man davon Haarausfall kriegt, konnte ich nicht rauskriegen, aber viele Erfahrungsberichte zeigen, dass man dadurch viele Haare verlieren kann.

Vielen hat der Umstieg auf "normale" Shampoos geholfen.

Ich hab auch ewig rumgegoogelt, bis ich ein Shampoo gefunden hab, wo keine Zuckertenside und keine Silikone drin sind. Durch Silikone krieg ich fettiges, pappiges Haar. Ich werd mir heut das Nivea Color Protect kaufen. Da sind zwar auch ein paar Sachen drin, die nicht perfekt sind, aber zumindest keine Zuckertenside und Silikone.

Habe auch gelesen, dass es zwei Wochen dauern kann, bis die Kopfhaut sich erholt hat.

Ich werde berichten, ob sich bei mir was getan hat.

Zuckertenside sind übrigens neuerdings auch in vielen Nicht-Naturkosmetik-Shampoos drin, weil sie halt billig sind. Auch in Baby-Shampoo sind die oft enthalten.

Ich meide die jetzt erst mal und schaue, ob es mir dann besser geht.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [Wallemähne](#) on Wed, 22 Aug 2012 12:10:50 GMT

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

Interessant!!! Danke für die tolle Antwort. Sehe schon kommen, jetzt brauche ich beim Kauf von Shampoos NOCH länger und nehme wohl auch ein Vergrößerungsglas mit. Kann diese ganzen Inhaltstoffe oft gar nicht mehr richtig entziffern.

Jaja...die Altersweitsicht

Und ja bitte, berichte unbedingt weiter, wie es mit Deiner Kopfhaut weitergeht. Das mit der Wärme und dem Brennen hört sich nämlich echt komisch an.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [pina](#) on Wed, 22 Aug 2012 20:23:01 GMT

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

Hallo HarleyQuinn und Wallemähne,

es fällt mir wie Schuppen von.... Genau das Problem kenne ich wohl auch. Ich habe längere Zeit das Zotrone-Olivenöl-Shampoo von Garnier wegen meiner Strohhaare verwendet. Es ist für trockenes Haare, wobei ich ansonsten doch eher zu schneller fettigem Ansatz neige. Bin leider sehr 2werbeempfindlich" und habe mich von dem Gliss-Kur Ultimate Volume Shampoo, das Haarschäden kiten und für Volumen sorgen soll sehr angesprochen gefühlt Inzwischen schaue ich bei codecheck nach den Inhaltsstoffen, ob da was schädliches oder grenzwertiges drin ist. Das kann man so schön farbig unterlegt sehen. Da das im grünen Bereich war, habe ich es gekauft und nach wenigen Haarwäschen verstärkten Haarausfall, der ja ohnehin schon ausreichend besteht, bemerkt. Daraufhin habe ich mal wieder zu dem Garbnier-Shampoo zurückgewechselt und: der Haarausfall ist nicht mehr so massiv. Aufgrund HarleyQuinns Kommentar habe ich nun bei codecheck genauer nachgelesen und siehe da : das Gliss Sahmpoo enthält ein Zuckertensid. Ähnlich ist es mir auch mit einem Alverde Shampoo ergangen.

Nach dem Gliss Shampoo hat meine Kopfhaut wieder verrückt gespielt und beruhigt sich jetzt gaaaanz laaangsaam wieder. Es hat nicht gejuckt, sondern war wie wund.

Also wasche ich weiterhin täglich, mit einem Shampoo das eigentlich für trockene Haare ist, obwohl mein Ansatz garnicht trocken ist.

Tja Wallemähne, das mit der Altersweitsichtigkeit kenne ich!!!! Bei der dm Drogerie gibt es deshalb diese Lupen an den Einkaufswagen, da kann man dezent die Flaschen drunterhalten Allerdings bräuchte man zur genauen Übersetzung der Inhaltsstoffe fast ein Spezialstudium.

Ach ja: in diesem und einigen anderen Garnier Sahmpoos sind auch keine Silikone und keine Parabene drin und sie kosten ca. 1,45 €.

Liebe Grüße,
pina

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 23 Aug 2012 07:39:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

ich hab heut Morgen das Nivea-Shampoo (Color Protect) benutzt, was ich mir gestern gekauft hatte.

Hatte vor dem Fönen und Kämmen echt schon Panik. Und was war: 2 Haare beim Waschen, 20 beim Fönen und vielleicht noch 5 in der Bürste. Also maximal 30 Haare verloren. Das klingt doch schon besser als 50-200.

Ich hoffe, dass es noch ein paar weniger werden mit der Zeit.

Meine Haare sind zwar nicht mehr so schön weich, aber hauptsache sie sind auf dem Kopf.

Wer also Haarausfall hat, der besonders nach dem Waschen auftritt, kann ja mal testweise das Shampoo wechseln bzw gucken, ob Zuckertenside drin sind.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Novemberkind](#) on Thu, 23 Aug 2012 19:11:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also mal ehrlich, ich glaube nicht, dass von einem tag auf den anderen die haare auf ein neues shampoo reagieren. Dann müssten die haare ja auf alles auf der welt sofort und immer reagieren. Hilfe, da dreh ich ja durch! Gestern noch Haarausfall, heute neues Shmapoo, dann sofort keiner mehr, das müsste ja im Umkehrschluss bedeuten, dass Shampoos nach einer Anwendung schon Schaden anrichten könne. Das glaube ich echt in 1000 Jahren nicht, sorry. Hat nix mit dir zu tun, aber mich nervt es langsam, was angeblich alles schuld an HA sein soll. Am liebsten rasier ich mir die flusen gleich ab. Ächz. Sorry, für die Depristimmung, die ich grad verbreite. Bin nämlich grad auf Alverde umgestiegen und dachte, ich tu mir damit endlich was Gutes und mein HA ist auch ein bisserl besser, aber langsam weiß ich auch nimma, was stimmt... seufz

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 23 Aug 2012 19:22:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Erfahrung schein nicht nur ich gemacht zu haben, sondern viele andere auch. Bei denen ging das auch von einem auf den anderen Tag. Und wenn ich Kopfhautbrennen und nen Wärmegefühl bekomme, ist da irgendeine Reaktion (Entzündungsreaktion) im Gange. Es wurde in den letzten Wochen ja immer mehr und gestern war dann die Spitze des Eisbergs. Ich werd ja sehen, ob es mit dem neuen Shampoo jetzt weniger wird. Ich wüsste nicht, woher mein Haarausfall sonst kommen soll. Der war ja seit Monaten weg und nur der Neuwuchs und die lichten Stellen an der Stirn sind ja eigentlich mein Problem.

Hier wird auch über die Sache diskutiert:

<http://beautyjunkies.inbeauty.de/forum/archive/index.php/t-2 8974.html>

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [fluse](#) on Thu, 23 Aug 2012 20:06:39 GMT

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

Hallo Harley Quinn

Genau das habe ich bei mir auch beobachtet.

Ich wollte für meine wenigen Flusen das Allerbeste und habe Naturkosmetik bzw. shampoos ohne Silikone gekauft.

Ich bemerkte auch vermehrt Haare im Kamm nach dem Waschen.

Ich glaube, dass die Haare mit Silikon einfach weicher sind , sich besser Kämmen lassen und man sich deshalb auch

ein paar Haare weniger unnötig rausreisst (meine Theorie, zutreffend auf mich)

Ich bin wieder auf Silikonshampoos umgestiegen und komme damit besser zurecht

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [Novemberkind](#) on Thu, 23 Aug 2012 20:46:36 GMT

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

will ja auch nicht behaupten, dass auf lange sicht nicht was dran sein kann, dass man bestimmte inhaltsstoffe nicht verträgt. Ich kann zumindest keinen gegenbeweis bringen. Aber dass von heute auf morgen ein Haar mit Ausfall auf etwas so banales wie ein Shampoo reagiert, das wird jeder arzt widerlegen. Ich fände das auch ganz ganz schlimm, wenn das so krass wäre. Aber gut, ich bin mit meinem AGA wsl da auch ein anderer fall. Bei mir ist einfach die genetik schuld. shampoo hin oder her. Trotzdem heißt das ja nicht, dass du mit dem Umstieg auf das Niveau-Shampoo keine Besserung erzielst. Ich wünsche es jedem hier. Bin gespannt, was du berichtest.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [pina](#) on Fri, 24 Aug 2012 13:28:53 GMT

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

Also ich habe das jetzt auch mal gegoogelt und bin auf diverse Foren gestoßen. Was mich dann aber wirklich hat stutzen lassen, ist, nachdem ich bei codecheck nochmal nach meinem Shampoo geschaut habe, dass die inzwischen die Zusammensetzung geändert haben und dort jetzt auch Coco... Betain enthalten ist.Überhaupt sind in ganz ganz vielen "normalen" Shampoos zusätzlich zu dem Sodium Laureth Sulfate noch Zuckertenside enthalten

Bin dann auf meiner Suche nach Tips für Shampoos ohne diese Zuckertenside und ohne

Silione gestoßen. Da war auch ein Shampoo von fei (-öl) dabei. Ich kannte nur das Öl dieser Firma und bin erstaunt, was es da jetzt alles für Produkte gibt. Das hat generell eine übersichtliche "Zutatenliste". Vielleicht kaufe ich mir das mal und teste. Es wurden auch andere Marken empfohlen, die mir unbekannt sind und ich auch nicht weiß, wo man die beziehen kann (oohne großen Aufwand).

Meine Kopfhaut zumindest hat auf die nur zuckertensidhaltigen Shampoos fast sofort mit Brennen reagiert. Daher kamen dann vl. auch diese kleinen Beulchen die ich manchmal hatte. Und so wie sich das auf der Kopfhaut anfühlt (wie kleine Schürfwunden) kann ich mir gut vorstellen, dass die Haare in Mitleidenschaft gezogen werden und ausfallen. Ganz extrem aufgefallen ist mir das bei meinem letzten Versuch auf ein Volumenshampoo zu wechseln. Der sehr starke Haarausfall hat nach 2-3 Haarwäschen eingesetzt. Daher glaube ich, dass das vom Shampoo, bzw. bestimmten Inhaltsstoffen so schnell ausgelöst werden kann. Leider beruhigt es sich bei mir nicht so schnell wie bei Hareay. Und schon mal garnicht mit diesen verschwindend geringen Ausfallzahlen. Der "Grund-Haarausfall" bleibt.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [tividi](#) on Fri, 24 Aug 2012 16:30:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hab nur mal ne Frage.

Harley gehts um das hier hier oder? also alles mit Coco sind Zuckertenside?

COCO-GLUCOSIDE, SODIUM COCO-SULFATE, SODIUM COCOAMPHOACETATE,

und pina schrieb von coco..betaine..

jetzt hab ich nämlich bei codecheck mal bei meinem neuem Shampoo geschaut (hab mir nämlich jetzt gestern auch mal Volumen-Shampoo gekauft...Hab gleich das von Balea und eins von Nivea +Spülung genommen.....) und ich habe da jetzt : Cocamidopropyl Betaine , gelesen.

Ist das auch sowas??

pina, welches Volumenshampoo hattest du?

Ich hatte noch nie ein Volumenshampoo benutzt. Bringt das denn wirklich optisch was?

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [fluse](#) on Fri, 24 Aug 2012 16:43:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guck mal, hab ich bei seifenshop.de gefunden:

"Cocamidopropyl Betaine ist ein mildes, gut verträgliches Tensid aus pflanzlichen Rohstoffen. Es wird oft als Ersatzstoff für Cocamide Dea verwendet. Cocamidopropyl Betaine wird bei der Produktion von Seifen, Badezusätzen, Duschgels und Shampoos verwendet und findet sich in Haushalts- und Sanitärreinigern. In der Kosmetikherstellung wird es als Emulgator und Verdickungsmittel eingesetzt.

Cocamidopropyl Betaine ist eine hellgelbe bis transparente, zähe Flüssigkeit, die aus den Fettsäuren von Kokos- und Palmkernöl gewonnen wird. Es ist ein Derivat aus Cocamiden und Betain, dem Abbauprodukt von Cholin.

Obwohl Cocamidopropyl Betaine gut verträglich ist, kann es vorkommen, dass das Tensid bei der Herstellung durch Substanzen verunreinigt wird. Diese Stoffe können Hautirritationen hervorrufen, die oft fälschlicherweise dem Cocamidopropyl Betaine zugeschrieben werden. Dies ist auch der Grund, warum Cocamidopropyl Betaine bei empfindlichen Menschen Haut und Schleimhäute reizen kann.

Das Tensid steht außerdem im Verdacht, eine Form von Kontaktdermatitis zu verursachen. Doch diese Reaktionen sind meist Reizreaktionen und kein echten Allergien."

müsste demnach kein Zuckertensid sein.

Volumenshampoos sollen das Haar etwas fluffiger machen. Andere shampoos haben mehr beschwerende Pflegestoffe.

Leztendlich muss man doch selbst ausprobieren

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 25 Aug 2012 09:00:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guten Morgen Harley,

also ich finde Deine Beobachtungen mit den Zuckertensiden (Coco-Glucoside) sehr interessant und ich habe die gleiche Erfahrung gemacht wie Du.

HarleyQuinn schrieb am Thu, 23 August 2012 21:22 Die Erfahrung schein nicht nur ich gemacht zu haben, sondern viele andere auch.

Hier wird auch über die Sache diskutiert:

<http://beautyjunkies.inbeauty.de/forum/archive/index.php/t-2 8974.html>

Bei mir hat vor kurzem endlich der HA etwas nachgelassen, habe es hier im Forum sogar schon einen "HA-Stopp" genannt, Reduzierung würde es aber wohl besser treffen, aber das ist auch

schon ein RIESENFORTSCHRITT für mich. Vor allem die psyische Entlastung dabei.

Ich habe vor ein paar Wochen mein Shampoo gewechselt, mehr zufällig und auch um mal zu gucken, ob es noch etwas anderes als "mein" Okara von Rene Furterer gibt.

In Okara ist übrigens Honig drin und enthält nebst diesem diese Coco-Glucotenside und die werden auch gleich ziemlich weit vorne auf der Zutatenliste genannt.

Ich bin mehr zufällig auf das Dercos von Vichy umgestiegen, denn das kenne ich noch von ganz früher und es macht bei mir eigentlich auch ganz schöne Haare und tut meiner Kopfhaut gut. Auf der Verpackung stand "Silikon- und Parabenfrei", das hat mich gelockt, die ganzen B-Vitamine und das Aminexil sind für mich ein nettes Beiwerk, aber durchaus willkommen . Meine Haare sind damit im Ansatz zwar nicht mehr so schön griffig und deshalb büße ich optisch schon etwas Volumen ein, aber es geht noch und die Haare werden angenehm auskämmbär (ohne Spülung) und sehen gesund aus .

(Apropos: Ponyfranse war doch hier im Forum diejenige, die mit den Aminexil-Ampullen ihre "Antennen" wiederbekommen hat, oder? Muss nachsehen, bin nicht ganz sicher, aber eine Userin hier hatte mal tolle Bilder von nachwachsenden Haaren im Scheitel gepostet, das weiß ich noch genau)

In Dercos sind keine Coco-Glucotenside enthalten, ich habe einen Apothekenlink gefunden, da kann man das sogar nachlesen.

Okara ist da auch mit aufgelistet , ich habe ganz schön gestaunt, als ich vorgestern beim Googeln gleich auf diese Coco-Glucotenside gestoßen bin. Meine Apothekerin hat mich gestern dann auch noch zurückgerufen und mir beides auch nochmal bestätigt.

Das Dercos war fast leer und deshalb habe ich die vergangenen zwei Wäschen wieder mit Okara gewaschen und prompt sind bei mir trotz Fin-Wirkung gleich wieder mehr Haare beim Waschen, Auskämmen und Bürsten ausgegangen und sichtbar in Sieb und Wanne gelandet. Bei der ersten Wäsche waren es ein Drittel mehr Haare und bei der vorletzten Haarwäsche sogar schon wieder doppelt so viel, wie zu meinen "Fin-Traumzeiten".

Bin nicht eher dazugekommen, das Dercos nachzukaufen und habe daher die Reste vom Okara aufgebraucht. Du hast Deinen Thread "Haarausfall und Shampoo" also echt zeitgleich zu meinen Beobachtungen eröffnet , aber ohne Dich wäre ich niemals auf diese Zuckertenside gekommen.

Gestern habe ich dann wieder mit Dercos gewaschen und, Gott sei's gedankt, auch fast wieder meine normale HA-Zahl gehabt. Jetzt bin ich auf morgen gespannt, da ist wieder waschen dran.

Und bei Dir ist es jetzt mit Nivea Color Protect wieder besser geworden ? Super, freut mich für Dich , wie entspannt. Wenn da auch keine Coco Glucotenside drin sind, dann sind wir mit fluse jetzt sogar schon drei in diesem Thread, die darauf gucken und das beobachten.

Bei "dmBalea Professional Pures Volumen" Shampooo und Spülung übrigens auch nicht.

Ohne Silikone, Parabene weiß ich jetzt nicht. Aber keine Zuckertenside. Beide Produkte kosten so um die zwei, drei Euro und haben bei Stiftung Warentest mit der Note sehr gut abgeschnitten. Habe ich auch total zufällig letzte Woche entdeckt und meiner Tochter gekauft. Hier haben mich Preis und Stiftung Warentest überzeugt. Mir werden die Haare da zu lätschad und weich, aber man kann prima (auch ohne Spülung!) durchkämmen. 3x mehr Volumen kann ich nicht bestätigen, eher im Gegenteil, da ist mir Vichy dreimal lieber, aber meiner Tochter mit ihren dicken Haaren taugt es gut.

Es gibt also schon mehrere Hersteller, auf die Zuckertenside verzichten. Schau an, schau an. Finde ich echt gut, dass Du da mal so ein bisschen drauf geguckt hast und auch der Link zu dem anderen Forum ist sehr interessant. Über diese Zuckertenside wird also schön länger geschrieben.

Berichtest Du mal von Deiner nächsten Haarwäsche? Wann bist Du denn wieder "dran"? Ich ja morgen und da melde ich mich spätestens wieder.

Wünsche Dir und Euch allen einen schönen Tag,
liebe Grüße, Walle

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Novemberkind](#) on Sat, 25 Aug 2012 11:52:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also das mit den Tensiden verwirrt mich total...
in decros sind doch auch zuckertenside, und in nivea color protcect auch nur heißen sie in dem einen "disodium Cocoamahphodiate" und im anderen "Cocamidopropyl Betaine". Schaut euch mal die Inhaltsstoffe an und googelt sie dann, dann werden diese als Tensid beschrieben. Meint ihr es gibt überhaupt noch Shampoos ohne solche Zuckertenside?

@Harley: wie du merkst, kalt lässt mich deine Beobachtung nicht und ich bin selbst fleißig am recherchieren... dieser scheiß HA macht mich noch total fertig

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [HarleyQuinn](#) on Sat, 25 Aug 2012 12:13:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi zusammen,

hatte ein bisl viel zu arbeiten und kam nicht dazu hier zu schreiben.

Ich meine, dieses Betaine ist kein Zuckertensid, sondern ein Tensid aus Kokosfett. Ohne Tenside gehts ja in Shampoos nicht. Irgendwas muss die Haare ja reinigen. Zuckertenside werden, soweit ich weiß, mit xyz-Glucoside auf den Flaschen beschrieben.

Sodium Laureth Sulfate ist ja z.B. auch ein Tensid, aber kein Zuckertensid.

Da muss man echt schon Chemiker sein (Chemie ist für mich als Biologe eh ein rotes Tuch xD), um das alles zu verstehen.

Ich hatte bei der zweiten Wäsche 30 Haare nach dem Fönen. Beim Waschen gehen mir kaum Haare aus.

Ich hoffe, dass es noch weniger werden. Da mein Neuwuchs ja schnell wieder flöten geht, brauch ich jetzt echt kein zusätzliches Shedding.

Die zweite Wäsche gibts nachher. Ich trag grad Rizinusöl mit Emu-Öl auf dem Kopf unter nem Handtuch für ein paar Stunden spazieren, weil das angeblich total gut für die Haare sein soll. Mal schauen, was dann so runterrieselt.

Find ich ja witzig, dass Walle auch eine eigene Beobachtung bezüglich Shampoo gemacht hat. Es gibt wohl auch einige, die dieses Betaine nicht vertragen. Aber wenn man nen Shampoo ohne Silikone, Zuckertenside und Cocoirgendwas Betaine will, stößt man echt an seine Grenzen. Das Nivea macht meine Haare leider etwas strohig, weshalb ich mir vll noch nen anderes kaufe. Aber da muss ich erst mal wieder Zeit zum recherchieren haben.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 25 Aug 2012 13:01:50 GMT

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

Keine Ahnung, liebes Novemberkind. Wer ist denn gut im Recherchieren oder man müsste mal einen Chemiker oder die freundliche Apothekerin fragen. Vielleicht ist da die chemische Formel nur irgendwie ein bisschen anders und deswegen haarfreundlicher. Wer weiß das schon so genau?

Irgendwas, wenn es nicht gerade Lava, Mineralerde oder Pottasche ist, wird zum Waschen wohl schon drin sein. Denn sanft reinigen soll es ja auch noch irgendwie. Hm...

Aber andererseits könnte es auch sein, dass wir gerade nur einem kleinen "Hirnspinni" hinterherüberlegen und uns umsonst Gedanken machen.

Jedenfalls, andere Menschen waschen auch mit allen möglichen Shampoos und haben keinen HA. Alles kann und nichts muss. Jeder reagiert sowieso auf etwas so und so und überhaupt ganz anders, und man muss für sich selbst herausfinden, was einem guttut und was nicht. Ob dann mal was hilft, oder nicht. Usw., usf.

Ois ned so einfach, wia ma bei uns da so sche sogd, aber schaum halt a mal, wos is und wias weidageht.

Und derweil hoffen wir, dass unsere Haare auf dem Kopf bleiben und nicht in der Wanne landen. Und endlich mal sagen: "Des sitz ma aus!!!"

Schönes Wochenende, liebes Novemberkind und lass Dich nicht wieder von solchen Deppen am Samstagabend ärgern . Zieh Deine HigHeels beim nächsten Mal an, wenn Du ausgehst, lass Dir von solchen Typen Feuer geben und verliere dann sanft das Gleichgewicht. Oder Hörgerät, Du hörst ganz schlecht , ups, auch noch mit der Kippe am Ärmel gestriffen ("Tschuldigung! Huch ! Is' doch nix passiert, sieht man doch kaum auf Weiß"). Vielleicht landet vor lauter Schreck auch Dein Absatz noch auf seinem adretten Großstadt-Schicki-Slipper oder der nicht ganz so teuren Macholatsche und bohrt sich schmerzhaft in seinen Fußrücken?

Wer weiß das schon ???

Wir sind ja alle schon ganz cocoglucoside ...

Winkewinke und liebe Grüße
Walle

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Wallemähne](#) on Sat, 25 Aug 2012 13:19:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Harley, dass mit dem Rizinusöl habe ich auch schon mal gehört! Du wirst lachen... Bin gespannt, was Du danach berichtest. 30 Haare nur? Wow... dassist ja geil. Damit kann ich leider noch lange nicht glänzen. Aber es ist zumindest schonmal besser als früher.

Bin jetzt mal weg

@ pina und fluse: Danke für Eure Antworten, ich melde mich später auch noch mal dazu. Danke für den Codecheck-Tipp und jetzt weiß ichauch endlich, wofür diese Lupe an den Einkaufswägen ist!!!

Zitat:pina

Tja Wallemähne, das mit der Altersweitsichtigkeit kenne ich!!!! Bei der dm Drogerie gibt es deshalb diese Lupen an den Einkaufswagen, da kann man dezent die Flaschen drunterhalten. Allerdings bräuchte man zur genauen Übersetzung der Inhaltsstoffe fast ein Spezialstudium. Jo!

Zitat:fluse

Guck mal, hab ich bei seifenshop.de gefunden:

Super , da steht das ja alles relativ "übersichtlich" nachzulesen. Schon mal ganz interessant, oder? Danke .

LG, Walle

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [Novemberkind](#) on Sat, 25 Aug 2012 13:25:20 GMT

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

Hihi, danke, Walle, du hast mich grad echt zum Lachen gebracht.

Wir sind halt alle auf der Suche nach dem Grund für diese Ungerechtigkeit, dass uns die Haar ausgehen.

Tückische Tenside und strunzdoofe Typen können einen ganz schön stressen, wenn man grad so ne akute Haarungsphase hat und die Psyche drunter leidet. Ich stress mich dann schneller in was rein, als sonst. Ein richtiges Stresshaferl bin ich geworden.

Heute dachte ich mir noch, Mensch bei all dem Stress, den ich mir selber mach, krieg ich noch graue Haare, dann musste ich auch lachen, weil mir in der gleichen Sekunde ja eingefallen ist, dass ich sogar froh wäre, wenn sie wenigsten nur grau würden, aber auf dem Kopf bleiben.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [pina](#) on Sat, 25 Aug 2012 13:41:13 GMT

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

Das mit den Zuckertensiden und Nicht-Zuckertensiden habe ich noch einmal gegoogelt.

Cocamidopropyl Betaine ist kein Zuckertensid, aber auch nicht unbedenklich, da es Betsandteile aus Erdöl enthält.

Mag sein, dass man da wieder einen irren Idee hinterherhechelt, aaaaber für mich persönlich ließen sich so die phasenweisen Kopfhautprobleme und damit verbundener noch stärkerer Haarverlust erklären. Für manch anderen evtl. auch!?

Ich habe doch immer wieder das Shampoo gewechselt und viel herumprobiert.

@tividi: Ich hatte das Gliss Volumenshampoo in der lila-durchsichtigen Flasche. Die Haare sind damit griffiger geworden, wirklich mehr Volumen habe ich nicht gesehen.

@Harley Quinn: 30 Haare nach dem Föhnen (und auch Kämmen?), das ist ein Traum für mich. Beim Waschen selbst gehen auch wenige aus, aber beim Kämmen dann rieselt es nur so. Und ich Kämme supervorsichtig.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [HarleyQuinn](#) on Sat, 25 Aug 2012 14:01:22 GMT

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

Beim Fönen wird bei mir gekämmt. Als damals mein Pillenabsetzhaarausfall vorbei war, sind mir vielleicht 3 Haare beim Fönen ausgefallen. Zu dem Zustand möchte ich wieder hin. Am 6.9. ist mein Endo-Termin und ich versuche ihn wegen Spironolacton zu bequatschen. Das blockiert ja Androgenrezeptoren und reguliert DHT runter. Eigentlich ja das Richtige, wenn der Hormonhaushalt ansonsten ok ist.

Die Rizinusölkuren werde ich weiterhin machen. Hab so viel darüber gelesen und das klang alles so positiv. Und zum Hautarzt werd ich auch nochmal gehen und zwar diesmal zu der von meiner Schwester. Die guckt sich dann vll auch mal meine Haare an und schickt mich nicht einfach weg mit "Wenns schlimmer wird, nehmen sie Regaine."

Das Glisskur in der lila-durchsichtigen Flasche hatte ich auch in den Fingern. Aber ich wollte dann nicht direkt mehr Shampoos mitnehmen, sondern erst mal nur eins testen.

Bin gespannt, wie es gleich nach dem Duschen und Fönen läuft.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [tividi](#) on Sat, 25 Aug 2012 15:55:18 GMT

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

ich hab jetzt die letzten zwei Wäschen mal mit dem Balea Volumenshampoo gewaschen.. ohne Coco irgendwas.

Davor hatte ich Balea med ultra Sensitiv. Das ist ohne Silikone ohne Paraben ohne Parfum, Farbstoffe, Konservierungsstoffe aber mit Zuckertensid wohl.

naja nach wie vor 400 Haare..

Meine Güte was ich hier alles an Shampoos rumstehen hab...

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [muckimuck](#) on Sat, 25 Aug 2012 18:19:34 GMT

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

Bei mir ist es wie bei Tivi..... Also kein Unterschied.

Dafür gibt es was anderes Neues bei mir.

Meine Stirnglatze ist jetzt auf der rechten Seite nicht mehr zu kaschieren.

Ich geb auf. Hab keine Kraft mehr.

Vor 1 Jahr hatte ich eine Löwenmähne.

Jetzt seh ich aus als ob ich schwer krank wäre.

So fühl ich mich mittlerweile auch.

Machts gut!
LG

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Binne](#) on Sat, 25 Aug 2012 19:21:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Mucki, und genau DESHALB hole ich mir jetzt ein Haarteil a la Franzi...
auch meine Stirn-GHE Glatze links ist NULL KOMMA NULL mehr zu verstecken, da ist einfach ein Loch
da muss nun etwas drüber....
Ich hoffe einfach, dass meine Haare da wieder wachsen, solange wird das Loch mit einem HT überdeckt, genauso wie mein Wirbel hinten....

Ich würde an deiner Stelle mit 25 mg Androcur anfangen. 10 mg finde ich etwas wenig, 50 mg für den Anfang zu viel...

Aromatase hast du bei Androcur nicht zu erwarten, ist ja "nur" ein künstliches Gestagen und meines Wissens wird bei Androcur Testo nicht zu Ö umgewandelt.

Ich nehme übrigens wieder seit knapp 2 Wochen Fin , habe es mir sogar neu kaufen müssen, da ich meine alte angebrochene Packung weggeschmissen hatte

Meine Verzweiflung ist mittlerweile so groß, dass ich sogar meine Krebs-Ängste durch Fin verdränge und das Zeug schlucke... noch habe ich keine NW, ein wenig größere Brüste, mehr nicht.

Aber 2 Wochen ist ja noch nichts..... die größeren Brüste und die anderen Ö-Dominanz Symptome hatte ich übrigens schon, bevor ich Fin nahm, alleine durch das Prog schmieren.

LG!

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 25 Aug 2012 19:34:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Binne - ich drueck Dir die Daumen wegen dem Fin!

Und wuensch Dir ganz viel Ruhe und Zufriedenheit durch das Haarteil.

Mir fehlt leider das Geld fuer so ein tolles Teil. Ich muss mal sehen was ich mache.

Momentan hab ich keinen Plan.....

Testosteton liegt bei mit im mittigen Bereich und DHT ist ziemlich unten.

Ob mir ueberhaupt was hilft.....ich hab Angst, dass es noch scjlimmer wird durvh Androcur oder Fin.

Ich wuensch Dir alles Liebe und Gute Binne.

Du gehst den richtigen Weg!!!!!!

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [HarleyQuinn](#) on Sun, 26 Aug 2012 14:31:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gestern über den Tag hab ich etwa 150 verloren und heute nach dem Waschen 10 Haare.
Eben unterwegs vll nochmal 3-5, die mir aufgefallen sind.
Nur viel von dem Neuwuchs geht wieder raus und ist ganz dünn. Komischerweise hab ich auch Neuwuchs, der viel dicker ist, als meine normalen Haare.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [fluse](#) on Sun, 26 Aug 2012 20:24:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ muckimuck
Mensch, du Arme, lass dich mal kurz drücken....
sag mal kannst du mit Toppik oder was Ähnlichem denn nicht noch ein bissl was kaschieren ??

Wenns das nicht gäbe hätte ich auch schon ne Perücke oder Haarteil, oder was weis ich

Also ich hatte heute dafür ein kleines Erfolgserlebnis. Obwohl ich heut Nacht kaum geschlafen hab, weil ich heute morgen Haare waschen musste, kams dann gar nicht so dicke wie ich vermutet hab.
Ich hab ein anderes shampoo genommen wie die letzten Male und hatte.....tatata..... ich hatte nur 50 Haare gezählt, ok vielleicht sind ein paar runtergefallen oder im Ausguss verschwunden macht großzügige 60 Haare !!!
Sofort war die Laune besser, obwohl meine Frisur richtig sch...ße aussieht.

Allerdins hab ich gestern abend auch das Utrogest weggelassen. Ich denke es liegt eher daran.

Ohh je, ich bin schon vollig hysterisch, was ich alles aufn Kopp schmier und an Pillen esse.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Schnobbele](#) on Mon, 27 Aug 2012 04:51:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Novemberkind

GENAU so geht es mir auch;
am liebsten - abrasieren, ein cooles Tattoo uff die Birne ballern lassen und endlich ENDE mit den doofen Haaren !!!
Ich trau mich nur nicht so richtig....

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [HarleyQuinn](#) on Mon, 27 Aug 2012 07:15:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

bevor ich nen neuen Thread aufmache, frag ich einfach hier.

Mir fallen in letzter Zeit immer wieder Haare auf, die eigenartig gewellt sind. Ich habe eigentlich ganz glatte Haare, aber einige, die mir 5-6 cm wieder ausfallen, sind gewellt. Sie sind nicht gelockt oder ähnliches, sondern einfach nur gewellt. Wieso machen die so nen Unfug?

Hatte heute beim Waschen, Föhnen, Kämmen etwa 20 Haare verloren. Ich hoffe, der verstärkte Ausfall kam dann echt durchs Shampoo.

Die blöden miniaturisierten Haare kann ich leider da nicht drauf schieben. :/

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Schnobbele](#) on Mon, 27 Aug 2012 07:19:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi

Ja, so komisch gewellte Dinger hab ich auch.

Du glückliche, nur 20 Haare ?

Davon kann ich nur träumen !!!!

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [pina](#) on Mon, 27 Aug 2012 08:41:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jetzt habe ich zweimal mit einem Shampoo ohne Uckertenside, ohne coco..., ohne ...betaine gewaschen. Meiner Kopfhaut tut es spürbar gut. Beim ersten Waschen sind viel weniger Haare ausgegangen beim anschließenden Kämmen. Da hatte ich eine Spülung verwendet. Beim zweiten Waschen waren es wieder viele viele Haare beim Kämmen. Da hatte ich die Spülung vergessen. Also probiere ich es heute wieder mit Spülung, die ich aber nur in das ca. untere Drittel der Haare mache.

Das Shampoo schäumt kaum, macht aber trotzdem quietschsauber.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Schnobbele](#) on Mon, 27 Aug 2012 09:05:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hmmmm, wenn es hilft ?!

Bei mir fallen an Waschtagen nicht mehr aus als an Nicht-Waschtagen.

Einen Zusammenhang konnte ich persönlich nicht entdecken ?!
Beim waschen hab ich halt auf einmal mehr in der Hand, dafür nach dem waschen weniger.
Wenn ich sie nicht wasche, verteilt sich das Übel eher über den Tag hinweg.
Egal welches Shampoo. Da reicht auch einfach nur Wasser.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Novemberkind](#) on Mon, 27 Aug 2012 20:21:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@HQ: das mit den gewellten Haaren finde ich interessant, hatte nicht mal einer der männlichen Teilnehmer im Frauenforum von dem Phänomen geschrieben, das HA mit der Haarstruktur zusammenhängt, weiß nicht, ob es Mike war. Also dass sich der verändert bei Haarwurzeln, die wohl geschwächt sind. Meine werden nämlich auch so krauselig. Vielleicht ja auch ein Zeichen, von Unterversorgung von irgendwas??

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Tinchen](#) on Tue, 28 Aug 2012 13:31:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hat jemand gestern Abend auf WDR "Der Gesundmacher "gesehen ?
Es ging ums Thema "Haare"War nicht besonders informativ,fand ich.
Es ging um Shamos,Färben und auch etwas zum Thema Haarausfall.
Ein Hautarzt wurde befragt und seine Antwort war : helfen tut nur Regaine für Frauen und Fin .für Männer.All die Shamos helfen nicht.Seine Aussage :wie soll das Shampo wirken,wenn der haarfoikel 0,3mm in der Kopfhaut sitzt. Schaden tun sie aber nicht.
Ebenso Biothin ,wenn kein Mangel vorliegt,geht es oben rein und unten wieder raus.
Und es ist ja nicht ganz billig.Wie alles andere auch.
Habe seit 6 Jahren HA,geholfen hat alles nicht.z.B. Eisen Zink,Biothin,Vit.B,Priorin, Pantoviar,Schüsselsalze,Ell cranell und Regaine.(nehme ich immer noch,trau mich nicht es abzusetzen).Vielleicht wäre es dann noch schlimmer.z.Zt. ist es hammermässig.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo
Posted by [Biggi01](#) on Tue, 28 Aug 2012 14:21:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Tinchen,

ich habs auch gesehen und mir eigentlich mehr davon versprochen als zwei 3er Packungen Regain (Mann+ Frau) und eine Schachtel Fin.

sooooooooooooooooooooo einfach ist HA nun auch wieder nicht.

Ig

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 29 Aug 2012 07:18:07 GMT

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

Hi zusammen,

ich nehme ja nun seit ca einer Woche ein Shampoo ohne Zuckertenside und kann sagen, dass mein Haarausfall deutlich nachgelassen hat. Nach dem Waschen, Fönen, Kämmen sind es morgens nur noch etwa 20 Haare. Über den Tag verteilt fallen mir auch noch ein paar aus, aber das ist ja normal.

Es gab bisher keinen Ausfall mehr mit 200 Haaren. Der Haarausfall hat deutlich nachgelassen. Jetzt kann ich nur hoffen, dass meine dünnen Haare, die nachwachsen und schnell wieder ausfallen, Neuwuchs bedeuten und keine Miniaturisierung.

Ich entdecke auch immer mehr Haare, die richtig dick und viel dunkler sind. Vor ein paar Monaten hatte ich davon grade mal eins und dachte mir, dass das ne Laune der Natur ist. Vielleicht zeigen sich ja nun doch Erfolge mit den Eisen- und Vitamin D-Tabletten.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [Sasu](#) on Wed, 29 Aug 2012 10:21:28 GMT

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

Hallo HarleyQuinn,

welches Shampoo ohne Zuckertenside hast du denn benutzt?

LG, Sasu

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 29 Aug 2012 10:45:03 GMT

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

Das Nivea color protect Shampoo. Das macht meine Haare leider etwas strohig, aber hauptsache sie bleiben am Kopf.

Ich werde als nächstes vll das Volumenshampoo von Gliss Kur ausprobieren.

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [Sasu](#) on Wed, 29 Aug 2012 15:07:52 GMT

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

Von Nivea gibts auch ein Volumen Shampoo...! Das müsste doch eigentlich auch ohne Zuckertenside sein, oder täusche ich mich??

Subject: Aw: Haarausfall und Shampoo

Posted by [HarleyQuinn](#) on Wed, 29 Aug 2012 18:49:57 GMT

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

Das kann sein. Das Gliss Kur war mir irgendwie sympathisch. Ich mach das Shampoo nun erst mal leer und benutz mehr Spülung und dann schau ich mich mal um.
