
Subject: Ich bin die Neue

Posted by [lockentraum](#) on Fri, 28 Sep 2012 13:45:42 GMT

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

Hallo,

nachdem ich hier seit etlichen Wochen lese und schon viele wertvolle Infos sammeln konnte, habe ich mich entschlossen auch mal mitzuschreiben. Kurz zu mir, ich habe seit etwa Juni diesen Jahres mit Haarausfall zu kämpfen, also da habe ich bemerkt, dass mir deutlich mehr Haare ausfallen als vorher. Mein Mann meinte jedoch schon vor gut einem Jahr, dass der Oberkopf recht licht geworden wäre, das habe ich jedoch verdrängt, da die Haare ja nicht vermehrt ausfielen. Ich hatte immer lange, dunkle Locken und richtig viele Haare, sodass es schon eine Zeitlang gedauert hat, bis da was auffiel. Nachdem jetzt im Sommer der Ausfall dazu kam, ging es jedoch schnell und ich habe mich letztens bei Oberlicht im Spiegel gesehen und das hat mich echt geschockt. Wenn ich die Haare am Oberkopf zusammenfasse, kann ich es noch ganz gut kaschieren, aber ganz offen geht gar nicht mehr.

Bei mir gibt es mehrere Faktoren, die das Ganze entweder ausgelöst oder zumindest getriggert haben, da ist zum einen eine heftige Schilddrüsenunterfunktion (TSH war bei 7,8 bei Behandlungsbeginn) und eine massiver Eisenmangel (Ferritin bei 9). Der Eisenmangel ist mittlerweile ausgeglichen, zuerst mit Tabletten und als das nur sehr langsam anstieg dann mit einer Infusion.

Auch die Schilddrüsenwerte sind fast gut, TSH beim letzten Mal bei 2,2, die anderen weiß ich gerade nicht, aber die Dosis L Thyroxin wurde nochmal von 75 auf 88 erhöht und in zwei Wochen gibts nochmal eine Kontrolle.

Auch mein Zyklus, der vorher viel zu lang und die Blutungen super heftig waren ist jetzt wieder in Ordnung ohne noch weitere Medikamente.

Der Haarausfall wurde erst so heftig, als ich mit den Medikamenten begann, jetzt hat es sich etwas beruhigt, aber der Status ist echt mies. Und ich habe mich die letzten Monate total total verrückt gemacht wegen der Haare und ich bin mittlerweile zu dem Schluß gekommen, dass eine Lösung her muss. Ich war gestern in einem Zweithaarstudio zu einem Beratungsgespräch. Was hatte ich eine Panik davor, aber es war echt toll (wenn man das in der Situation überhaupt sagen kann). Ich habe wohl leider wirklich das typische AGA Muster, auch wenn die Haare diffus ausfallen, aber die Lichtung oben gab es ja schon früher.

So, ich mache jetzt mal Schluß und wünsche uns einen guten Austausch und viele Haare.

Liebe Grüße Lockentraum

Subject: Aw: Ich bin die Neue

Posted by [Biggi01](#) on Fri, 28 Sep 2012 13:54:42 GMT

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

Hallo Lockentraum,

willkommen im Forum.

Wie alt bist Du und hast Du bei Dir Neuwuchs feststellen können, oder fällt es einfach nur diffus aus?

Nimmst Du die Pille?

lg

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [muckimuck](#) on Fri, 28 Sep 2012 14:00:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Herzlich Willkommen auch von mir.

Ich find es toll, dass Du dich schon mit dem Thema Zweithaar auseinandergesetzt hast.....ich schieb es immer noch vor mir her.
Gibt es auch Haarteile aus Echthaar mit Locken?
Das ist z.b. eine Frage, die an mir nagt....

Aber ich denke, dass Du noch gute Chancen hast, Deine Haare wieder zu bekommen, wenn Deine SD richtig eingestellt ist.
Nimmst Du die Pille oder hast Du eine Hormonspirale?

LG
Mucki

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [lockentraum](#) on Fri, 28 Sep 2012 14:17:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
und vielen Dank für das herzliche Willkommen. Also ich bin 42 Jahre alt. Ich nehme weder die Pille noch eine Hormonspirale, ich habe mich nach der Geburt unseres dritten Kindes vor fünf Jahren sterilisieren lassen. Die Pille habe ich bis zum Sommer 2002 genommen und davor etwa 8 Jahre. Also ich denke, das kann nichts mehr mit der jetzigen Situation zu tun haben und damals hatte ich nie Probleme mit den Haaren, höchstens nach den Geburten, aber das war auch nicht so schlimm.
Neuwuchs habe ich, zumindest vorne in den Geheimratsecken, an den anderen Stellen kann ich das nicht so genau sagen.
Muckimuck.: Ja es gibt Echthaar-Haarteile mit Locken, der Friseur sagte, dass bei meinen Haaren nur Echthaar gehen würde, alles andere gäbe keine perfekte Lösung. Und ich habe mich nicht so ganz freiwillig mit dem Thema Zweithaar auseinandergesetzt, aber dieses Bild im Spiegel hat mir echt den Boden unter den Füßen weggezogen und es ging mir seelisch echt mies, die Gedanken fuhren immer im Kreis und hab nix mehr auf die Reihe bekommen. Als ich mich dann mal mit dem Gedanken anfreunden konnte, hat das enorm den Druck aus der ganzen Sache genommen und wenn die Haare wieder kommen, geht das Haarteil halt in den Schrank, da hätte ich nicht so die Probleme mit .
Liebe Grüße Lockentraum

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [Biggi01](#) on Fri, 28 Sep 2012 14:27:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lockentraum,

wurde TF3 und TF4 auch gemacht?

Wie hoch ist Dein Ferritinwert zur Zeit?

[quoteHaarteil halt in den Schrank, da hätte ich nicht so die Probleme mit][/quote]

Du wirkst relativ abgeklärt.

Ig

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [lockentraum](#) on Fri, 28 Sep 2012 14:47:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, die anderen Schilddrüsenwerte wurden auch gemacht, die hab ich nur gerade nicht im Kopf, sie waren aber laut Arzt in der Norm, Ferritin war knapp über 80.
Abgeklärt, so würde ich das jetzt nicht nennen, ich habe schon etliche Stunden geheult wegen den Haaren. Aber ich habe gemerkt, dass ich langsam total durchdrehe und das ging so einfach nicht mehr. Die Lösung mit dem Haarteil war für mich noch vor einem Monat undenkbar, aber was bleibt denn sonst wenn die Haare weiter rieseln? Meine engste Freundin ist gleichzeitig meine Friseurin und die hat natürlich auch gemerkt, das da oben ganz schön was fehlt. Und ich habe mir auch schon seit 4 Monaten die Haare nicht mehr färben lassen, aus Angst alles noch schlimmer zu machen, somit hab ich jetzt einen tollen grauen Ansatz, der das Erscheinungsbild natürlich auch nicht besser macht. Heute morgen hab ich sie dann besucht und ihr von meinem Entschluß mit dem Haarteil erzählt und auch da sind wieder die Tränen geflossen, aber ich denke trotzdem, dass es zumindest zur Zeit für mich und meine Psyche die beste Lösung ist.
Libe Grüße Lockentraum

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [Biggi01](#) on Fri, 28 Sep 2012 15:12:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lockentraum,

Ich finde es gut sich über ein Haarteil eine Portion Entspannung zu holen, während die Ursachensuche ja weitergehen kann.

Wieviele Haare verlierst Du so? hast Du feste Waschtage?, wie sieht es dann mit den auffallenden Haaren aus?

Und ich finde Du solltest Ferritin noch weiter pushen.

Ernährst Du Dich ausgewogen?

Ig

Subject: Aw: Ich bin die Neue

Posted by [lockentraum](#) on Fri, 28 Sep 2012 15:33:13 GMT

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

Hallo Biggi,

ich nehme Kräuterblut um den Eisenwert zu halten, die Tabletten hab ich nicht so gut vertragen, gab üble Verstopfung. Ich ernähre mich meiner Meinung nach schon recht ausgewogen, ich habe im Frühjahr mit WeightWatchers angefangen, da ich leider ziemlich übergewichtig bin und esse demnach viel Obst und Gemüse, Vollkornbrot und -nudeln und trinke viel. Zucker gibt es nur noch selten, Fleisch (mager) recht regelmäßig und mir geht es auch echt gut damit, wenn nur die Haare schön wären.

Haarausfallzahlen; also ich versuche nicht immer zu zählen, aber das gelingt mir nur selten. Als ich den Haarausfall bemerkte, hab ich nach dem Waschen gezählt und das waren zwischen 200 und 300, ohne die, die in der Dusche waren und die, die ich sonst noch so über den Tag verloren habe. An den anderen Tagen waren es beim Kämmen so um die 100 plus die, die sich noch im Laufe des Tages verabschiedet haben. Das hat sich schon etwas gebessert, so 100-150 nach dem Waschen und 60-80 an den anderen Tagen. Ich weiß, das sind jetzt nicht mehr so die Horrorzahlen, aber wenn sowieso nur noch wenige Haare da sind, ist das trotzdem noch zuviel und es hängen auch ständig Haare irgendwo rum, so dass ich sie nur noch zusammengesteckt trage.

Liebe Grüße Lockentraum

Subject: Aw: Ich bin die Neue

Posted by [Biggi01](#) on Fri, 28 Sep 2012 16:02:42 GMT

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

Hallo Lockentraum,

Dann scheinst Du auf ganz gutem Weg zu sein, wie kange hat die Eisenzufuhr gedauert? bzw. wie lange machst Du das schon?

Ich pers. finde 60-80 immer noch zuviel, Du kennst wahrscheinlich auch diese komische 100 Haare/pro Tag Regel, wobei ich denke, wenn es viel mehr als sonst sind, dann ist es Haarausfall.

Fühlst Du Dich in der Nähe der Wechseljahre? ich frage deshalb weil ich in Deinem Alter schon keinen Zyklus mehr hatte.

Und kannst Du bitte noch mal nach Neuwuchs suchen? Denn wenn die GHE schon wieder wachsen ist die Chance auf neue Haare auch anderswo auf dem Kopf gut.

Ig

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [lockentraum](#) on Fri, 28 Sep 2012 16:29:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
die Eisentabletten gab es ab Ende Mai, damit war der Wert dann im Juli auf 28, dann gabs die Eiseninfusion. Zwei Wochen später meinte mein Gyn ich könnte ruhig das Kräuterblut noch zusätzlich nehmen, da der Wert da noch nicht überprüft war und ich während meiner Tage doch einen hohen Blutverlust habe.
Ob ich schon in der Nähe der Wechseljahre bin, tja, schwer zu sagen, aber ich glaube eigentlich nicht. Der lange Zyklus hing wohl mit der massiven Schilddrüsenunterfunktion zusammen, den seitdem die halbwegs eingestellt ist, liegt der Zyklus bei 28-29 Tagen, so gut war der noch nie. Die Blutungsstärke hat auch etwas abgenommen, ist aber immer noch echt heftig. Nächste Woche hab ich nochmal Termin beim Gyn, vielleicht macht er ja doch mal einen kompletten Hormonstatus, das fand nämlich bisher keine Arzt für nötig.
Mit dem Neuwuchs ist das grad echt schwierig, da meine Haare doch schon sehr grau sind und wenn die kleinen da so zart und farblos rauswachsen, ist es echt schwer was zu sehen. Ich habe auch die Hoffnung noch nicht so ganz aufgegeben, aber ich wurde schon so oft enttäuscht, da ich sowohl beim Eisen als auch bei der Schilddrüse dachte den Auslöser gefunden zu haben und auch die Ärzte das dachten. AGA wurde jedenfalls noch nicht konkret diagnostiziert, aber ich finde, es sieht schon schwer danach aus, leider.
Liebe Grüße Lockentraum

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [sunflower3](#) on Sat, 29 Sep 2012 06:44:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lockentraum:-)

Meine Locken und Haare sind auch flöten geagnen.
Zuerst waren nur die Locken weg dann fing es mit den Haaren an .
Ich tippe bei mir definitiv auf die männlichen Hormone die alles durcheinanderwirbeln.

Wie sieht es bei dir mit der Körperbehaarung aus?

Ig sun

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [lockentraum](#) on Sat, 29 Sep 2012 07:46:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo sun,
die männlichen Hormone sind es bei mir glaube ich nicht. Ich habe nicht viel Körperbehaarung und auch die Haut ist ok. Ich hatte zu Beginn des Haarausfalls mal auf eigene Kosten Testo und SHBG bestimmen lassen und beide Werte lagen recht mittig im Referenzbereich. Ich habe von dir schon etliche Beiträge gelesen und habe immer sehr mit dir mitgeföhlt und mir immer gedacht, wie kann man das jahrelang aushalten, aber man hat ja leider keine Wahl. Ich bin ja schon nach einigen Monaten mit den Nerven am Ende und deshalb habe ich mich auch, zumindest vorübergehend, für ein Haarteil entschieden. Ich habe drei noch relativ kleine Kinder und die brauchen mich. In der letzten Zeit hab ich sie schon etwas vernachlässigt, da mein ganzes Denken nur um die böden Haare gekreist ist, damit muss jetzt Schluß sein. Ich hoffe nur, es gelingt mir auch so, wie ich mir das vorstelle.
Alles Gute für dich und
LG Lockentraum

Subject: Aw: Ich bin die Neue
Posted by [sunflower3](#) on Sat, 29 Sep 2012 07:52:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn es die männlichen Hormone nicht sind das ist schon mal gut dann hast du paar Baustellen (Haut etc...) weniger.
Ich denke auch das das Haarteil zumindest hilft in der Öffentlichkeit normal zu wirken.
Ohne würde ich es definitiv nicht aushalten. Leider kann ich es auch noch nicht annehmen .
Wahrscheinlich weil ich noch nicht meine Lösung gefunden habe.

Wir hören voneinander auch für dich alles Gute .
