
Subject: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Tue, 30 Oct 2012 16:38:11 GMT

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

Zunächst mal wäre ich wirklich dankbar dafür wenn jemand mal über meine Werte schauen könnte.

Das gegoogle ist wahnsinn und ich hab meine enormen Probleme damit da den durchblick zu bekommen.

die Kopie ist etwas schlecht, aber ich bemühe mich alles haargenau abzutippen.

Schilddrüse:

TSH basal (LIA) 2.99 mIU/l

Lil. basal (LIA) 4.6 IU/l

TSH basal (LIA) 8.4 IU/l

17- β -Östradiol (E2) (LIA) 41,6 ng/l

Prolaktin (LIA) 13.3 μ g/l

Testosteron gesamt (LIA) 46.2 ng/dl

DHEAS (LIA) 271 μ g/dl

SHBG (LIA) 79 nmol/l

Androstendion (LIA) 2.8 ng/ml

Testosteron bioverfüg. 0,11 μ g/l

hier kennt sich bestimmt jemand besser aus damit als ich. wäre für eine rückmeldung sehr dankbar.

Ig

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [lala](#) on Thu, 01 Nov 2012 18:12:48 GMT

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

fellow schrieb am Tue, 30 October 2012 17:38
Zunächst mal wäre ich wirklich dankbar dafür wenn jemand mal über meine Werte schauen könnte.

Das gegoogle ist wahnsinn und ich hab meine enormen Probleme damit da den durchblick zu bekommen.

die Kopie ist etwas schlecht, aber ich bemühe mich alles haargenau abzutippen.

Schilddrüse:

TSH basal (LIA) 2.99 mIU/l

Lil. basal (LIA) 4.6 IU/l

TSH basal (LIA) 8.4 IU/l

17-β-Östradiol (E2) (LIA) 41,6 ng/l

Prolaktin (LIA) 13.3 µg/l

Testosteron gesamt (LIA) 46.2 ng/dl

DHEAS (LIA) 271 µg/dl

SHBG (LIA) 79 nmol/l

Androstendion (LIA) 2.8 ng/ml

Testosteron bioverfüg. 0,11 µg/l

hier kennt sich bestimmt jemand besser aus damit als ich. wäre für eine rückmeldung sehr dankbar.

Ig

ohne referenzwerte geht das nicht? hast du die? wenn nicht: vom doc besorgen

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Fri, 02 Nov 2012 09:48:26 GMT

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

Oh ich hab grad gesehen das ich es komplett versemzelt habe. Das waren schon die zweiten werte. Ich hatte vorher noch andere.

Ich bitte vielmals um verzeihung.

Also nochmal zurück auf null und referenzwerte dazu

Erste Blutabnahme:

TSH 4.62 mIU/l Referenzb. 0,4 - 2,5 mU/l

Testosteron gesamt 50,6 ng/dl Referenzb. 10-80

DHEA-S 224 µg/dl Referenzb. 65-380

SHBG 81 nmol/l Referenzb. 18-114

Androstendion 4.9 ng/ml Referenzb. 0,7-2.8

testosteron bioverfüg. 0.12 µg/l Referenzb. 0.02-0.27

6-8 Wochen später die zweite Untersuchung unter 50mg Thyroxin

TSH 2.99 mIU/l Referenzb. 0,4 - 2,5 mU/l

17-β-Östradiol (E2) 41.6 ng/l frühe follikelph. referenzb. 11-165

Prolaktin 13.3 µg/l Referenzb. 2.8-25

Testosteron gesamt 46.2 ng/dl Referenzb. 10-80

DHEA-S 271 µg/dl Referenzb. 65-380

SHBG 79 nmol/l Referenzb. 18-114

Androstendion 2.8 ng/ml Referenzb. 0,7-2.8

testosteron bioverfüg. 0.11 µg/l Referenzb. 0.02-0.27

Nach den Werten wurde nochmals Thyroxin erhöht auf 75mg
Aktuelle Kontrollergebnisse stehen grad noch aus. Ich bekomme sie am Montag denke ich.

Mir ist nun in der ersten Probe der nicht zu übersehende hohe Androstendionwert aufgefallen. Und diesen vermute ich auch als problematisch für meine Haare. Kenne mich aber nicht so super mit den Hormonen aus. Vielleicht kann mir hier jemand nützliches dazu sagen, oder auch über Erfahrungen berichten.

herzliche Grüße

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?
Posted by [lala](#) on Sat, 03 Nov 2012 17:29:26 GMT

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

hi

ja gut. jetzt wird man sehen ob der HA nachlässt, wenn die SD unter thyroxin gut eingestellt ist.

androstendion kann wenn erhöht schon HA machen.

dann wäre ein topisches antiandrogen möglich. ich mache zu dem thema demnächst einen neuen thread auf (denn ich frage mich immer noch, ob es zu jedem erhöhten androgen ein passendes antiandrogen gibt. wie fin gegen DHT, X gegen androstendion, Y gegen testosteron, Z gegen DHEA usw.)

dein progesteron-wert wäre übrigens sehr interessant. vll. darfst du den nächstes mal mitmachen lassen?

lg
lala

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?
Posted by [fellow](#) on Sun, 04 Nov 2012 07:47:30 GMT

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

Hallo

Ich werde meinen Doktor einfach darum bitten, das er den Progesteronwert mit nimmt bei der nächsten Blutentnahme.

Ich glaube ein Wert mehr oder weniger wird ihm nicht viel ausmachen.

Etwa ab dem 15. ist mein Zyklus leider erst wieder so weit, das man mal nachschauen lassen kann. Bei der Schilddrüse ist dies nicht so kompliziert. Die Werte werde ich wohl Montag oder Dienstag schon haben.

Ich hatte auch schon in in völliger Verzweiflung zu Regaine greifen wollen. Das war mir dann aber einfach zu heftig. Die Nebenwirkungen, Sheeding und das man dann mit dem Minoxidil verheiratet ist.

liebe Grüße von mir

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?
Posted by [fellow](#) on Mon, 05 Nov 2012 11:12:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

NACHTRAG

Aktueller TSH 0,93mU/l Referenzbereich 0,4 - 2,5 mU/l

Der Doktor sagt so kann es bleiben Thyroxin bleibt bei 75mg. Einstellung der Schilddrüse erfolgreich beendet.

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?
Posted by [Marion83](#) on Mon, 05 Nov 2012 13:28:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, was mir noch dazu einfiel (im Schilddrüsenforum so in der Art häufiger gelesen). Eine Veränderung der Schilddrüsenmedikation führt natürlich auch zu deutlichen hormonellen Veränderungen. Und diese sind ja wohl oft mit Haarausfall verbunden. Habe gelesen, dass es oft bis 6 Monate nach adäquater SchilddrüsenEinstellung dauert, eh Haarzustand sich stabilisiert. Evtl. gibt es ja sogar auch Shedding durch Schilddrüsenmedi? Ich selbst bin auch noch in der Einstellungsphase. Seit ich LT nehme, hat sich mein Haarausfall erheblich verschlechtert (hab auch mehrfach von Leuten gelesen, deren Haare wohl durch LT rieseln), aber ich hab noch ein ganz kleines bisschen Resthoffnung dass es sich mit stabiler Einstellung wieder bessert. Vielleicht bessert sich bei dir ja noch was mit stabiler Einstellung?! Liebe Grüße, Marion

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?
Posted by [fellow](#) on Mon, 05 Nov 2012 15:55:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Marion

Ja ich habe auch gelesen, dass viele erst vom Thyroxin Haarausfall bekommen haben. Aber es ist eben wie ein kleiner Kuh-Handel... Ich hatte vorher schon Haarausfall.. also was kann da noch schlimmer werden? Also rein mit dem Thyroxin, denn es sind ja nicht nur die Haare die diese Hormone brauchen. Und mir erging es körperlich schon sehr schlecht vor der Einnahme.

Ganz unter uns...ich wage nicht mehr viel zu hoffen. Also weitere 6 Monate werden meine Haare auch wohl nicht gut verkräften.

Das mit dem Sheeding weiss glaub ich keiner so genau. Ob? oder wenn? inwiefern das von statten geht.

Ich bin zum Glück nun mit der Einstellung nun endlich durch. Das hat jetzt auch seit Mai gedauert.

Ich drücke dir jedenfalls die Daumen das es dir bald besser geht. Und natürlich auch das du deinen Haarausfall los wirst.

herzliche Grüße

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [Marion83](#) on Mon, 05 Nov 2012 16:06:55 GMT

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

Geht mir ähnlich wie dir. Ohne LT will ich nicht weil es dem Körper schadet. Aber wenn ich sicher wäre, dass es am LT liegt, würde ich wenigstens noch mal versuchen, das Präparat zu wechseln. Ich beobachte jetzt wie meine Haare reagieren, nachdem ich die Dosis hochgesetzt habe und versuche daraus Rückschlüsse zu ziehen. Und für mich selbst hab ich entschieden, dass ich davon ausgehe, dass so nach 5 Monaten eine Besserung sichtbar sein müsste (2 Monate bis Dosis stabil ist, 3 Monate brauchen Haare zum reagieren). Mein Haarstatus ist z.Zt. auch kritisch. Ich versuche möglichst wenig drüber nachzudenken, mich abzulenken. Aber bin auch nicht sicher, ob das eine gute Idee ist. Letztlich muss ja eine Lösung her. Will ich so rumlaufen, eine Perrücke, Glatze? Vermutlich wäre es auch entlastend so eine Lösung zu haben, sich abzufinden, nicht mehr verzweifelt zu hoffen. Aber ich schieb es auf und verdränge. Bzw. hab mich schon informiert, aber keinen passenden Haarersatz gefunden (teures Haarteil liegt ungenutzt im Schrank). Ich will halt das es echt aussieht u. hab noch nichts gefunden, was meinen Ansprüchen genügt. So dass ich nicht sicher bin, ob ich dann lieber ohne Haare gehe als mit unbefriedigender Lösung. Ach je, Chaos im Kopf. Ich denk ich hör mal auf. Worauf ich hinaus will: Hast du für dich schon über Haarersatz nachgedacht? Viele scheinen damit ja echt eine Entlastung zu erleben... Lieben Gruß, M

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Mon, 05 Nov 2012 16:15:40 GMT

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

Ja habe ich. Ist auch schon unterwegs zu mir. Ich denke ende der Woche werde ich Post haben. Mir war es nun auch egal ob ich viel Geld ausgeben dafür.

Eben, weil ich schon so viel Zeit mit dem Thyroxin lebe und sich nichts tun will.

Meins ist es nicht wenn ich mich versuche abzulenken. Zumal ich das sowieso nicht schaffe weil ich mir meinen Kopf ja nicht abschnallen und beiseite legen kann. Mag auch wohl sein das ich eine eitle Ziege bin. Deshalb trifft mich das wohl auch sehr. Trotzdem Ich möchte lieber gewappnet sein wenn es zu dem schlimmsten für mich kommt.

Ich hab mal ein Bildchen angehängt von einer schönen Perücke die ich mir ausgesucht habe.

File Attachments

1) [\\$\(KGrHqZ,!iQF!9nH1I+8BQg8jvb2f!~~60_12.JPG](#), downloaded 405

times



Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [Marion83](#) on Mon, 05 Nov 2012 16:22:08 GMT

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

die sieht echt gut aus:-) hast du von natur aus auch blonde haare. ich ja und ich halte das noch für glück, es scheint mir nämlich so, dass da das feine haar weniger auffällt, als bei dunklen haaren. aber vielleicht rede ich mir das nur ein (dann rede ich mir endlich mal was positives ein:-)) würdest du die perrücke über deinen haaren tragen oder rasieren? und wie wird sie festgemacht. neugier! übrigens denk ich nicht, dass man sonderlich eitel sein muss, um unter haarausfall zu leiden. ist halt so, dass unsere gesellschaft schon arg aufs äußere achtet und man dann auffällt.

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Mon, 05 Nov 2012 17:19:41 GMT

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

von natur aus keine blonden Haare. Aber trotzdem blondes Haar auch etwa 55cm lang musste aber schon kürzen um bestimmt 10 cm weils so mega ausgedünnt war das es nicht mehr ging.

erstmal werde ich die haare drunter lassen bis es eben nicht mehr lohnt. Ich glaub irgendwann kommt dann der kurze Prozess.

man kann vorn mit Tape oder flüssigkleber arbeiten. Das werde ich wohl auch machen damits eben besser sitzt und auch glaub ich das es einem auch psychisch mehr sicherheit gibt. Nicht das man sich bei jeder Windböhe an den Kopf greift.

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [Marion83](#) on Mon, 05 Nov 2012 17:53:16 GMT

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

bin echt gespannt, ob das mit haaren drunter funktioniert. wenn es für dich ok ist, fänd ich es toll, wenn du mal berichtest, wie es aussieht, wenn das gute stück angekommen ist. liebe grüße, m

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Mon, 05 Nov 2012 17:57:32 GMT

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

Ja klar da bin ich selbst gespannt drauf. Ich werde auch direkt wenn ich sie bekomme bestimmt erstmal Stunden damit beschäftigt sein mit dem rumprobieren.

Wenn alles gut klappt und ich der Meinung bin das es vorzeigbar ist kann ich ja auch mal ein Foto zeigen wie ich sie trage.

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [Marion83](#) on Mon, 05 Nov 2012 19:13:39 GMT

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

das wär toll. und würde hoffnung machen. ich drück die daumen und warte gespannt:-)

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Wed, 07 Nov 2012 18:17:21 GMT

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

Ach ja, und vielleicht noch für dich zur info Marion

hab da etwwas hier auf dem Board gefunden zum Thema Schilddrüse und Thyroxin Medikation und dieser Shedding Geschichte.

"Nach Beginn einer Thyroxin Medikation kann es subjektiv zu vermehrtem Haarausfall kommen. Paradoxe Weise ist dies aber schon als Teil des Neuwuchses und der Regenerationphase zu verstehen, da die Telogenhaare vermehrt abgestossen werden und der Zyklus wieder in die Anagenphase wechselt. Es kann vermehrt zu einer verminderten Haardichte kommen, welche jedoch nach ein paar Monaten wieder normalisiert. Es wird in dieser Phase vermehrt Flaum an der Haarlinie beobachtet. Die Haarfollikel beginnen nach oftmals langer Abstinenz vermehrt wieder zu arbeiten.

Bei wenigen Patienten kann es trotzdem vorkommen, dass die ehemalige Dichte der Haare nicht komplett wieder hergestellt werden kann. Auch schließen sich AGA und Schilddrüsenunterfunktion nicht aus.

Im Anfangsstadium ist das Telogen Effluvium oftmals nicht von einer AGA zu unterscheiden."

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [Marion83](#) on Thu, 08 Nov 2012 08:18:14 GMT

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

Danke dir. So was ähnliches hatte ich auch schon irgendwo gelesen und setze da nun all meine Hoffnungen rein... Allerdings nehm ich das LT nun schon seit Mai... Neue Haare kommen zwar nach, aber das kamen sie bei mir auch vorher. Nur leider reicht es nicht aus, um die Verluste auszugleichen und auch die neuen Haare verabschieden sich wieder. Jedenfalls halt ichs wie du und versuche mir eine Lösung zu suchen, für den Fall, das es bald nicht mehr geht. Liebe Grüße, M

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Thu, 08 Nov 2012 16:54:42 GMT

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

Das problem die neugewachsenen Haare zu halten kenne ich, hab ich ja auch. Genau das selbe schau ich mir jetzt auch an wobei ich ja zusätzlich diesen fies hohen Androstendionwert hatte habe ich da nicht mehr so ganz viel Hoffnung das meine Haare dieses Spektakel überstanden haben könnten. Ja ich nehme das Thyrox auch genau seit Mai. Aber bis ich richtig eingestellt war dauerte es bis vor etwa zwei Wochen. Vorher war der Wert noch nicht im Normalbereich. Nein, die fallen ja auch schneller als sie nachwachsen können. Ohne das es irgendwann auffällt gehts nicht. Ich glaub sonst würde uns das ganze auch nicht beschäftigen

Eben genau aus diesen Gründen habe ich jetzt auch das ersatz Haar gekauft. Sollte das nett aussehen hab ich wenigstens vielleicht nicht mehr ganz so viel Stress und Lust mich aufzuhängen.

Ig von mir

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [Marion83](#) on Thu, 08 Nov 2012 20:35:00 GMT

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

Oh je, ich les schon raus, dass dich das ähnlich mitnimmt wie uns alle hier. Ich versuch ja immer parallel an meiner Psyche zu arbeiten, mehr oder wener erfolgreich...Nur irgendwie verträgt sich das "Lösung gegen den Haarausfall" suchen nicht recht mit dem "an der Psyche arbeiten". Jeder neue gescheiterte Lösungsversuch zieht mich wieder total runter. Was meinst du, kommt der hohe Androstendionwert durch die SD-Sache? Ich weiß gar nicht so genau, was das eigentlich für ein Hormon ist (irgendein männliches halt) und welche Aufgabe es hat...Wie war das eigentlich bei dir: vermehrter Neuwuchs durch Thyrox sichtbar? Liebe Grüße, M

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [Krizzi](#) on Thu, 08 Nov 2012 20:58:22 GMT

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

Liebe Marion,

ich habe vor einem Jahr mit L-Thyrox angefangen (TSH war bei 3,08), danach kam es bei mir auch für paar Wochen zum Shedding. Habe auch bald mit Regaine begonnen.

Androstendion ist eine Vorstufe von Testosteron. Es wird in der Nebennierenrinde und in den Eierstöcken gebildet. Erhöht ist der Wert bei Hirsutismus (starke Behaarung am Körper), ovarieller stromaler Hyperkeratose, einem androgen-bildenden Tumor, Nebennierenvergrößerung, Cushing-Syndrom (durch Therapie mit Kortikoiden), Adipostias, virilisierender angeborener Nebennierenvergrößerung.

Zu niedrig wäre der Wert bei zB Nebennieren-Unterfunktion, Eierstockinsuffizienz, bei Pilleneinnahme.

Ich glaube nicht, dass die Schilddüse mit dem Androstendion zusammen hängt. Es handelt sich um 2 versch. Hormonachsen (TRH-TSH-freies T3 und T4 sowie GnRH-FSH/LH - Sexualhormone (Ovar) bzw. CRH-ACTH-Steroidhormone, darunter Sexualhormone (Nebennierenrinde). Nur zur Hintergrundinfo.

Bei Wiki steht noch:

Die Androstendionkonzentration im Blut unterliegt verschiedenen Schwankungen. Innerhalb eines Tages (zirkadiane Rhythmik) werden die höchsten Werte am Morgen gemessen. Die tageszeitlichen Schwankungen stehen dabei im Zusammenhang mit der Ausschüttung des Hormons ACTH. Bei Frauen ist die Konzentration auch zyklusabhängig: hier werden die höchsten Werte in der Follikelphase des weiblichen Zyklus gemessen

Bei Feten und Neugeborenen ist der Spiegel hoch, sinkt dann ab und erhöht sich in der Pubertät wieder. Im Erwachsenenalter bleibt er relativ konstant um dann mit zunehmendem Alter, bei Frauen insbesondere auch nach der Menopause wieder abzufallen. In der Schwangerschaft ist der Androstendionspiegel erhöht. Auch nach starken körperlichen Belastungen steigt der Androstendionplasmaspiegel.

Ich würde den Wert nochmal testen lassen und die Entwicklung beobachten.

Indiziert ist die Messung des Werts bei Virilisierung (also natürlich auch Haarausfall), PCO, Zyklusstörungen und unerfülltem Kinderwunsch.

Grüße

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Fri, 09 Nov 2012 06:42:58 GMT

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

Also seit ich das Thyroxin jetzt nehme meine ich das der neuwuchs so nach 3 Monaten schon mehr geworden ist. Jedenfalls wird das ganze dichter. Das schiebe ich aber darauf, das der Stoffwechsel dadurch wieder auf normal Tempo gebracht wird. Während er sich ja bei einer Unterfunktion auf Sparflamme befindet und alles nur sehhr sehhr laaaangsam funktioniert.

Diese Sache mit dem verflixten Androstendion und welchen Gegenspieler es hat etc erschließt sich mir auch noch nicht genau. Ja wie du schon sagtest es ist ein männliches Hormon.

Ich glaube es gelingt nur wenigen Menschen "gut" mit so einer Sitaition klar zu kommen. Und ein Universalrezept gibt es dafür nicht. Jeder Mensch ist anders gestrickt.

Und ich würde das so nicht sagen das es sich widerspricht Lösungen oder einen Ausweg aus der Misere zu suchen. Das ist nur natürlich und menschlich zu versuchen sich zu verbessern. Sorgen könnte man sich wenn man alles so einfach hinnimmt von Anfang bis Ende. Natürlich denke ich, das man irgendwann sein Schicksal einfach annimmt wenn nichts mehr zu retten ist. Aber vorher sollte man auch nichts unversucht lassen.

Subject: Aw: kann jemand an meinen werten sehen was da schief läuft?

Posted by [fellow](#) on Fri, 09 Nov 2012 07:01:17 GMT

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

Hallo Krizzi

Ich find es sehr mutig gleich nach Minox gegriffen zu haben. Und das wenn man bereits Shedding hat vom Thyroxin. Welche Ursache hatte denn dein HA oder ist dies bei dir ungeklärt?

Ich bin natürlich kein Spezialist oder gebildet auf dem Gebiet. Aber das diese Hormone gar nichts miteinander gemein haben glaube ich nicht. Ansonsten wäre der Androstendionwert ja nicht auf das Thyroxin angesprungen und gesunken. Und das ist bei mir deutlich der Fall. Wie man im Post von mir oben lesen konnte.

PCO und die üblichen Verdächtigen konnten schnell und einfach ausgeschlossen werden. Die Geschichte mit der Behaarung nach männlichem Schema bestand bei mir auch... was aber

klar ist wenn man jede Menge männliche Hormone fährt über einen gewissen Zeitraum. Die Ausprägung spielt da schon eine Rolle und ich bin heilfroh das es mich nicht so schwer erwischt hat das ich darüber nicht mehr Herr werden würde. Aber es ist schon Ironie pur, das einem Haare wachsen wo man sie nicht will und sie einem auf der Birne ausfallen.

Ig von mir
