
Subject: Selbsthypnose bei Haarausfal
Posted by [Tanjah](#) on Wed, 07 Nov 2012 09:15:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
da ich ganz neu hier bin, weiß ich nicht ,ob ihr dieses Thema hier schon hattet...
Als ich im Januar 12 einen weiteren katastrophalen HA-Schub hatte und damit natürlich meine Depression, erinnerte ich mich, irgendwann mal im TV einen Bericht über eine Frau mit alo.areata gesehen zu haben, die mit Hilfe von Hypnosen ihre Haare wieder bekam...ich googelte und fand auch die entsprechende Seite.
Also habe ich mir (man klammert sich ja an jedenStrohalm) diese Selbsthypnose-CD bestellt und sie brav jeden Tag 1-2x gehört, bis heute. Also konsequent fast 10 Monate. ich konnte mich wunderbar entspannen und auch darauf einlassen...der HA hörte 6 Wochen nach Hören der CD auf (vielleicht hätte er sowieso aufgehört???), fing aber 3 Monate später im Juni wieder an. Was will ich eigentlich damit sagen...? Bin traurig, dass es nicht funktioniert hat, obwohl ich schon irgendwie dran glaube,dass es funktionieren kann. Ein Buch, das ich gelesen habe, sagt, dass dein Unterbewusstsein und die darin vorhandenen Ängste (also nochmehr HA zu haben) z.B., genau das produziert, was man sich im Unterbewussten vorstellt. Also hab ich mir die anderen CDs bestellt,die bei regelmäßigem Hören das Unterbewusstsein "umprogrammieren" soll. WErde berichten, wie das weitergeht....
ach so, falls es euch interessiert....hier gibt´s die CD und den unglaublichen TV-Beitrag zu sehn....www.mental-vital.de
(dies soll keine WErbung sein!!!, Nur Info..) wahrscheinlich kennt ihr das schon alle hier
lg tanja

Subject: Aw: Selbsthypnose bei Haarausfal
Posted by [Brownie](#) on Wed, 07 Nov 2012 14:44:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, genau diese CD habe ich auch seit ca. 2 Jahren. Erfolg: Keinen.....
Aber....ich kann super dabei einschlafen..brauche nur 5min. hören und bin weg..
Also mein Fazit: Harmlos, schadet nix, entspannt schön und ist ne tolle Einschlafhilfe.
Kann man also ruhig kaufen. Hab schon unnötiger Geld rausgeschmissen.

Subject: Aw: Selbsthypnose bei Haarausfal
Posted by [Tanjah](#) on Wed, 07 Nov 2012 17:47:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ist ja lustig, dass das noch jemand ausprobiert hat.
Aber der TV-Beitrag ist doch wirklich erstaunlich, oder?

Subject: Aw: Selbsthypnose bei Haarausfal
Posted by [Brownie](#) on Thu, 08 Nov 2012 07:08:49 GMT

Ja, in der Verzweiflung probiert man doch fast alles aus.

Allerdings bin ich auch immer skeptisch bei solchen Internet-TV-Geschichten. Es fehlen einfach zu viele Hintergrundinformationen zum tatsächlichen Geschehen. Soweit ich weiß, gibt es bei der Areata ja auch Fälle, bei denen zuvor kahle Stellen spontan zuwachsen und der Verlauf über Jahre hinweg wieder stagniert, bevor es zu einem neuen Haarausfall kommt. Ich glaube allerdings auch, dass diese Hypnosetherapie wesentlich erfolgversprechender ist, wenn sie von dem Fachmann persönlich durchgeführt wird, als wenn man sich zuhause lediglich die CD anhört. Nur wer hat schon die Möglichkeit, sich diesen Herrn nach Hause einladen zu können?

Autosuggestion ist mit Sicherheit ein Prozess, der Dinge im Bewußtsein positiv verändern kann-das sollte man nicht unterschätzen.

Aber ob es möglich ist, damit physiologische Prozesse im Körper wie Haarwuchs zu beeinflussen....
