
Subject: Eisenmangel und Regaine

Posted by [mona18](#) on Wed, 14 Nov 2012 21:20:31 GMT

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

Hallo Forum,

falls es dieses Thema schon gibt ,weißst mich bitte daraufhin

Habe einen relativen niedrigen Ferritin Wert und schlucke deshalb schon seit ca. 5 Monaten Eisentabletten. Habe ebenfalls seit ca. 5 Wochen angefangen Regaine 2% zu benutzen. Nun habe ich ein wenig recherchiert und gelesen, dass Regaine bei Eisenmangel kontraproduktiv wirken kann (keine Studie oder ähnliches)? Hat da jemand evtl. mehr Erfahrung? Ich bin der Meinung, dass sich mein Eisenspeicher langsam aufgefüllt hat, da ich die Tabletten schon relativ lange nehme (Mache bald ein Blutbild zur Kontrolle), deshalb müsste Regaine doch einwandfrei wirken oder bringt das meine nachwachsenden 'Eisenhärchen' durcheinander?.

Ergänzend kann ich noch sagen, dass ich vor ca. 4 Jahren dasselbe Problem hatte: Eisenmangel, hoher Haarverlust ,sehr lichte Stellen_ nach Eisenaufnahme enorme Verbesserung JEDOCH behielt ich meinen etwas breiteren Scheitel.(Konnte damals kein Regaine benutzen, zu jung) Daher denke ich, dass es eben nicht nur der Eisenmangel bei ist, sondern auch eine genetische Komponente bei mir mitspielt.

Was meint ihr? Hat mich alles ein wenig erschreckt und würde mich freuen wenn mir jemand weiterhelfen könnte...

Liebe Grüße

Mona

Subject: Aw: Eisenmangel und Regaine

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 15 Nov 2012 18:02:19 GMT

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

Hallo Mona,

Zitat:Ergänzend kann ich noch sagen, dass ich vor ca. 4 Jahren dasselbe Problem hatte: Eisenmangel, hoher Haarverlust ,sehr lichte Stellen

hast Du eine Ahnung warum Dein Eisenspiegel schon einmal so dermaßen abgesackt ist? Bei mir weiß ich es....ungesunder Lebenswandel.

Eisenmangel macht diffusen Haarausfall, die Substanz wird an sich weniger,überall eben, ein breiter Scheitel ist eher untypisch.

Darf ich Dich fragen wie alt Du bist?

Erzähle mehr über Deine Ernährung, was wurde schon untersucht, hast Du Blutwerte die Du huer einstellen kannst?

Wie sind die Werte Deiner Schilddrüse, wurde sie überhaupt schon untersucht?
Nimmst Du die Pille? wenn ja, welche?

Viele, viele Fragen

lg

Subject: Aw: Eisenmangel und Regaine
Posted by [bionda](#) on Thu, 15 Nov 2012 20:26:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Mona,

ich habe das zwar auch mal gelesen, dass Regaine bei Eisen- (oder war es Ferritin-?) Mangel kontraproduktiv wirken soll (evtl. war es in einem älteren Beitrag hier im Forum), halte das aber für unwahrscheinlich.

Als ich das erste Mal mit Regaine angefangen habe, hatte ich zwar keinen Eisen-, aber doch einen manifesten Ferritinmangel (8 ng/ml). Trotzdem hat Regaine sehr gut angeschlagen.

Beim zweiten Mal, als ich mit Regaine angefangen habe, war mein Ferritinwert durch die Einnahme von Ferrosanol schon deutlich höher (61 ng/ml). Eine negative Auswirkung auf irgendwelche kurzen Härchen ist mir nicht aufgefallen.

Ich kann mir nicht vorstellen, dass Regaine deine Eisenhärchen durcheinander bringen wird.

LG

Subject: Aw: Eisenmangel und Regaine
Posted by [mona18](#) on Sat, 17 Nov 2012 12:31:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Halli Hallo !

Ich danke euch für die hilfreichen und beruhigenden Antworten!

Zitat:hast Du eine Ahnung warum Dein Eisenspiegel schon einmal so dermaßen abgesackt ist?

Ja mein Eisenspiegel war damals sehr niedrig, da ich sehr stark und drastisch abgenommen hatte, ich war 14 Jahre alt und habe ca. 10Kilo abgenommen. Dann kam ich in die Pubertät und habe mich weiterhin sehr wenig ernährt bzw. fast kein Fleisch gegessen, obwohl ich eben schon meine Periode hatte und Ernährung in der Pubertät sowieso wichtig ist. Ich hatte dann auch eine Anämie, die ich nach ca. einem Jahr Tabletten schlucken beheben konnte. Haare wuchsen super nach und wurden auch sehr lang, mein Scheitel war für andere normal, jedoch fiel meiner Mutter trotzdem auf, dass der nicht ganz so dicht ist und ich eine etwas lichtere Stelle auf dem Oberkopf hatte.

Vier Jahre später habe ich mein Abi gemacht und hatte das letzte ganze Jahr Stress, daraus resultierte dass ich mich falsch ernährt habe bzw. nicht genug. Mir ist der Eisenmangel dieses Mal leider nicht so schnell aufgefallen, da ich so viel zu tun hatte.

Im Juli 2012 lag der Ferritin Wert bei 10 oder 11 , seitdem habe ich regelmäßig Tabletten zu mir genommen. Mein Blutbild erscheint diese Woche, mal sehen wie es aussieht...

Meine Schilddrüsen Werte sind in Ordnung und die Pille nehme ich nicht.

Was ich noch ergänzen kann ist, dass meine Mutter ebenfalls Eisenmangel hat bzw. es immer wieder Perioden gab wo sie Eisenmangel hatte.

Ich verstehe eben nicht, warum der Wert bei mir so "wackelig" ist, theoretisch gesehen bin ja abhängig von den Eisentabletten, da jede Nahrungsumstellung sich sofort auswirkt. Ich möchte gar nicht erst wissen wie es sein wird, wenn ich in der Uni bin...

Liebe Grüße

Subject: Aw: Eisenmangel und Regaine
Posted by [Tanjah](#) on Mon, 19 Nov 2012 12:17:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte immer mal wieder einen schrecklichen Ferritin-Wert mit noch mehr HA. Daraufhin bekam ich 5 Eiseninfusionen verpasst, wöchentlich eine. Das hat mir gut getan und der Wert ging ruckzuck in optimale Bereiche.

Würde ich jedem mit Eisenmangel empfehlen!

Ig Tanjah