

---

Subject: Neu hier und gaaaanz traurig...hoffe auf Hilfe....

Posted by [MallorcaSunrise74](#) on Wed, 28 Nov 2012 08:52:54 GMT

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

---

Hallo zusammen, ich bin weiblich, 38 Jahre jung und bemerke seit einigen Monaten, dass meine Haare an den Schläfen bzw Seiten immer dünner bzw lichter werden. Ich hatte da schon immer eher feine Haare, aber es wird auf jeden Fall weniger! Ich habe am 17.10.2012 die Pille abgesetzt, da wir uns ein Baby wünschen, aber das mit den Haaren fing schon eher an, im Sommer. Ich war letzte Woche schon mal bei einem Hausarzt, der mich in 2 min abgespeist hat und mich irgendwie anscheinend mit meinen Ängsten nicht ernstgenommen hat. Er vermutet es sei anlagebedingter HA, aber ich sollte erst mal ne Woche lang meine Haare jeden Tag sammeln und zählen. Das Problem ist, dass mir auf dem gesamten Kopf KEINE Haare ausgehen, dass heißt ich habe nicht mehr Haare in der Bürste als sonst. Ich habe eher das Gefühl, dass die Haare an den Seiten, wenn sie ausfallen nicht mehr nachwachsen....sie sind echt dünn geworden und ein Frisur mit Haare zurück ist nicht mehr möglich (( Ich bin echt traurig und schaue jeder Frau immer auf ihre Seiten, alle haben da viele Haare....nur ich nicht (mehr).....könnte es auch eventuell stressbedingt sein? Hatte und habe beruflich oft recht stressige Tage....

Kann ich in der zwischenzeit mal Ell Cranell probieren? Hat jemand Erfahrungen damit? Ich habe leider erst Mitte Januar einen Termin bei einem anderen Hautarzt, und mein Hormonstatus kann auch erst im Januar überprüft werden, da ich ja erst vor über einem Monat die Pille abgesetzt habe....

Kennt jemand von den Mädels hier auch dieses Problem? Ich bin echt verzweifelt (((

---

---

Subject: Aw: Neu hier und gaaaanz traurig...hoffe auf Hilfe....

Posted by [Biggi01](#) on Wed, 28 Nov 2012 09:32:39 GMT

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

---

hallo Mallorca Sunrise,

willkommen im Forum, auch wenn der Anlass weiß Gott schöner sein könnte.

Schau mal im Anfangsthread, dort ist genau aufgelistet was man untersuchen lassen sollte. Ich weiß das ist eine Menge.

Erzähl noch etwas mehr, wie lebst Du, ernährst Du Dich, ist Deine SD ok?  
Von Ell cranell auf gut Glück halte ich wenig, es ist besser sinnvoll anzugreifen.

Und Du mußt im Forum ganz viel lesen, aber eins nach dem anderen.  
Und versuche vor MitteJanuar einen Termin zu kriegen, in Deinem eigenen Interesse.

Ig

---

---

Subject: Aw: Neu hier und gaaaanz traurig...hoffe auf Hilfe....  
Posted by [MallorcaSunrise74](#) on Wed, 28 Nov 2012 10:40:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Biggi01 schrieb am Wed, 28 November 2012 10:32hallo Mallorca Sunrise,

willkommen im Forum, auch wenn der Anlass weiß Gott schöner sein könnte.

Schau mal im Anfangsthread, dort ist genau aufgelistet was man untersuchen lassen sollte. Ich weiß das ist eine Menge.

Erzähl noch etwas mehr, wie lebst Du, ernährst Du Dich, ist Deine SD ok?  
Von Ell cranell auf gut Glück halte ich wenig, es ist besser sinnvoll anzugreifen.

Und Du mußt im Forum ganz viel lesen, aber eins nach dem anderen.  
Und versuche vor MitteJanuar einen Termin zu kriegen, in Deinem eigenen Interesse.

Ig

Leider bekomme ich eher keinen Termin bei einem guten Hautarzt.....und bei nem schlechten war ich ja schon (((

Also, ich habe im August nen Blutbild machen lassen als normaler Vorsorgecheck beim Hausarzt, da war nix auffälliges.....und die Schilddrüse hab ich im Oktober auch noch mal ultraschallen lassen, da war auch nix auffälliges

Ansonsten habe ich in den letzten 9 Monaten 12kg abgenommen....und ich mache immer noch "Schlank im Schlaf", aber das ist ja keine Diät, sondern eine Ernährungsumstellung...ich esse recht ausgewogen und regelmäßig. Hatte aber vorher in meinem alten Job recht viel Stress, und im September habe ich in einer Kita als Erzieherin angefangen, und da ständig Leute krank sind ist es da auch super stressig momentan.....weiß nicht ob es vielleicht daran liegt .....

Angst habe ich vor allem davor, dass ich ne Diagnose bekomme, wo es ausgeschlossen ist, dass es wieder mehr Haare werden....wenn ich wüßte, dass der HA aufgrund Stress oder Mangelernährung nur vorübergehend ist, wäre ich wahrscheinlich erleichterter....bin im moment echt down....

Ich habe vor ca einem MOnat angefangen, Schüssler Salz Nr 11 zu nehmen, das ist Kieselerde...weiß nicht ob es was bringt....klammer mich im moment an alles ((

---

Subject: Aw: Neu hier und gaaaanz traurig...hoffe auf Hilfe....  
Posted by [Cora](#) on Wed, 28 Nov 2012 14:50:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Du hast im Oktober erst die Pille abgesetzt - richtig?

Dann hab ich vor allem einen Tipp: VIEL GEDULD. Gib deinem Hormonhaushalt mal ein paar Monate Zeit, sich einzupendeln - eventuell gibt sich das ganz von selbst, und die Ecken wachsen wieder zu. Ich hab schon von einigen Frauen gehört, bei denen die Pille für Geheimratsecken und lichterem Scheitel verantwortlich war. Und bei denen es nach dem Absetzen irgendwann wieder völlig normal wurde.

Angst vor bösen Haarwachstums-Diagnosen brauchst du meines Erachtens nicht zu haben ... die wenigsten davon sind seriös. Folglich kannst du dir den entsprechenden Arztbesuch aber auch sparen. Schilddrüsendiagnostik ist mit Sicherheit sinnvoller, sowie in ein paar Monaten mal nach den Sexualhormonen schauen. Und natürlich nach Mikronährstoffen. Die Pille bringt ja nicht nur die Hormone durcheinander, sondern frisst auch die Vitaminvorräte.