
Subject: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??
Posted by [eva1111](#) on Sat, 08 Dec 2012 18:43:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Zusammen,

ich verfolge schon lange einige Themen im Forum und wollte mich nun auch mal vorstellen. Ich bin 25 Jahre alt und habe leider schon seit Jahren HA . Vor zwei Monaten war ich bei einer Heilpraktikerin, die mir Blut abgenommen hat. Sie meinte, dass es vor Allem an meinem zu niedrigen Ferritinwert liegt (44ng/ml). Auch im Laborbericht wird beschrieben, dass Ferritinwerte unter 70ng/ml von einem telogenen Effluvium begleitet sein können. Zudem ist mein Selenspiegel unterhalb des Mittelwertes und die "guten" Darmbakterien sind nicht ausreichend vorhanden. Da es mit Infusionen nicht geklappt hat, nehme ich seit zwei Monaten Eisen-, Selentabletten und Mutaflor für den Darm.

Meint ihr denn, dass der HA davon kommen kann? Und was mich eben auch wundert, wenn es wirklich ein Nährstoffmangel ist, warum habe ich dann einen lichten Scheitel ... das spricht ja eher für AGA und dann bringt die Eisensubstitution vllt auch nichts.

Übrigens nehme ich auch schon seit 8 Monaten Priorin und ich habe sehr viele kleine Haare bekommen. Das ist schon irgendwie toll, ich hoffe nur nicht, dass es NUR die Haare sind, die nach dem Shedding wieder nachwachsen.

Ich bin mir momentan irgendwie total unsicher und hoffe ihr Leidensgenossen könnt mir mit euren Erfahrungen helfen und eure Meinung mal sagen!

Viele Grüße, Eva

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??
Posted by [eva1111](#) on Sat, 15 Dec 2012 11:20:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Weiß denn dazu keiner ein Rat

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??
Posted by [lilli86](#) on Sat, 15 Dec 2012 13:38:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi, also wirklich helfen kann ich dir leider auch nicht. Als ich 2009 mal bei einer Hautärztin war, die auf HA spezialisiert sein soll, wurde mir da auch gleich gesagt das ich Eisenmangel habe/hatte und Zinkmangel, Selen und Folsäure. Damals war ich nicht von einem lichterem Scheitel/Oberkopfhaar betroffen. Die Haare am Haaransatz sind gefallen, so dass mein Haaransatz zurückging. Auch sind die Bereiche der GHE ausgedünnt und die kompletten Kopfseiten. Auch der Nacken. Also das vollste Haare

hatte ich damals am Oberkopf.

Sie sagte das bei Eisenmangel gerne mal die Haare an der Stirn ausfallen. Habe viel von dem empfohlenen Zeug eingenommen und von AGA war nie die Rede bei ihr. Ich war so erleichtert und zufrieden nach dem Besuch bei ihr. Wir sind weit gefahren zu ihr.

Tja, seltsam war, als ich die Rechnung bekam stand als Diagnose : Androgentische Alopezie drin.

Ich hab mir damals noch gedacht, dass die sicher irgendeine Diagnose hinschrieben muss sonst hätte sie mir doch sicher noch ell-cranell oder regaine empfohlen oder sowas anstatt "nur" die Tabletten um die Mängel zu beheben.

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [fellow](#) on Sat, 15 Dec 2012 14:29:15 GMT

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

Zunächst mal solltest du alle "Baustellen" behandeln. Irgendwelche Nährstoffmängel ausgleichen, Störfaktoren ausloten, alles nach einander. Nur so kannst du überhaupt ein klares Bild über den Ausfall bekommen. Ausserdem ist ein wenig Power zur Haarneubildung ja nicht falsch.

Blutkontrolle

SD

Sexualhormone

Vitamin oder Spurenelemente Mangel

Man streitet noch darüber... aber auch ich halte es auch für wichtig falls vorhandene Entzündungsherde bestehen sie auszumerzen. Oft an den oder unter den Zähnen. Alles was irgendwo nicht richtig läuft erstmal beheben. Und dann weiter schauen.

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [mike.](#) on Sat, 15 Dec 2012 14:41:34 GMT

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

wieso nimmst Du nicht Ferritin wenn ein Ferritinmangel vorliegt ???

Ferro Sanol (Signatur meine NEMs)

bis die Haare davon profitieren dauert es 1/2-1 Jahr...

ausserdem könnte (Ferndiagnosen schwierig) sich das Problem mit einer AGA Überlagern...

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [fellow](#) on Sat, 15 Dec 2012 14:51:59 GMT

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

echt so lange? boaaa zum kotzen

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [frauholle12](#) on Tue, 18 Dec 2012 00:17:43 GMT

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

@eva1111

Darf man fragen, welche Selentabletten du nimmst?

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [eva1111](#) on Tue, 18 Dec 2012 19:14:02 GMT

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

@lilli86: Das war ja schon 2009 . Und seit dem du das eingenommen hast, hat sich nichts gebessert?

@fellow:

Die Heilpraktikerin hat echt sehr viele Untersuchungen gemacht. Blut inkl. Aminosäuren, Stuhl. Ich denke mir müssten mittlerweile fast alle Mängel bekannt sein Eisen, Selen, Schilddrüsenunterfunktion, zu wenig gute Darmbakterien... Bei den Sexualhormonen hat bisher alles gepasst. Nur bei den Sexualhormonen habe ich keinen aktuellen Wert... was sollte man denn da test lassen?

Was meinst du mit Entzündungsherde und den Zähnen?

@frauholle: Cefasel 200 nutri. Musst du auch welche nehmen?

@mike: Seit Oktober nehme ich schon Ferritin. Momentan das „Dopperherz Eisen Vital Tonikum“ mit Vitamin B. Wie kommst du mit deinen Eisentabletten zurecht? Ich muss deswegen ständig mit Verstopfung kämpfen und hab schon die Dosis gesenkt.

Meine Heilpraktikerin meinte auch, dass es so lange dauert. Find das etwas deprimierend, weil man irgendwie denkt, vielleicht ist es doch was anderes, und ich hab umsonst solange „gewartet“...

Den als letzten Schritt würde ich dann doch noch das Regaine dazu nehmen.

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [fellow](#) on Tue, 18 Dec 2012 19:44:15 GMT

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

Die Gabe von Selen hat noch keinen wissenschaftlichen Erweis gebracht das es den Haaren bzw

dem Ausfall stop positiv zu gute kommt. Hab ich die Tage erst gelesen bei einem Artikel über Haaranomalien. Allerdings soll es gut für die SD sein. Im Gegenteil bei Überlagerung kann es Haarausfall machen genauso wie tolle verschrobene Fingernägel

Mit den Eisen komme ich sofern ich sie nach meiner eigenen Dosierung nehme gut zurecht. Ich vertragen nur eine halbe am Tag. sonst spielt mein Bauch verrückt und ich komme nicht mehr vom Klo. Anders kann ich es jetzt auch nicht mehr verteilen sonst überschneiden sich die Einnahmen von anderen Ergänzungsmitteln und dann wäre dann die ganze Mühe für die Katz.

Am besten alle Sexualhormone Männliche sowohl als auch Weibliche... Diese werden zwischen dem 2-5 Zyklustag bestimmt. Ausser Progesteron das ist erst ab dem 21. Zyklusstag möglich zu bestimmen.

Also es wird sich eben gestritten darum ob evt vorhandene Entzündungen im Körper zu Haarausfall führen oder ob da kein Zusammenhang besteht.

Ich hatte schlimme Weisheitszähne... einen habe ich mit viel Leid und Elend hunderten eitrigen Entzündungen zum Durchbruch (rauswachsen) gekriegt obwohl eigentlich kein Platz für da war. Als das dann mit dem zweiten Zahn genauso los ging (alle 4-6 Wochen entzündet) hab ich ein Röntgen machen lassen und siehe da totale entzündung und auch schon Knochenschwund am Kiefer. Ich hab ihn daraufhin sofort ziehen lassen obwohl ich wie man sich schon denken kann wegen dem ersten Zahn, mehr Schiß wie Vaterlandsliebe hatte desweiteren durch die Hormonstörung der SD hatte ich mit Zahnfleischtaschen zu kämpfen. Die habe ich in zwei kleineren Eingriffen dann endlich ausmerzen können. Seitdem ist endlich Ruhe in meinem Mund. Aber wenn man sich überlegt das selbst so "kleine" Herde so große Probleme machen können wie den Knochen aufzulösen will ich gar nicht wissen was das so noch alles geschwächt hat in meinem Körper. Gut, das es aufs Herz schlägt ist ja allgemein bekannt. Entzündungswerte im Blutbild waren danach auch besser

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [lilli86](#) on Thu, 20 Dec 2012 16:33:10 GMT

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

ich hab das geschätzt bis anfang 2010 genommen. Damals hab ich irgendwann nicht mehr so darauf geachtet. Neuer Job und die "Stellen" hatten sich nicht weiter verändert. Ich meine evt. eine leichte Verbesserung festgestellt zu haben wenn ich meine Haare föhnte. Ein paar Haare waren im Front bereich da bzw. nicht weiter weggegangen ABER das war ja dann schon fast 2 Jahre nach dem Ausfall. Mich beruhigte immer die Zeitspanne. Wenn die 2008 im Sommer ausfielen und ich nach zwei Jahren nichts weiter verschlimmert hat dann kann es ja keine AGA sein. Tja, jetzt mal 6 Monate die Pille abgesetzt und alles übrige lichtet sich. Was soll ich sagen. Langsam hilft sich selbst belügen nicht mehr...

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [eva1111](#) on Sun, 30 Dec 2012 12:33:07 GMT

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

Wegen dem Eisen werde ich demnächst mal wieder Blut abnehmen lassen uns schauen, was sich bisher getan hat. Zwei Infusionen hatte ich ja schon und nehme seit 3 Monaten auch die Tabletten ein. Ich würde ja auch weiter Infusionen machen lassen, aber es klappt bei mir nicht ... ich hab so mega schlechte Venen...

Wie lange nimmst du denn schon Eisen und hast du deswegen schon eine Verbesserung festgestellt?

Und die Sexualhormone werde ich auch mal wieder testen lassen.

Ist ja krass, was da in deinem Mund alles los war. Aber das müsste sich ja dann auch alles langsam bessern, nachdem das beseitigt wurde.

Ich hab mir mal so Teststreifen besorgt von der Apotheke (Combur 9). Da müsste man ja eigentlich auch erkennen, ob es irgendwelche Entzündungen im Körper gibt oder nicht. In dem Fall wären ja die Zahl der weißen Blutkörperchen erhöht.

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [eva1111](#) on Sun, 30 Dec 2012 12:42:15 GMT

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

Zitat:ich hab das geschätzt bis anfang 2010 genommen. Damals hab ich irgendwann nicht mehr so darauf geachtet. Neuer Job und die "Stellen" hatten sich nicht weiter verändert. Ich meine evt. eine leichte Verbesserung festgestellt zu haben wenn ich meine Haare föhnte. Ein paar Haare waren im Front bereich da bzw. nicht weiter weggegangen ABER das war ja dann schon fast 2 Jahre nach dem Ausfall. Mich beruhigte immer die Zeitspanne . Wenn die 2008 im Sommer ausfielen und ich nach zwei jahren nichts weiter verschlimmert hat dann kann es ja keine AGA sein. Tja, jetzt mal 6 Monate die pille abgesetzt und alles übrige lichtet sich. Was soll ich sagen. Langsam hilft sich selbst belügen nicht mehr...

Und was nimmst du momentan ein? Hast du deine Werte dann nochmal überprüfen lassen?

Ja die Pille habe ich auch schon vor Jahren abgesetzt... keine Ahnung ob ich davon HA bekommen habe oder nicht. Das war bei mir eher ein langsamer Prozess. Aber nehmen würde ich sie jetzt auch nicht mehr, weil ich nicht möchte, dass da irgendwas in meinem Körper künstlich beeinflusst wird. Zumal ich ja schon genug Tabletten am Tag einnehme .

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [fellow](#) on Sun, 30 Dec 2012 17:05:39 GMT

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

Huhu

Ja das ist auch eine Tabletten jongliererei. Dein Selen kannst du durch ein paar simple Paranüsse ersetzen. Die enthalten reichlich Selen und sind sicher sympathischer zu essen als eine Pille. Nehme ich mir für meine SD auch vor.

Diese Zahnfleisch Sache hat sich auch schon gebessert als ich das Thyroxin bekam. Mein Zahnarzt meinte das könnte durchaus ein Zusammenhang bestehen das die Unterfunktion das Zahnfleisch so wabbelig und empfindlich gemacht hat.

Ich nehme das Eisen schon lange. Hatte zeitweise anfänglich mal einen Schlendrian wo ich es nur sporadisch genommen habe. Seit ich es jetzt regelmäßig nehme sehe ich auch an den Werten eine Besserung.Von 37 auf 66.

Und nun endlich vertrage ich auch eine ganze Tablette am Tag. Und die nehme ich auch weiter.

Von den Teststreifen habe ich keine Ahnung. Meistens schlagen sich Entzündungen im Blut nieder aber es gibt seltene Fälle da verkapseln sich die Entzündungen und man sieht sie nicht.

LG

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [Traurig](#) on Thu, 03 Jan 2013 09:15:19 GMT

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

habe jetzt meinen genauen Vitamin D Wert bekommen, Wert lag bei 13, allerdings kenne ich den RB nicht. Weiß jemand ob 13 arg zu niedrig ist?

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [Binne](#) on Thu, 03 Jan 2013 10:30:40 GMT

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

Vitamin D soll mind bei 40 liegen.

Aufsättigung am Besten mit Dekristol,40000 Einheiten die Woche,dh zwei Dekristol die Woche.Mit Vignatoletten kommt man nicht weit...

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [Traurig](#) on Thu, 03 Jan 2013 10:34:29 GMT

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

Alles klar danke, soll jetzt zunächst Vignatoletten nehmen, die habe ich geschenkt bekommen vom Arzt weil er die noch da hatte, danach Dekristol !

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [Binne](#) on Thu, 03 Jan 2013 10:45:49 GMT

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

Dann füttere mal mind fünf vignatoletten am Tag...dann ist die Packung schnell leer;-)
Toll,dass dein Arzt Dekristol verschreibt:-)
Die meisten finden das völlig unnötig...

Super

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [Traurig](#) on Thu, 03 Jan 2013 11:00:04 GMT

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

ich bleibe erstmal bei einer, ich reagiere extrem schnell auf so Tabletten. Ferritin nach 8 Tabletten um 28 höher, Vitamin B nach 4 Tabletten um 38 höher...vor dem Dekristol will er den Wert auch nochmal prüfen...das einzige was bei mir komischerweise überhaupt nicht anschlägt ist Zink, der bleibt trotz Substitution konstant an der unteren Grenze des RB

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [Binne](#) on Thu, 03 Jan 2013 11:23:17 GMT

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

Wann nimmst du Zink? Zink wird am Besten verwertet zwischen fünf und acht Uhr abends!

Was nimmst du für ein Zink?

Also ehrlich gesagt... mit EINER Vignatolette wirst du nicht weit kommen... manche Ärzte empfehlen zur Aufsättigung von Vitamin D eine ganze Woche(oder sogar zwei Wochen!) lang jeweils täglich eine Dekristol und dann zwei die Woche...

Subject: Aw: Neu hier - AGA oder "nur" Eisenmangel... ??

Posted by [Traurig](#) on Thu, 03 Jan 2013 12:15:49 GMT

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

Momentan gerade Zink Verla 20mg, nehme immer so gegen 18 Uhr eine Tablette, an den Tagen an denen ich kein Eisen nehme, nehme ich morgens dazu noch eine 2. Mmh ok, dann werde ich wohl langsam mal hochfahren !
