

---

Subject: Heute im fitnessstudio

Posted by [lockentraum](#) on Mon, 28 Jan 2013 16:45:32 GMT

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

---

Hallo ins Rund,

ich hab mal ne Frage an euch. Ich war heute morgen im Fitnessstudio, da bin ich regelmäßig dreimal die Woche. Als ich am Gerätetraining war, sah ich von hinten eine Frau mit einem wirklich winzigen, dünnen Zöpfchen und dachte schon, oh das sieht aber wenig aus. Ich vergaß es dann wieder und später trainierte sie dann neben mir. Sie ist echt noch recht jung, ich schätze so Mitte Zwanzig, und sie hat wirklich ganz dünnes Haar auf dem Oberkopf. Man konnte wirklich komplett hindurch sehen. Und sie machte jetzt nicht den Eindruck, als wäre sie verzweifelt. Ich wäre so gerne mit ihr ins Gespräch gekommen, aber ich hab mich nicht getraut. Wir haben ein paar belanglose Worte gewechselt, das wars. Naja, ich hab sie auch zum ersten Mal gesehen, aber vielleicht kommt sie ja noch öfter. Was würdet ihr machen, ansprechen oder nicht? Ich würde wirklich gerne, aber eigentlich empfinde ich das schon ein wenig übergriffig. Vielleicht, wenn sie wirklich öfter da ist und man sich sonst ganz gut versteht, bietet sich ja mal eine Gelegenheit. Ich fände persönlichen Austausch wirklich prima, das Forum ist ja gut, aber sich mal mit ner Tasse Kaffee über ein gemeinsames Problem unterhalten, wäre auch mal gut.

Any ideas?

Alles Liebe Lockentraum

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio

Posted by [hashi](#) on Mon, 28 Jan 2013 16:58:49 GMT

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

---

Hallo lockentraum

wenn ich diejenige wäre könntest du mich ohne weiteres sofort darauf ansprechen, ich bin nämlich nicht empfindlich und gehe offen mit meiner Halbglatze um...es sieht ja eh jeder. Ich habe aber bei ein paar Usern hier schon herausgehört, das sie sehr verzweifelt sind wegen ihrer Haare ( und glaube mir, sie haben ganz oft noch mehr Haare als ich ) und deshalb würde ich abwarten und mal sehen ob und wie ihr euch annähert...dann spricht allerdings nichts dagegen.

ich fände es auch super , wenn ich mal Frauen kennenlernte könnte , die das gleiche Problem wie ich haben-und das sogar mal persönlich zu bekakeln wäre spitze...aber ich wohne hier am \*\*\*\*\* der Heide und ins Fitnesscenter gehe ich nicht ( wobei mir das mal gut tun würde )

liebe Grüße

hashi

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio

Posted by [bionda](#) on Mon, 28 Jan 2013 16:58:51 GMT

---

Hi Lockentraum,

das lässt sich schwer vorhersagen, wie sie reagieren würde, aber ich weiß, dass es für mich damals, als ich so dünne Haare hatte, ganz schlimm gewesen wäre, wenn mich jemand darauf angesprochen hätte. Aus dem Grund würde ich auch nie jemand anderes darauf ansprechen. Was ich aber vielleicht täte, wenn ich ein Gespräch zu diesem Thema suchen würde, wäre, einfach von mir und meinem eigenen Haarproblem zu sprechen. Dann könnte man sehen, ob sie darauf anspringen würde.

LG

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio  
Posted by [Cora](#) on Mon, 28 Jan 2013 17:05:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zugegebenermaßen schwierige Frage!

Hab selbst schon oft sowas gedacht - ich seh ständig Frauen mit echt wenig Haaren und / oder sehr lichtem Oberkopf (ok, ich seh mindestens genauso viele mit Traumhaaren ) und bin mir sicher: Wenn ICH die auf die Haare anquatschen würde, käme das total Panne rüber - weil man mir als Außenstehender mein Haarproblem nicht wirklich ansieht.

Aber ich denke mir, wenn die Situation ungefähr vergleichbar ist - muss nicht das gleiche Ausfallmuster sein, aber halt ein genauso "deutlich erkennbares Problem" - dann kann das doch durchaus freundschaftlich überkommen.

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio  
Posted by [Jolina](#) on Mon, 28 Jan 2013 17:23:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

ich hab das schon zweimal versucht, bei Frauen, die SICHTBAR androgetische Alopezie hatten.

Das heisst, ich hab in derIch Form gesprochen, nach dem Motto:." Mist, ich hab so einen Haarausfall, die werden immer dünner."

Ich wollte so indirekt natürlich ein Gespräch anfangen, die Frauen zum Sprechen bringen.Fehlanzeige.grins. Die sagten dann :." Ach Mensch, ist ja Mist.Sind vielleicht die Wechseljahre etc. "

Ich fand das irgendwie lustig.Entweder die hatten keinen Bock, mit mir darüber zu sprechen

---

oder die nahmen ihr eigenes Haarproblem gar nicht als solches wahr.

Jolina

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio

Posted by [möchtegernrapunzel](#) on Mon, 28 Jan 2013 19:45:52 GMT

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

---

Hallo Lockentraum,

ich kann dein Bedürfnis, die Frau darauf anzusprechen, nachempfinden. Würde mich allerdings jemand darauf ansprechen bzw. mit mir das Gespräch darüber suchen, würde mich das gleich in die nächste Depression treiben. Man redet sich die Dinge ja irgendwie schön und hofft, dass andere das Problem nicht so wahrnehmen. Aber die Wahrheit wäre dann niederschmetternd.

Liebe Grüße  
mgr

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio

Posted by [lilli86](#) on Mon, 28 Jan 2013 21:53:34 GMT

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

---

ich würde daran kaputt gehen wenn mich jemand darauf anspricht. Fremd oder nicht fremd, egal. Aber jeder scheint da anders zu ticken. Ich sehe auch oft frauen und schäme mich schon dafür wenn ich da hinschau aus Angst sie könne das merken und sich dann wegen mir schlecht fühlen. Deshalb würde ICH sie nicht ansprechen. Nach dem Motto: was du nicht willst das man dir tu..... Aber ich hab auch schon oft gedacht: vielleicht weiss sie gar nichts von ihrem haarverlust. Ich hab schon komilitoninen getroffen mit lichtem haar denen gar nicht bewusst war das sie haarausfall haben. Eine sagte mal : "früher waren meine haare dicker" darauf ne andere (wohl im scherz) "kriegst ne glaze" und sie" das sagt meine mutter auch immer" und lacht dabei. Ihr scheitel ist breiter . noch nicht wirklich katastrophal aber dennoch zu sehen. (wahrscheinlich weil ich mich mit nichts anderem beschäftige) geschätzt ludwig 1-2 bei ihr. Das mal als bsp. für jeweilige empfindlichkiet. Würde das zu mir einer sagen würd ich einen heulkampf bekommen.

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio

Posted by [lockentraum](#) on Tue, 29 Jan 2013 06:15:15 GMT

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

---

Hallo ihr,  
danke schon mal für eure Antworten. Ich habt wirklich alles gesagt, was ich auch schon angedacht habe. Ich würde, wenn ich denn irgendwann etwas sagen werde, auch von meinem Haarproblem ausgehen. Aber mein Status ist mit ihrem dann doch noch nicht zu vergleichen, ich

---

denke Außenstehende sehen bei mir mittlerweile nicht mehr viel. Und dann denke ich, wenn sie von ihrem Haarproblem weiß, findet sie meins lächerlich. Dass sie es nicht weiß, kann ich mir kaum vorstellen, aber vielleicht hat sie einfach nicht so ein Problem damit. Wie dem auch sei, ich warte jetzt erst mal ab, ob ich sie überhaupt noch mal sehe und wie sich das dann entwickelt. Alles Liebe Lockentraum

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio  
Posted by [Cora](#) on Tue, 29 Jan 2013 09:36:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

lockentraum schrieb am Tue, 29 January 2013 07:15 Aber mein Status ist mit ihrem dann doch noch nicht zu vergleichen, ich denke Außenstehende sehen bei mir mittlerweile nicht mehr viel. Und dann denke ich, wenn sie von ihrem Haarproblem weiß, findet sie meins lächerlich.

Ja, genau das hab ich gemeint. In so nem Fall würd ich die andere NICHT ansprechen - da hätt ich zuviel Schiss, dass es falsch rüberkommt und / oder verletzend ist.

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio  
Posted by [sunflower3](#) on Tue, 29 Jan 2013 16:35:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich fänd es auch nicht gut ... das würde nämlich bedeuten ich im mit dem kaschieren aufgefliegen.  
Aber wenn ihr euch besser kennt dann kannst du ja mit deinen Haaren anfangen vll. steigt sie darauf ein???

sun

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio  
Posted by [Darla](#) on Tue, 29 Jan 2013 18:02:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Gute Abend,

also ich würde versuchen, sie etwas besser kennenzulernen, wenn das möglich ist. Wenn Du sie dann besser kennst, kannst Du vielleicht besser einschätzen, ob man sie darauf ansprechen kann oder lieber nicht.

Gruß

---

Darla

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio

Posted by [lockentraum](#) on Tue, 29 Jan 2013 18:29:20 GMT

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

---

Hallo ihr,

vielen Dank, dass ihr euch weiterhin Gedanken macht. Ich werde jetzt mal schaun, ob ich sie noch öfter sehe, vielleicht ergibt sich ja dann was.

Sunflower, ich habe nicht den Eindruck, dass sie versucht zu kaschieren, dann fände ich ein Gespräch noch viel schwieriger. Den Fall hatte ich heute gesehen, an der Kasse stand eine Kassiererin, die schon ganz lange da ist und die schon immer sehr dünne Haare hatte. Heute war der Haaransatz auf einmal ganz dicht und dunkel, sie hat eindeutig mit Concealer und Schütthaar gearbeitet. Und ich fand das sehr auffällig, viel zu dunkel und kleine Fusseln waren auf der Stirn. Meiner Freundin ist jedoch nix aufgefallen, erst nachdem ich sie drauf aufmerksam gemacht habe. Das zeigt mir wieder, das Leute, die mit dem Problem nix zu tun haben, auch nicht so auf die Haare achten und denen auch so schnell nix auffällt, denn für meine Begriffe war das hier echt nicht zu übersehen.

Und diese Dame hätte ich im Leben nicht angesprochen, weil es da ja ganz deutlich ist, wie peinlich es ihr ist.

Liebe Grüße Lockentraum

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio

Posted by [tividi](#) on Tue, 29 Jan 2013 20:16:56 GMT

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

---

Hallo Lockentraum,

also ich finde das auch schwierig.. Ich kann nur sagen, mir wäre das seeehr unangenehm würde mich wer darauf ansprechen. Wahrscheinlich würden mir auch noch sofort die Tränen kommen

Aber ich wollte auch noch was dazu sagen, vonwegen deiner Geschichte mit der Kassiererin und das deiner Freundin das garnich aufgefallen ist..

Mein Mann und ich waren letztes Jahr mal mit unserer Tochter bei einem Kinderarzt zur Vertretung und da hatte die Arzthelferin, die auch noch sehr jung war, wirklich extremst liches Haar.

Hab ich natürlich sofort gesehen. Und meinem Mann dann auch hinterher halt auf ihre Haare angesprochen. Und er meinte nur, hä nee is mir garnix aufgefallen...

Hätte man eigentlich unmöglich übersehen können. Weiß garnicht wie er das geschafft hat..

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio  
Posted by [angorakatze](#) on Tue, 29 Jan 2013 21:29:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey!

Ich geb auch noch eine Geschichte drauf

Eine Bekannte erzählt mir, dass sie die 3-Monats-Spritze (Verhütung) benutzen möchte. Ich sagte zu ihr das sie sich vorher gut darüber informieren soll, denn mein HA hätte während der Einnahme begonnen.

Und sie so: HA hab ich auch wenn ich dusche.

Das zeigte wieder: Wenn man keinen HA (mit ausdünnung) hat glaubt man im Leben nicht dran welchen zu bekommen.

Und das mein Haarstatus von ihr scheinbar nicht als so problematisch eingestuft wird. Wobei es bei mir doch aber stark sichtbar ist.

Wenn ich von einer Frau unter vier Augen höflich auf meinen HA angesprochen werden würde, fände ich das noch in Ordnung. Ich könnte ja immer noch sagen, dass ich nicht darüber reden mag.

LG angorakatze

---

---

Subject: Aw: Heute im fitnessstudio  
Posted by [Fidentia-Hair](#) on Thu, 14 Feb 2013 16:49:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wegen dem Concealer und Schütthaar: Ich hoffe ich war nicht einer der Fälle bei denen den Leuten etwas aufgefallen ist und niemand hat es angesprochen ^^

Aber eigentlich lassen sich die Mittel doch so auftragen, dass es nicht auffällig ist. Vielleicht hat sie auch wirklich einfach zu viel des guten aufgetragen. Man tendiert als Anwender schnell dazu, zu viel Dichte zu wollen. Ich musste mich da auch bremsen. Aber irgendwann wurde einigen indirekt klar, dass ich die Sachen benutze, weil die meinen Webshop sahen und die meinten ihnen sei nie etwas aufgefallen.

Es ist ganz wichtig eine gewisse innere Ruhe zuzulassen. Egal welche optische Lösung man für sein Haarproblem findet und mit dieser Lösung dann so lebt, dass man sie ständig anzweifelt und sich fragt und bangt (hoffentlich sieht es niemand) wird man nie glücklich.

Natürlich ist eine medizinische Lösung die beste, sodass man wieder natürliches Haar hat aber die Suche nach dieser Lösung kann dermaßen nervenaufreibend sein. Ich hab das alles

durchgemacht: keine Shampoos mehr, sondern mit Eiern und Seife waschen, Minoxidil, Kieselerde, Zink, Arztbesuche, Tests usw.

Manchmal war mir danach die Haare auszureißen, weil mich nichts einer Lösung wirklich näher brachte. Da war mir die optische Lösung doch das konkreteste und dadurch auch das beruhigendste.

---