
Subject: diffuser HA seit 22 Jahren chronisch und in Schüben

Posted by [b-maria](#) on Fri, 15 Mar 2013 19:54:18 GMT

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

Liebe Frauen,

zu mir: leide schon seit ca. 22 Jahren an HA, meiner Meinung nach diffus chronisch und in Schüben. Die ersten 2 Jahre meines HAs habe ich jeden Tag/Nacht geweint. Dann war ich ausgeweint. In der Zeit unzählige Arztbesuche, Unikliniken, Zahnsanierung, Tausende von Euros für die verschiedensten Therapien, Mittelchen und Arztbesuche ausgegeben
Diagnose immer: alles ok. Nichts hat wirklich etwas gebracht.

Gerettet hat mich die ganzen Jahre nur mein Neuwuchs. Das ist wirklich das einzige was ich aus der langen HA-Ausfallzeit gelernt habe. Hauptsache Neuwuchs.
Während meiner Schübe immer so HA-Ausfallzahlen beim Haarewaschen 300-400; an Nicht-Haarwaschtagen 40-50, in guten Zeiten so 150 beim Waschen, 20 an Nichtwaschtagen und es gab auch ganz, ganz gute Monate dazwischen mit fast Nix.

Dann bin zum Thema HA viele lange Jahre (20!!!) lang zu keinem Arzt mehr (nur die Kinderärztin meiner 2 Kinder hat mich mitbehandelt) konnte mich mit meinen Fusseln immer noch so einigermaßen durchmogeln. Keine schönen Haare, Frisur lachhaft, aber wenigstens noch die eigenen Haare.

Seit Juli 2012 hab ich einen externen Schub.

Also bin ich über meinen Schatten gesprungen und bin zum Arzt, Internist, ach Frau xxx Sie sind ja so schön schlank und man sieht nichts. Dann fahre ich mir einmal kurz durch die Haare und lege ihm so 10 Haare auf den Tisch. Erst dann wurde er aktiv Großes Blutbild - Diagnose lt. Telefon - nix Auffälliges - kerngesund.

Dann hab ich mir einen Termin beim Endokrinologen - 4 Monaten Wartezeit geben lassen.

Jetzt meine Bitte: könnt ihr meine Ergebnisse bewerten; beim stillen Mitlesen die letzten Wochen hab ich gemerkt, ihr wisst so viel und ich eigentlich nix

Nur weil ich darauf hingewiesen hab, dass ich Vegetarier seit Kindheit bin, wurde Ferritin und Vitamin B12 getestet.....

TSH basal 4,36 (0,27 - 2,50)

FT3 2,8 (2,0 - 4,4)

FT4 9,3 (9,3-17)

gemessen am 7. Zyklustag und ich bin 49, noch regelmäßige kurze Zyklen von 22 Tagen, waren bei mir noch nie länger als 24 Tage

Estradiol 190,1 (12,5 - 498)

FSH 42,7 (0,0 -0,0)

LH 32,0 (0,0-0,0)

andere Hormonwerte wurden nicht bestimmt

Ferritin 45,9 (15,0 - 150)

Vit. B12 255 (191 -663)

Vit D 71,8 (25 - 116)

Endokrinologin hat mir Thyronajod 50 verschrieben.

Bin für jeden Tipp dankbar.

Danke und LG

Subject: Aw: diffuser HA seit 22 Jahren chronisch und in Schüben

Posted by [Tanjah](#) on Fri, 15 Mar 2013 20:19:13 GMT

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

Hallöchen,

also mir fallen sofort dein viel zu hoher TSH-Wert auf. Und dein niedriger Ft4-Wert. Das spricht sehr deutlich für eine Schilddrüsenunterfunktion bzw Hashimoto. Du solltest den Arzt unbedingt auf Thyroxin-Medikation ansprechen. Wenn die Schilddrüse nicht richtig arbeitet, kann das extrem auf die Haare gehen. Aber mit SD-UF kennen sich hier andere viel besser aus als ich. Ich nehme seit einer Woche erst LT und meine WERte sind besser als deine. Außerdem ist dein Ferritinwert nicht haarfreundlich genug. Du könntest Eisentabletten nehmen oder -besser- ein paar Eiseninfusionen. Das lass ich bei mir auch ab und zu machen.

bin leider auf dem Sprung, hoffe, die anderen Mädels können dir ausführlicher Auskunft geben.

Ig tanjah

Subject: Aw: diffuser HA seit 22 Jahren chronisch und in Schüben

Posted by [Ataba](#) on Fri, 15 Mar 2013 20:35:52 GMT

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

Warum spricht der TSH eventuell für Hashimoto??

Tanjah schrieb am Fri, 15 March 2013 21:19Hallöchen,

also mir fallen sofort dein viel zu hoher TSH-Wert auf. Und dein niedriger Ft4-Wert. Das spricht sehr deutlich für eine Schilddrüsenunterfunktion bzw Hashimoto. Du solltest den Arzt unbedingt auf Thyroxin-Medikation ansprechen. Wenn die Schilddrüse nicht richtig arbeitet, kann das extrem auf die Haare gehen. Aber mit SD-UF kennen sich hier andere viel besser aus als ich. Ich nehme seit einer Woche erst LT und meine WERte sind besser als deine. Außerdem ist dein Ferritinwert nicht haarfreundlich genug. Du könntest Eisentabletten nehmen oder -besser- ein paar Eiseninfusionen. Das lass ich bei mir auch ab und zu machen.

bin leider auf dem Sprung, hoffe, die anderen Mädels können dir ausführlicher Auskunft

geben.

Ig tanjah

Subject: Aw: diffuser HA seit 22 Jahren chronisch und in Schüben

Posted by [Ataba](#) on Fri, 15 Mar 2013 20:39:31 GMT

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

Hi du,

Also von viel zu hoch würd ich jetzt bei deinem TSH pauschal nicht reden. Viele Ärzte werden da noch gar nicht tätig. Aber ja, er ist alles andere als gut. Der muss runter. Hast du denn sonst irgendwelche unterfunktionsbeschwerden? Müdigkeit? Gewichtszunahme?

Solltest du Hashimoto haben, dann machst du es mit Jodgabe nur schlimmer.

Lg

Subject: Aw: diffuser HA seit 22 Jahren chronisch und in Schüben

Posted by [b-maria](#) on Fri, 15 Mar 2013 20:59:32 GMT

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

Lieben Dank für die Antworten.

Keine Gewichtszunahme; sonstige Beschwerden, hm, bin momentan ziemlich down und antriebslos - schieb ich aber auf die hohen HA-Ausfallraten - ziehen mich schon total nach unten, Stress hab ich die letzten Monate auf Null reduziert, hab schon Angst mein Arbeitsgeber stellt mich aus, keine einzige Überstunde mehr, nix da, mich nur noch auf der Couch entspannt und ich hab jetzt noch mal auf dem Laborbogen nachgesehen- unter TSH basal steht noch Anti-TPO 17,5 (0,0 - 34)

TRAK <0.30

LG

Subject: Aw: diffuser HA seit 22 Jahren chronisch und in Schüben

Posted by [Mimi17](#) on Sat, 16 Mar 2013 09:47:23 GMT

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

Hallo Maria

also ich finde Deinen TSH auch viel zu hoch. Du hast ja sogar das Glück, dass das Labor Deiner Ärztin mit der "neueren" oberen Norm von 2,5 arbeitet. Das zeigt sehr deutlich, wie weit Du drüber bist.

Ich gehe davon aus, dass Du Tyronajod bekommen hast, weil Du keine autoimmun-Antikörper hast. Das heißt, Deine Ärztin hat keinen Hinweis auf Hashimoto gefunden (oder auch MB).

Wenn keine Autoimmunkrankheit vorliegt, sollte das Jod auch nicht schaden. Außerdem weisen Dein LH/FSH und Deine verkürzten Zyklen auf die nahenden Wechseljahre hin. Dein Östrogen-Wert sieht ganz gut aus, schade, dass Du keinen Progesteron-Wert hast. Die verkürzten Zyklen sind ein Indiz für fehlende Eisprünge und damit für fehlendes Progesteron. Ob das bei Haarausfall gut oder schlecht ist, daran scheiden sich die Geister - dazu könntest Du mal die Forumssuche bemühen, sonst muss ich hier so viel schreiben

Dein Vitamin D-Wert sieht gut aus - entweder Du bist generell viel draussen oder Du warst gerade im Urlaub an der Sonne. Sonst muß ich nach Deinem Geheimnis fragen..

Aber Deinen Vitamin B-12- und Ferritin-Wert halte ich für schwach. Ein paar Eisentabletten würden Dir nicht schaden und wegen des B12-Wertes könntest Du nochmal beim Arzt den Holo-TC-Wert bestimmen lassen. Der ist bezüglich B12 aussagekräftiger. Dazu kannst Du Dich im ht-mb-Forum gut schlau machen (unter Menüpunkt "Forumswissen" steht ganz viel dazu.) Das würde Dir vermutlich auch nochmal einen Energieschub verpassen (und Deinen Arbeitgeber freuen und die Couch arbeitslos machen)

Liebe Grüß

Mimi

Subject: Aw: diffuser HA seit 22 Jahren chronisch und in Schüben

Posted by [b-maria](#) on Sat, 16 Mar 2013 17:29:02 GMT

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

Liebe Mimi,

danke für deine Antworten. Hab heute schon fleißig im Forum recherchiert.

Mein Progesteronwert wurde nicht untersucht, ist aber bestimmt meinem Alter entsprechend niedrig.

Habe heute früh 1/4 Tablette von Thyronajod genommen. Werde ganz langsam einschleichen. Selen, Zink und Yamswurzelkapseln nehm ich ab nächste Woche noch dazu. Soll sich ja positiv auf die Schilddrüse auswirken.

Eisenwert, ja den will ich steigern. Aus der Apotheke hab ich mir heute ferro sanol duodenol besorgt.

Vit. B12 - dachte an Methylcobalamin - hol ich mir nächste Woche aus der Klös.... Apotheke

Und nun zu meinem Vitamin-D Geheimnis: in den Wintermonaten esse ich regelmäßig wöchentlich 2-3 Avocados und nehme Shi-Take Kapseln.

Liebe Grüße
