

Hallo ihr Lieben,

ich bin etwas verzweifelt, wie (fast) alle hier, habe mich nat. durch fast alle Beiträge durchgelesen und massenhaft gegoogelt. Jetzt wollte ich doch noch Mal die Chance nutzen meine Geschichte zu schildern, in der Hoffnung irgendjemand schlauerer als ich hat vl. eine Idee wie ich weiterverfahren könnte ...

Zunächst zu mir:

weiblich,  
27 Jahre alt  
keine Pille  
keine bekannten Erkrankungen  
keine Drogen o.ä.  
Raucherin (10 am Tag)  
Schulterlange glatte, dunkle und dünne Haare.

Ich habe seit zehn Jahren schon immer mal wieder mit Haarausfall zu kämpfen gehabt, mal mehr mal weniger. Fast immer wurde es auf Stress oder die Jahreszeit geschoben. Ein Mal hieß es das Absetzen der Pille mit 19 Jahren war Schuld, mal war es schlechte Ernährung, mal dies mal das.

Es wurde vor einigen Jahren ein Tricho gemacht mit dem Ergebnis, dass ich anlagebedingt Haarausfall hätte (diffus) und immer mal wieder viele Haare auf ein Mal in der Ruhephase wären... schön und gut. Ich habe das dann so hingenommen, da bei mir keinerlei Mittelchen angeschlagen haben, häufig wurde die ohnehin schon trockene Kopfhaut nur noch juckender, so dass ich es meist einfach gelassen habe. In den meisten Fällen geht der Haarausfall dann auch irgendwann wieder zurück und ich muss eben damit leben, dass mein Haarstand generell eher dünn ist, jeder Friseur bemerkt das und bemerkt auch die nachwachsenden Haare am gesamten Kopf.

So. Das war bisher der Fall.

Jetzt aber habe ich Haarausfall wie noch nie in meinem Leben - es sind täglich etwa 500-800 Jahre, die ich als geübte Zählerin schätzen kann. Trage die Haare jetzt nur noch oben und wasche alle 4-5 Tage mit Eubos- Shampoo aus der Apotheke.

War gestern auch bei meinem Arzt und hab ihm das Bündel Haare auf den Tisch gelegt und er meinte: WOW. Hat ihn richtig geschockt und will mich jetzt an die Uniklinik verweisen, da er selsbt überfordert ist. Damit und mit meinen weiteren Symptomen auch (trockene Haut, Müdigkeit, Schuppenbildung, Juckreiz, Konzentrationsschwäche, Magendarmsymptomatik, Hitzewallungen, Missempfindungen, PMS, usw. Gut geht es mir selten).

Wir führen gerade zudem eine Eiseninfusionstherapie durch, da mein Eisenwert (Ferritin lag im Januar bei 14/ Referenzbereich 15-150) grenzwertig niedrig sei, wenngleich er laut Arzt noch nicht anämisch wäre (das sagt das restliche Blutbild). Und da ich aufgrund der Magengeschichten die Eisentabletten/ Floradix sehr schlecht vertrage.... haben auch schon über eine Eisenaufnahmestörung nachgedacht aber kam nicht viel bei raus.

Habe dann zudem in den letzten Tagen Zinktabletten von Verla genommen, da ich gelesen habe das würde die Eisenaufnahme beschleunigen - kenne aber den aktuellen Wert nicht, wie gesagt Stand Ferritin war Januar, mein Arzt will erst nach der nächsten Infusion wieder bestimmen ...

Schilddrüsenwerte sind scheinbar ok.

Hormonstatus sollte evtl. gemacht werden, wenngleich mein Arzt meinte dass ich dann auch andere Beschwerden haben müsste (Stichwort Vermännlichung) - habe aber sonst keinen Haarwuchs o.ä.

Zudem habe ich niedrigen Blutdruck und immer mal mit Schindel zu kämpfen ... aber irgendwie scheint das alles nicht in Verbindung zu stehen.

Was ich noch dazu sagen kann ist, dass ich vor etwa 3 Monaten die Pille Danach nehmen musste, habe schon überlegt ob der HA damit in Verbindung stehen könnte - wäre ja auch ein hormoneller Eingriff ...

Bin schon sehr verzweifelt, die Kopfhaut juckt auch recht stark und ist trocken, es fallen seit ca. 5-7 Tagen sehr stark die Haare aus, vorher waren es ca. 200-300 Haare am Tag, jetzt sind es gut und gerne 800 im Schnitt. Auch die Haut am restlichen Körper ist mittlerweile sehr trocken und juckt (tendenz zur Neurodermitis ist seit Geburt gegeben) ....

So. Nun zu euch:

Hat jemand eine Idee was das sein könnte?

Kennt jemand vl. die Symptome?

Kann das alles am Stress liegen? (Studium eben beendet, noch keine eigene Wohnung/ Arbeit gefunden - auch gerade gar keine Gedanken frei dafür)

Mein Arzt hat an Umweltgifte gedacht - könnte daran etwas sein?

Oder an Verspannungen im Rücken/ Nacken?

Bin wirklich verzweifelt und warte nur noch auf die Überweisung in die Uniklinik ...

Aber evtl. hat ja jemand eine Idee auf die ich bislang noch nicht kam?

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen  
Posted by [Amorino](#) on Thu, 09 May 2013 10:28:50 GMT

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

---

Hat denn niemand von euch eine Idee oder schon ähnliches durchgemacht???

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen  
Posted by [Biggi01](#) on Thu, 09 May 2013 11:09:04 GMT

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

Hallo Amorino,

es ist wohl Dein Bericht der uns erschlägt.

Ganz wichtig für Dich ist der Link auf der  
Startseite:[http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/t/1\\_360/](http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/t/1_360/)  
Dort findest Du alles was Du untersuchen lassen solltest.

Du schreibst:Zitat:keine bekannten Erkrankungen und dann schreibst Du folgendes:  
Zitat:Damit und mit meinen weiteren Symptomen auch (trockene Haut, Müdigkeit,  
Schuppenbildung, Juckreiz, Konzentrationsschwäche, Magendarmsymptomatik, Hitzewallungen,  
Missempfindungen, PMS, usw. Gut geht es mir selten

Es wird Dir auch Niemand sagen können, ob Dein Haarausfall vom fehlenden Eisen, der  
Magendarmsymptomatik oder vom PMS herrührt.

Du schreibst:Zitat:Schilddrüsenwerte sind scheinbar ok.  
Hormonstatus sollte evtl. gemacht werden, wenngleich mein Arzt meinte dass ich dann auch  
andere Beschwerden haben müsste (Stichwort Vermännlichung) - habe aber sonst keinen  
Haarwuchs o.ä

Laß die SD abklären, steht aber auch im Anfangslink.  
Es macht auch keinen Sinn einfach so Zink zu nehmen, laß es abklären.  
Zitat:Mein Arzt hat an Umweltgifte gedacht - könnte daran etwas sein  
kann bei einer gründlichen Blutuntersuchung untersucht werden.  
Zitat:Kann das alles am Stress liegen? (Studium eben beendet, noch keine eigene Wohnung/  
Arbeit gefunden - auch gerade garkeine Gedanken frei dafür  
Kann sein, kann aber auch nicht sein, denn Haarausfall bedeutet Stress und es ist unmöglich  
den Stress, den man vor dem Haarausfall hatte, unter dem zusätzlichen Stress des  
Haarausfalles abzubauen.

Zitat:Oder an Verspannungen im Rücken/ Nacken

glaube ich nicht, den haben doch fast alle.

Also besorg Dir Termine um alles abklären zu lassen, dann sehen wir weiter.

Ig

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen  
Posted by [Mai Glöckchen](#) on Thu, 09 May 2013 15:49:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nur kurz (auch ich finde das grad etwas viel und würde mich meiner Vorrednerin in allen  
Punkten anschließen).  
Dein Ferritin ist nicht grnezwertig niedrig, sondern sehr deutlich zu niedrig!  
15ng/dl ist ein total veralteter Sollwert. Du solltest auf jeden Fall über 40ng/dl liegen, besser  
noch über 70ng/dl, optimal ist über 100.  
Also gut, dass du schon Eiseninfusionen bekommst.  
Dass du mit dem Mangel müde und unkonzentriert bist, wundert mich nicht. Deine

Schilddrüsenwerte könnten bei so einem Mangel auch deutlich gelitten haben. Pass auch da auf: meist wird nur der TSH-Wert bestimmt, der veraltet Wert sagt, dass es bis zu 4 oder sogar 5 noch okay ist. AKtuell gilt aber, dass man nicht über 2,5 liegen sollte. Optimum liegt so bei grob 1. Am besten werden noch FT3 und FT4 mitbestimmt und wenn du es hinkriegst, das arauszuhauen noch mehr Werte (Ansprechpartner sind Endokrinologen und Nuklearmediziner). Schilddrüsenwerte und Eisenwerte beeinflussen sich aber gegenseitig.

---

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen  
Posted by [Amorino](#) on Thu, 09 May 2013 22:58:35 GMT

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

---

Ganz ganz lieben Dank euch beiden!

Ja, ich weiß ist ganz schln viel, daher hat mein Hausarzt und ein bisschen Probleme da mit mir richtig durchzusteigen. Er meinte aber selbst, dass die Laborwerte per se ziemlich unzuverlässig seien und hat jetzt einen Termin in der Uniklinik ausgemacht um mich da mal stationör ein paar Tage durchchecken zu lassen, das allerdings halte ich für etwas übertrieben .... ambualnt ein paar Tests gerne, aber stationär --- an Haarausfall ist ja bekanntlich noch niemand gestorben. Aber gute Idee, das mit den Schilddrüsenwerten, ich habe auch schon daran gedacht, aber laut meinem HA waren die bisherigen Werte (ich weiß nicht genau was da üblicherweise bestimmt wird) vollkommen I.O. Aber seiner Meinung nach sei ja auch der FE vollkommen in Ordnung ... Was meint ihr, wäre es eine Überlegung auch mal an Umweltgifte zu denken oder ist das Humbuk?

Habt ihr selbst einen Grund für euren HA finden können?

---

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen  
Posted by [Biggi01](#) on Fri, 10 May 2013 09:43:49 GMT

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

---

Hallo Amorino,

es ist sicherlich mal ganz interessant welche Gifte man so in sich trägt.  
Ich wurde auf Einiges getestet, das war Quecksilber, Blei und noch was anderes.  
Auswirkungen auf meinen HA hat es nicht gehabt.

Vielleicht wenn Du in Fukushima gewesen bist....aber sonst....

Ich habe den Grund für meinen Haarausfall gefunden.

Ig

---

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen  
Posted by [b-maria](#) on Fri, 10 May 2013 12:10:35 GMT

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

---

Hallo Amorino,

wenn ich mir deine Geschichte durchlese, finde ich mich wieder.

Ich selbst kämpfe schon mit Haarausfall seit 22 Jahren, in Schüben die unterschiedlich lange anhalten. Dauer der Schübe mal 6 Monate, auch mal 2 Jahre, mit Pausen von unterschiedlicher Länge dazwischen. Von den Ärzten wurde und wird es natürlich auch immer auf Stress oder sonstiges geschoben.

Auch bei mir wurde von vielen ein Trichogramm gemacht mit dem Ergebnis, chronisches diffuses telogenes Effluvium mit unbekannter Ursache. Von der Uniklinik wurde mir dann noch Ket-Shampoo und 1 Großpackung Pantovigar mitgegeben und entlassen.

Irgendwann habe ich es dann auch aufgegeben, so hingenommen, 12 Jahre lang Pantovigar eingenommen und die haarausfallfreien Zeiten auf die Wirksamkeit von Pantovigar geschoben. Irgendwann konnte ich diese Kapseln nicht mehr ertragen und hab sie dann weggelassen und es hat mein Haarausfallmuster nicht beeinflusst. Also Wirksamkeit des Präparats bei mir gleich null.

Bei jedem Haarausfallschub habe ich extrem juckende Kopfhaut mit Schuppen, ohne Ket-Shampoo gelbe klebrige, mit Ket weiße zum Abkratzen.

Auch mein Haarstand ist sehr dünn, ein Alptraum für jeden Friseur.

Früher hatte ich immer noch extrem viel Neuwuchs, Dauerantennen.

Stress kann ich ausschließen. Habe von Oktober 12 bis Feb. 13 eine stresslosen Test durchgezogen, weil ich mich dieses immer auf Stress schieben, Entschuldigung ankotzt. Habe mich in der Zeit extrem entspannt, keine einzige Überstunde, Haushalt nur noch wischiwaschi. viel geschlafen, Termine sausen lassen.

Keine Auswirkungen auf meine Ausfallrate. Ist gleichgeblieben.

Hormone: ja, ich bin jetzt am Beginn der Wechseljahre; macht sich bestimmt etwas an den Haaren bemerkbar. Aber läge es an den Hormonen, hätte ich doch die letzten 22 Jahre eine Dauerhormonstörung gehabt; die Pille Diane hab ich diesen 22 Jahren nur 4 Monate eingenommen. Zum Testen, ob es evtl. was bringt.

Habe keinen übermäßigen Körperhaarwuchs, musste mir meine Beine noch nie rasieren.

Ein Hormonstatus bei meiner Gynäkologin vor ca. 5 Jahren ergab: Ach Frau Sowieso, sie haben so tolle Hormonwerte wie eine 35jährige Frau (ich war da schon 45)

Bin jetzt 49 habe aber keine körperlichen Wechseljahresbeschwerden, da ist nix. Es geht mir eher besser, meine Unterleibsschmerzen lassen von Monat zu Monat nach (Myom) und PMS ist weg.

Ich nehme jetzt seit Anfang Dezember jeden 3-4 Tag mal eine Zink und eine Eisentablette und seit März/April Vitamin B12 bin Vegetarier und meine Werte sind nicht übermäßig hoch. Bei Haarausfallgeplagen soll der Ferritinwert über 70 sein, sagt einem aber kein Arzt!!

Schilddrüsenwerte waren lt. meinem Internisten im Oktober 12 auch scheinbar ok. Bin dann Ende Februar zum Endokrinologen, die gehen von niedrigeren Referenzwerten aus, ich habe eine leichte Schilddrüsenunterfunktion. Habe das Präparat extem langsam eingeschlichen; die ersten 6 Wochen haarausfallmäßig ok und dann hat sich mein Haarausfall verdoppelt und dauert jetzt ca. 3 Wochen an. Niedriger Puls und niedriger Blutdruck passt zu Schilddrüsenunterfunktion. Habe ich auch.

Vitamin B-Komplex und die Aminosäure Cystein in Verbindung soll sehr gut bei diffusem Haarausfall wirken.

Ich habe mir vor 21 Jahren alle Amalgamfüllungen entfernen lassen; eine Ausleitung mit DMPS gemacht, auffällig war der extrem hohe Aluminiumwert.

Muttermilch auf Schadstoffe untersuchen lassen; es wurde jegliches Gift das getestet wurden (über 20) gefunden aber alle im "normalen" Bereich.

Akute toxische Alopezien werden meist mit den Schwermetallen Thallium, Cadmium und Quecksilber in Verbindung gebracht. Und die sind mit einem Mobilisationstest, z. B. DMPS nachweisbar.

Liebe Amorino ich hoffe, ich konnte dir etwas helfen.

Ig b-maria

---

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen

Posted by [tividi](#) on Sat, 11 May 2013 19:40:44 GMT

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

---

Amorino schrieb am Wed, 08 May 2013 12:07

Habe dann zudem in den letzten Tagen Zinktabletten von Verla genommen, da ich gelesen habe das würde die Eisenaufnahme beschleunigen -

Hallo Amorino

leider kann ich dir ansonsten auch nicht weiterhelfen, aber mir ist aufgefallen das du meintest Zink würde die Eisenaufnahme beschleunigen?

Also soviel ich weiß verbessert Vitamin C die Eisenaufnahme. (also Eisentabletten z.b. mit O-Saft einnehmen)

Und Zink verringert eher die Eisenaufnahme.

---

---

Subject: Aw: Plötzlicher Haarverlust, junge Frau, Eisen

Posted by [Amorino](#) on Sat, 11 May 2013 22:35:29 GMT

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

---

Ganz lieben Dank euch noch mal!

Also ich habe gehört Zink mit Eisen wäre gut, zumindest wenn es per Infusion gegeben wird, aber kann mich auch geirrt haben, würde vl. auch erklären wieso es nicht besser wird trotz Infusionen ... jetzt habe ich wohl einen Temrin zur stationären Untersuchung, weil mein Hausarzt nicht mehr weiter weiß und der Meinung ist vor Ort könne man das alles viel besser abklären - auch labortechnisch würde die KK dann alles übernehmen, aber eben nicht in der Praxis - ... bin nur etwas unsicher ob es das wirklich Not tut, immerhin sollte ein Klinikum in meinen augen

für Notfälle da sein und nicht für kleine Wehwechen, gleichwohl meine Symptome eine Art Leiden mit sich bringen ...

---