

---

Subject: Bitte helft mir

Posted by [accalarentia](#) on Mon, 05 Aug 2013 12:27:32 GMT

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

---

Hallo ihr Lieben,

Ich kann nicht mehr und muss mich jetzt einfach mal bei Menschen ausheulen, die mich (hoffentlich) verstehen.

Ich bin 19 Jahre alt, weiblich und habe dieses Jahr mein Abitur hinter mich gebracht. Schon immer hatte ich Probleme mit unreiner Haut und Akne, die rückblickend irgendwie lächerlich wirken, aber damals zu Depressionen und SVV geführt haben. Da tausende Arztbesuche sowie die ganzen verschriebenen Cremes und Medikamente nicht geholfen haben, sah ich den letzten Ausweg dann in der Pille.

Also habe ich im April diesen Jahres begonnen, die Pille Valette/Maxim einzunehmen. Schnell besserte sich mein Hautbild und zur Feier dessen wollte ich einen neuen Haarschnitt.

Also ging ich mit meinen 90cm hüftlangen, dicken Haaren zum Friseur.

Da meine Spitzen etwas trocken, aber vollkommen gesund (ohne Spliss etc.) waren, wollte ich nur so 3-6cm abgeschnitten haben. (Friseurin hielt die Finger dann 5cm auseinander, um zu demonstrieren wie viel sie abschneiden würde)

Da mir die Haare auf dem Rücken geschnitten wurden, habe ich bei der "Prozedur" dann nicht mitbekommen, dass man mir über 35cm meiner Haare stahl.

3 Jahre langes Haarezüchten - in 5min niedergemacht.

(Hier eine Foto, damit ihr seht wie krass das ist/war)

Als ob das allein nicht schon reichen würde, stellte sich dann (nach etwa 2-monatiger Pilleneinnahme) zunehmend der Haarausfall ein. Pünktlich zu den Abiturprüfungen.

Zunächst dachte ich mir nicht viel dabei - ich hatte in meinem ganzen Leben noch nie Probleme mit meinen Haaren (außer eben diesem Friseurbesuch), auch in meiner Familie haben alle bis ins hohe Alter volles und dickes Haar!

Dachte mir halt, das wird so ein normaler Sommerhaarausfall oder sowas sein..

Aber ich verlor jeden Morgen mehr und mehr Haare (die hingen lose an meinem Rücken herunter), am Abend ganze Büschel/Strähnen.

Vom Waschgang möchte ich hier gar nicht anfangen..

Nach dem Lesen der Packungsbeilage von der Pille (Nebenwirkung: Haarausfall) habe ich natürlich sofort bei der Frauenärztin angerufen:

"Nein, nein, das habe ich ja noch nie in Verbindung mit dieser Pille gehört - die begünstigt vielmehr schöne Haare! Lassen Sie lieber mal ihre Schilddrüse überprüfen!"

Ich hatte noch nie Probleme mit Haarausfall und pünktlich nach zweimonatiger Pilleneinnahme bekomme ich HA -> da ich sonst keinen Auslöser in Betracht ziehen konnte, setzte ich die Pille Anfang Juli ausschleichend ab. D.h. Ich habe zunächst nur noch eine 1/2 Tablette genommen, dann nur noch 1/4 usw. Ab dem 7. Juli nahm ich gar keine mehr.

Einen Termin zur Überprüfung der Schilddrüse habe ich allerdings doch noch gemacht und es stellte sich heraus, dass ich eine leichte Unterfunktion habe: TSH- Wert 4,1

(Die anderen Werte im Normalbereich)

So, mittlerweile ist es August und der Haarausfall wird nicht besser (eher immer schlimmer).  
Ich habe die Pille doch schon vor einem Monat abgesetzt, warum hilft das nicht?!  
Und seit ca. 1 Woche nehme ich jetzt zusätzlich L-Thyroxin 19 (eine geviertelte 75er Tablette),  
wobei ich das Gefühl habe, dass es seitdem eher SCHLIMMER wird.  
Zudem nehme ich Biotin, Zink, Eisen/Ferritin, Bierhefe etc. ein..

Ich bin mit meinem Latein am Ende und bin an dem Punkt angelangt, wo ich nicht mehr kann.  
Habe ja dieses Jahr die Schule fertig gemacht und bis Ende September die letzte wirklich freie  
und entspannte Zeit meines Lebens. Aber anstatt rauszugehen zum Baden, Shoppen, Ausgehen,  
usw sitze ich jeden Tag vor dem PC oder muss weinen. In meinem Umfeld versteht mich keiner:  
Die Familie hört nicht einmal richtig zu, Freundinnen sagen: "Ach das wird schon wieder" ... ihr  
kennt das bestimmt.

Was kann ich denn tun außer Warten bis ich eine Glatze bekomme?  
Glaubt ihr, dass das Thyroxin noch helfen wird oder soll ich es lieber ganz absetzen?  
Vor allem habe ich im Internet immer wieder von Gewichtszunahme als Nebenwirkung gelesen  
und das pack ich nach Bulimie nicht auch noch. Auf der anderen Seite habe ich schon sehr oft  
versucht, über Monate hin Gewicht zu verlieren (mit jeder Menge Sport und wirklich guter  
Ernährung) und dabei kein mikriges Gramm verloren - könnte das mit der Unterfunktion zu tun  
haben? Wenn ja, würde das Thyroxin denn dabei helfen?  
Könnte es auch sein, dass gerade die Unterfunktion gerade von der Pille ausgelöst wurde?  
Denn die ganzen Symptome der UF treten erst seit Beginn der Pilleneinnahme auf

Ich weiß einfach nicht mehr weiter! Ich will nicht mit 19 eine Glatze!!!

## File Attachments

1) [P4065509.jpg](#), downloaded 2238 times



---

Subject: Aw: Bitte helft mir  
Posted by [Binne](#) on Mon, 05 Aug 2013 18:52:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Du!

Ich glaube kaum, dass eine zweimonatige Pilleneinnahme so einen TSH hervorrufen kann; allerdings ist es schon ein komischer Zufall, auch dass du nach 8 Wochen Pille HA bekommen hast..

Hm, schwierig...

Wurden denn außer dem TSH noch Antikörper gemacht? Die zeigen an ( wenn sie vorhanden

sind), dass deine SD sich langsam zersetzt... auch wäre ein SD-Sono von Vorteil; da könnte man sehen, welche Struktur deine SD hat ( echoarm würde bedeuten, dass du Hashimoto hast/ UF hast). Dein TSH sagt nämlich schon, dass da was im Busch ist ( die neuen Normwerte gehen bis 2,5; da bist du mit deinem 4,1 schon drüber!). Lass dir mal deine freien Werte geben: ft 3 und ft4, frag nach Antikörper oder such dir am Besten einen Endo / Nuklearmediziner, der eine Sono macht. Dann weißt du besser Bescheid. So kann man nur mutmaßen.

Vielleicht haben andere ja noch einen heißen Tipp für Dich?

Lg, Binne

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [accalarentia](#) on Mon, 05 Aug 2013 20:22:04 GMT

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

---

Hey Binne,

Danke schonmal für deine Antwort!

Soweit ich weiß wurden keine Antikörper gemacht, kenne mich da aber auch gar nicht aus..

Meine freien Werte habe ich allerdings:

T3 (ft3) 5.0 ( 3.0-7.8 )

T4 (ft4) 15.8 ( 11.8-24.6 )

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Binne](#) on Mon, 05 Aug 2013 21:19:59 GMT

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

---

FT3 ist ganz gut, Ft4 recht niedrig.. am Besten zu einem NUK gehen, dann hast du Klarheit!

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Moidem](#) on Mon, 05 Aug 2013 21:35:58 GMT

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

---

Ich kann Dir nicht viel weiter helfen, da ich mich mit Schilddrüsenwerten wenig auskenne, aber hier im Forum sind viele Frauen mit Schilddrüsen Problemen. Vielleicht musst Du nochmal zum Endokrinologen und Dich richtig einstellen lassen? Wie gesagt ich kenn mich da leider nicht so aus, aber es ist naheliegend daß es mit der Schilddrüse zusammen hängt.

Haben hier nicht schon mehr Frauen geschrieben daß bei Überdosierung Haarausfall kommt?

Ich meine sowas gelesen zu haben.

Zu Deiner Haarlänge mal etwas, was Dich vielleicht etwas tröstet, ich finde den zweiten kürzeren Schnitt viel peppiger, habe sie ähnlich geschnitten, schön stufig. Aber gut, Dir

muß es gefallen.

Von der Valette habe ich schon öfter vernommen, daß sie Haarausfall begünstigen kann, dabei soll sie angeblich das Gegenteil bewirken.

Wie sehr Hormone den Körper aus dem Gleichgewicht bringen können, habe ich selbst nach meiner letzten Schwangerschaft gespürt.

LG Susan

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Raubtochter](#) on Tue, 06 Aug 2013 08:54:21 GMT

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

---

Hallo, welche Pille war das denn?

Ich habe auch schon bei der Dienovel in der Packungsbeilage HA unter den Nebenwirkungen gesehen und von der Valette hab ich das auch schon gehört

LG

R

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Fisch82](#) on Tue, 06 Aug 2013 15:02:21 GMT

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

---

Hallo accalarentia!!

Es tut mir sehr leid für Dich, dass es Dir so schlecht geht. Zu Deiner Geschichte kann ich nur sagen, dass es bei mir ähnlich war. Pille gewechselt (auf eine antiandrogene) und ein paar Monate später Haarausfall.

Bei den Arztbesuchen stellte sich dann bei mir, ebenso wie bei Dir, eine Schilddrüsenunterfunktion heraus. Meine Werte waren ähnlich wie Deine (wobei mein TSH an einem Tag bei 4,xx lag und 2 Tage später bei 6,xx -> der schwankt also) und wären meine Antikörper nicht bei über 6000 gewesen, hätte man mich wahrscheinlich auch wieder nach Hause geschickt. Beschwerden hatte ich einige, unter anderem auch schlimmen Haarausfall (durchschnittlich 400 Haare am Tag, derzeit ca. 80 Haare). Ich bekomme seit 01. Dezember LT.

Eine Woche LT ist viel zu wenig!! Zumal die Werte anfangs auch noch verrückt spielen können und alles ein paar Monate dauert. Ich bin mittlerweile übrigens bei einer 100er LT täglich. Deine Dosis ist also wirklich nur eine Einsteigerdosis.

Ich drücke Dir die Daumen, dass alles wieder gut wird...

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [accalarentia](#) on Tue, 06 Aug 2013 15:27:25 GMT

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

---

Danke für eure lieben Antworten

@Raubtochter

Habe die Pille Maxim genommen.. sie hat die gleiche Zusammensetzung wie die Valette..

@Fisch82

Hattest du vor der Pille auch schon HA oder erst nach Einnahme der Pille?..

Hast du die Pille dann abgesetzt oder was hast du getan, um den HA loszuwerden?

Ich kann mir irgendwie nicht vorstellen, dass das Thyroxin helfen kann.. wenn der HA wirklich an der Schilddrüsenunterfunktion liegen würde, hätte ich ihn doch auch schon vor Einnahme der Pille haben müssen?

Aber wenn der HA wirklich von der Pille kommt, dann müsste er doch jetzt nach dem Absetzen langsam abschwächen?

Schon unglaublich, was so ein bisschen Hormone für ein Chaos im Körper anrichten können

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Fisch82](#) on Tue, 06 Aug 2013 16:15:59 GMT

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

---

Nein ich hatte vor dem Pillenwechsel noch nie Haarausfall. Ich habe davor auch schon mehrfach die Pille gewechselt, da war nie etwas! Es war auch vollkommen egal, ob ich eine antiandrogene oder eine androgene Pille genommen habe, meine Haare waren lang und in Ordnung und ich hatte viele davon.

Ich weiß auch nicht, ob der Pillenwechsel etwas damit zu tun hat, könnte mir aber schon vorstellen, dass sich diese hormonelle Veränderung vielleicht auch auf die Schilddrüse auswirkt. Vielleicht hat es ihr diesmal einfach gereicht. Wissen tue ich es aber nicht. Ich habe keine Werte von früheren Blutuntersuchungen, die mir einen Anhaltspunkt geben könnten, wie lange ich schon Hashi habe. Es kommen ja auch noch viel mehr Faktoren in Frage, durch die der Haarausfall entstanden sein kann...Eisenmangel, Stress, Gewichtsabnahme, starke Erkältung mit Antibiotika, SD, Pille...oder eben alles zusammen.

Wenn Du Dir vor Augen führst, dass die Haare einen Zyklus durchlaufen und mehrere Monate brauchen, bis sie auf Veränderungen reagieren (egal ob Verschlechterungen oder Verbesserungen), dann siehst Du auch, dass Du mit dem LT noch ganz am Anfang stehst. Und es gibt viele, denen LT geholfen hat (schau einfach mal im Forum [www.ht-mb.de](http://www.ht-mb.de)).

Übrigens bin ich nicht der Überzeugung, dass mein Haarausfall vorbei ist...leider. Naja mal warten, habe am 27.08. nochmal einen Termin beim "Haarspezialisten".

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [accalarentia](#) on Tue, 06 Aug 2013 17:55:34 GMT

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

---

Das ist ja exakt die gleiche Geschichte wie bei mir.. darf ich fragen wie lang das her ist (also wann der HA bei dir begonnen hat)?

Hm ja,.. denke aber eher dass ich bei meiner Einsteiger-Dosis bleiben werde, sie noch etwas nehmen und dann langsam wieder ausschleichen. Vor der Pille habe ich auch ohne Thyroxin gelebt und mich bester Gesundheit erfreut.. und wenn das Zeug HA verstärkt sowie der Gewichtszunahme beiträgt, dann seh ich da ehrlich gesagt auch keinen Sinn drin das zu nehmen

Ich hoffe, dass der Termin beim Haarspezialisten für dich erfolgreich verläuft

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Fisch82](#) on Tue, 06 Aug 2013 19:15:56 GMT

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

---

Angefangen hat mein Haarausfall Ende September/Anfang Oktober und zwar ganz plötzlich mit enormen Zahlen vor allem beim Haarewaschen. Ich habe es am Anfang nicht ernst genommen (die ersten 14 Tage), habe dann angefangen zu zählen und ab dann hatte ich Panik (900+ Haare nach dem Haarewaschen).

Mit dem LT das musst Du selbst wissen. Ich hatte noch diverse andere Symptome und bin froh, dass ich LT nehmen kann. Ich hatte das erste Mal im März gute Werte (also nach 4 Monaten) und ich habe extrem schnell gesteigert, normalerweise sollte man die Sache ja langsam angehen! Mit meiner Einstiegsdosis von 25 µg habe ich überhaupt nichts gemerkt, im Gegenteil, mir ging es nicht besser und die freien Werte haben auch verrückt gespielt. Der TSH ist da erst auf 3 gesunken. Besser (mit dem Befinden) wurde es erst im Februar.

Hätte ich nicht diesen extremen Haarausfall gehabt, wäre ich auch nicht zum Arzt gegangen, wäre weiter müde und vergesslich, hätte Herzstolpern und eingeschlafene Arme. Das hätte ich alles hingenommen, nur mit dem Haarausfall kann ich nicht leben (und ich bin nicht extrem auf meine Haare fixiert (gewesen)). Ich kann daher schon nachvollziehen, dass Du LT absetzen willst, wenn Du das Gefühl hast, dass es Dir nichts bringt oder die ganze Sache noch verschlimmert.

Der Haarspezialist, bei dem ich bereits im Mai war, meinte auch, dass ich erst im August wiederkommen soll, wenn es nicht besser wird (d.h. er hat den Haaren einen Zeitraum von 5 Monaten nach guter Einstellung gegeben, damit sich etwas positives tut bzw. der Haarausfall gestoppt wird). Es ist leider eine langwierige Geschichte...und was genau das Ganze verursacht hat, ist eben auch nicht klar.

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [accalarentia](#) on Tue, 06 Aug 2013 20:18:02 GMT

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

---

Ja, bei mir hat es auch ganz plötzlich angefangen... weiß noch genau als ich das erste Mal ein Haarbüschel in der Hand hielt  
Hast du die Pille denn dann eigentlich abgesetzt oder weitergenommen?  
Das find ich gut, dass die Symptome der UF sich bei dir durch das Thyroxin verbessert haben  
Wie geht es deinen Haaren denn zwischenzeitlich? Sind sie sehr weit ausgedünnt? (900 Haare bei der Wäsche ist ja echt sehr extrem)

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Fisch82](#) on Tue, 06 Aug 2013 20:59:52 GMT

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

---

Ich habe mich bisher nicht getraut, die Pille abzusetzen, obwohl ich darüber nachgedacht habe. Ich warte einfach noch die 2-3 Jahre, dann ist eh Nachwuchs geplant.  
Für mich sind die Haare sehr ausgedünnt, es waren ja alleine bis Anfang Januar fast 40.000 Haare. Es sind aber auch schon einige nachgewachsen, richtige Strähnen. Trotzdem ist es nicht wie vorher, vor allem an den Kopfseiten fehlt es. Gut nur, dass da das Deckhaar drüber ist.

Zur Zeit verliere ich zwischen 20-40 an normalen Tagen und so zwischen 200-300 beim Haarewaschen, je nachdem, wann ich wasche. Im Durchschnitt so 80.  
Ich denke, dass auch das noch nicht normal ist. Weiß es aber nicht genau, weil ich meine Haare früher jeden 2. Tag gewaschen habe und nicht erst nach 4-6 Tagen. Deshalb muss jetzt nochmal ein Trichoscan her, dann überlege ich weiter.

Hast Du denn eigentlich schon mal geschaut, ob Du vielleicht irgendwelche Nährstoffmängel hast? Gerade, wenn Du von Bulimie und viel Sport sprichst, könnte auch da die Ursache liegen.

Wirst Du die Schilddrüse nochmal untersuchen lassen (Antikörper, Knoten, Größe etc)? Ich denke, Du solltest da dran bleiben. Auch wegen dem Gewicht: Durch das LT bzw die dadurch verbesserten freien Werte verbessert sich der Stoffwechsel eigentlich wieder.

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [accalarentia](#) on Sun, 08 Sep 2013 20:59:25 GMT

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

---

Kann sehr gut nachvollziehen, dass du Angst vor dem Absetzen hast! Wobei 80 Haare täglich sich ja schonmal ganz gut anhören.. wie war es denn früher? (40.000 ist ja echt viel )  
Habe mittlerweile ein großes Blutbild machen lassen, ... alles in bester Ordnung!  
Und wegen der Schilddrüse: Ich habe das Thyroxin ja im Juli bekommen mit einem TSH Wert von 4,01. Habe die Tabletten allerdings bis heute nicht genommen und siehe da - beim großen Blutbild Ende August hatte ich dann einen TSH-Wert von 1,5...  
Morgen habe ich einen Termin bei einer Endokrinologin die gleichzeitig auch Frauenärztin ist! Ich hoffe so sehr, dass sie mir helfen kann... habe allerdings auch Angst, dass ich durch eine neue Pille noch schlimmeren HA bekomme. .  
Fühle mich so hilflos

---

Subject: Aw: Bitte helft mir  
Posted by [Moidem](#) on Thu, 12 Sep 2013 07:04:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Fisch82, ich habe den HA ähnlich wie Du, an normalen Tagen sind es so 40 um den Dreh, auch mal 25 und an Waschtagen ist es der absolute Horror. Ich habe mal eine Woche gezählt und kam auf einen Durchschnitt von rund 90 Haaren.

Ich glaube (so meine Erfahrung) es ist egal wie oft man wäscht. Wenn ich seltener wasche ist es an Waschtagen sehr sehr viel und wenn ich alle 2 Tage wasche entsprechen weniger, aber eben mehr als an Nichtwaschtagen und somit kommt es auf das Gleiche raus....es zählt ja der Durchschnittswert. Wenn ich mal einige Tage wenig HA habe, rächt es sich gleich wieder und ich kriege es doppelt und dreifach zurück.

Mein TSH Wert ist halt okay, also liegt absolut in der Norm....aber ich habe trotzdem einen Termin beim Endo gemacht....das ist jetzt meine allerletzte Hoffnung...dann fällt mir echt nichts mehr ein.....

LG Susan

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir  
Posted by [Fisch82](#) on Fri, 13 Sep 2013 19:55:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja genau. Es macht eigentlich keinen Unterschied, wann man die Haare wäscht. Die Erfahrung habe ich auch gemacht.

@accalarentia

Ich habe keine Ahnung, wie viele Haare es vorher waren. Hab nicht mal gemerkt, dass überhaupt was ausgefallen ist. Die meisten sind es ja beim kämmen nach dem waschen. Das mit dem TSH: hatte auch innerhalb von 2 Tagen einen Sprung von 4.x auf 6.x  
Ich glaube irgendwo gelesen zu haben, dass der TSH schwankt.

Das Schlimme ist, es geht seit 2 Wochen wieder los. Bin schon wieder bei rund 170 pro Tag. Und das, wo ich gerade beim Trichoscan war: 25% werden ausfallen. Und genau in der Woche gings wieder los.

Game Over würde ich sagen...

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir  
Posted by [Binne](#) on Fri, 13 Sep 2013 20:59:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Fisch: Bist du mittlerweile gut eingestellt? Wie sind deine freien Werte?

Du hast aber aktuell weder einen TSH von 6 oder 4,oder??

Lg!

---

---

Subject: Aw: Bitte helft mir

Posted by [Fisch82](#) on Sat, 14 Sep 2013 17:06:31 GMT

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

---

@Binne:

Mein TSH war im Juli supprimiert. fT3 lag bei 4.49 (3.5-6.5) und fT4 bei 16.68 (11.5-22.7), also bei rund 33% bzw. 46%. Die Werte waren nur einmal im März gut: TSH bei 0.7, fT3 bei 80%, fT4 bei 50% (nach 4 Wochen LT100). Die AK sind halt noch recht hoch bei über 4000 im März. Habe Etwas Sorgen, wenn ich senke, dass die freien Werte dann noch weiter sinken. Sie sind ja eh schon nicht sooo prickelnd. Glaube aber auch, dass 75 reichen würden. Muss Anfang Oktober wieder zum Endokrinologen. Mal schauen, wie es dann ausschaut.

Weiß aber auch nicht, ob das alles noch was mit der Schilddrüse zu tun hat. Schön wärs ja gewesen...

---