
Subject: Psychologie

Posted by [finster7](#) on Thu, 19 Jan 2006 13:31:53 GMT

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

An alle!

Da ich die Vermutung habe, dass meine AA durch eine furchtbare Aufregung meinerseits (mit meinem Partner) entstanden ist, habe ich mal darüber nachgedacht, dass es doch eigentlich eine Umkehrmöglichkeit geben muß.

Hat den hier jemand Erfahrung mit einem Psychologen gemacht.

Ich denke sicher, dass man sein Leben sicher besser durchleuchten soll und große Aufregungen meiden sollte, das ist aber nicht immer möglich.

Es ist mir aufgefallen, wenn ich mich aufrege, oder wenn es mir psychisch mal nicht so gut geht, meine Haare mehr ausfallen.

Naja, sicher hat da jeder irgend ein Problem, aber wirkt sich das bei euch dann auch im Haarausfall aus?

Freue mich über jede Antwort, grüß Klaudia!

Subject: Re: Psychologie

Posted by [a_vase](#) on Thu, 19 Jan 2006 14:34:42 GMT

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

Ich weiß es nicht genau.

Es sind so viele Faktoren im Spiel.

Ich habe vor drei Monaten mit meinem Freund Schluss gemacht, wegen zu viel Ärger... Jetzt ist der schlimmste HA aufgehört.

Aber ich habe auch direkt nach dem Schluss mit ihm angefangen Eisen und viele andere NEM einzunehmen.

So wer weiß, was an alles Schuld ist... Aber Stress ist für die Haare nie gut, also machst du es schon richtig, wenn du anfängst dich weniger aufzuregen... Stress als einzige Ursache glaube ich aber nicht... Insbesondere bei AA ist es ja eine autoimmune Reaktion (oder??)

Liebe Grüße

Vase

Subject: Re: Psychologie

Posted by [Claudi](#) on Thu, 19 Jan 2006 15:24:22 GMT

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

Meine Meinung ist, dass man den Stress und die Auswirkung auf die Haare nicht unterschätzen sollte. Schließlich gibt es diverse psychosomatische Beschwerden: Erschöpfung, Herzrasen, Gangstörungen, schlechte Haut, Magengeschwüre...um nur einige wenige davon zu nennen.

Sicherlich wirkt sich der Psychostress auch negativ auf die Hormone aus.

Auch ich habe bei mir die Feststellung gemacht, dass in einer heftigen Beziehungskrise die Haare stärker ausgefallen sind.

Subject: Re: Psychologie

Posted by [carrie](#) on Thu, 19 Jan 2006 17:52:49 GMT

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

...dass psychischer stress gift für die haare sind, davon bin ich auch überzeugt!
vor allem, wenn man so empfindliche haarfollikel hat wie wir. irgendeine hormonveränderung in unserem körper löst ja auch oft HA aus.

ich habe neulich sogar gehört, dass eine psychische krise den eisengehalt im blut ganz drastisch runterfahren kann und so indirekt HA verursacht.

lg

carrie
