

Hallo allerseits,

ich bin nun schon seit einiger Zeit stille Mitleserin, da mich mein Haarausfall wirklich sehr belastet und ich einfach nicht mehr weiter weiß.

Kurz zu meiner Situation:

Ich bin 22 Jahre alt und habe schon immer feine, aber eigentlich viele Haare. Bis zu meinem 15. Lebensjahr hatte ich nie irgendwelche Probleme mit Haarausfall. Dann habe ich angefangen die Pille einzunehmen (eine antiandrogene Pille) und der Ärger ging los. Seit diesem Zeitpunkt hatte ich immer wieder mit Haarausfall zu tun, mal mehr mal weniger. Ich war bei verschiedenen Ärzten, doch jeder versicherte mir, dass es mit der Pille nichts zu tun hat, da diese ja im Gegenteil für schönes Haar sorgt. Naja, was soll ich sagen, ich habe ihnen einfach geglaubt und mich damit abgefunden... Bis jetzt.

Dieses Jahr habe ich so starken Haarausfall wie ich ihn noch nie hatte. Ich traue mich wirklich nicht mehr meine Haare zu waschen, weil mir danach immer Unmengen ausgehen. Der Haarausfall erstreckt sich über den gesamten Kopf und ist nicht auf eine bestimmte Stelle begrenzt.

In meiner Familie leidet übrigens niemand an Haarausfall, weder mütterlicherseits noch väterlicherseits.

In den letzten Jahren habe ich immer wieder mein Blut untersuchen lassen, in der Hoffnung, dass der Übeltäter, der für den HA verantwortlich ist, gefunden wird. Aber nie kam etwas raus, die Werte waren immer top.

Ausnahme hierbei ist der Eisenwert, der im September 2012 erniedrigt war. Inzwischen liegt mein Ferritinwert aber auch wieder bei 75 (kann also auch nicht der Grund für den HA sein)...

Diese Woche war ich erneut Blut abnehmen, um meine Schilddrüse und den Vitamin-D Wert ermitteln zu lassen. Ergebnis: Vitamin D liegt bei 23,78 (ist eigentlich ok oder?)

Interessant finde ich allerdings die Schilddrüsenwerte und an dieser Stelle wäre ich euch sehr dankbar, wenn ihr mir eure Meinung dazu mitteilen würdet, denn ich kenne mich bei dieser Sache wirklich nicht aus. Da ich mir die Werte immer in ausgedruckter Form mitgeben lasse, kann ich ganz gut sehen, was sich im Laufe der Zeit wie entwickelt.

Schilddrüsenwerte 2009:

TSH 1,81

(die freien Werte wurden damals nicht erhoben)

Schilddrüsenwerte 2012:

TSH 2,06

FT3 3,64

FT4 1.39

Schilddrüsenwerte 2013 (aktuell)

TSH 3,24
FT3 3,28
FT4 1,46

Es ist ja sehr deutlich, dass der TSH Wert innerhalb von einem Jahr stark angestiegen ist. Das Labor meines Hausarztes verwendet noch den Referenzbereich bis 4,2.. Nun habe ich aber gelesen, dass der neue Bereich nur noch bis 2,5 geht.

Kann das bedeuten, dass ich evtl eine Unterfunktion habe? Oder müssten dafür die freien Werte anders aussehen? Können bei solchen Werten überhaupt schon Symptome entstehen?

Viele Symptome würden bei mir auf eine UF hindeuten. Erwähnenswert ist außerdem, dass sowohl meine Mutter, Oma und Tante eine Schilddrüsenunterfunktion haben und Medikamente einnehmen.

Ich hoffe, dass sich jemand überwinden kann den relativ langen Text zu lesen und mir seine Meinung mitzuteilen.. ich würde mich sehr freuen!

Liebe Grüße

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [susanne27](#) on Mon, 26 Aug 2013 22:41:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

der TSH sieht wirklich nach einer UF aus. Wie sind denn die Referenzwerte von fT3 und fT4? Die unterscheiden sich nämlich von Labor zu Labor.

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [Mango](#) on Tue, 27 Aug 2013 08:47:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Susanne,

danke für die schnelle Antwort!

Die Normbereiche sehen folgendermaßen aus:

FT3 2,0-4,4 (mein Wert 3,28)
FT4 0,93-1,7 (1,46)

Ich liege also mit beiden Werten noch drin.

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [fellow](#) on Tue, 27 Aug 2013 10:04:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Sieht so aus als würde deine SD den geist aufgeben. Und der erbliche Faktor kommt noch hinzu. Die freien Werte kannst du immer gut über einen Online Werterechner im Auge behalten. Das ist grad für SD-Einsteiger leichter. Einfach mal bei Google Schilddrüsenwerterechner eingeben. Sie sollten immer im oberen drittel sein.

Sofern du UF Symptome hast sollte auch schon bei geringer TSH erhöhung behandelt werden. Und der 4er Refbereich ist Murks.

Und das mit der Pille ist nicht zwangsläufig so das die ne tolle Wallemähne macht. Es gibt auch Ladys bei denen das Debakel damit auch angefangen hat. Und die Werte die unter Pilleneinnahme gemacht wurden sind verfälscht.

Ich würde Dir einen Endokrinologen ans Herz legen der deine ganzen Hormone mal checkt.

Es wird dann aber wohl so kommen das, Du falls du die Pille noch nimmst sie absetzen musst.

Ig

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [Mango](#) on Tue, 27 Aug 2013 10:26:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für den Tipp mit dem Schilddrüsenwerterechner, werde ich mir gleich mal anschauen..

Die Pille habe ich vor 2 Wochen abgesetzt, da die ganzen Nebenwirkungen für mich einfach nicht mehr tragbar waren. Dazu kam dann noch, dass ich zuletzt einen richtigen Widerwillen hatte sie zu nehmen..

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [fellow](#) on Wed, 28 Aug 2013 06:47:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Für die Hormonuntersuchung ist das optimal das du sie nicht mehr nimmst. Und sicherlich letztendlich auch für Dich wenn da schon so viel Widerwillen bei der Sache war.

Ich drück dir die Daumen für deinen weiteren Weg.

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [Mango](#) on Fri, 16 May 2014 13:24:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Soo ich melde mich nach langer Zeit zurück, um euch zu berichten, was sich inzwischen alles bei mir getan hat.

Kurz gesagt, ich habe damals an der falschen Stelle angesetzt. Nachdem bei mir die leichte Unterfunktion festgestellt wurde, habe ich monatelang L-Thyroxin 25 genommen (mache ich auch heute noch, Werte werden alle drei Monate kontrolliert), allerdings hatte das überhaupt keinen Einfluss auf meinen Haarausfall.

Ich hatte hier ja geschrieben, dass ich die Pille abgesetzt hatte für einen Hormontest. Ich muss aber gestehen, dass ich sie nach drei Wochen wiedergenommen habe, da meine Angst vor noch mehr Haarausfall einfach zu groß war. Ich weiß, dass das nicht richtig war, aber war einfach verzweifelt. Dieses kurzzeitige Absetzen und dann die Wiedereinnahme hat die Haare auch nicht weiter interessiert.

Aber, ich habe immer das Entscheidende vernachlässigt, nämlich meine Kopfhaut! Seit Juli des letzten Jahres war meine Kopfhaut anders. Sie hat gebrannt, war sehr empfindlich. Genau zu dieser Zeit fing auch der Haarausfall an. Ich dachte zunächst, dass es sich um trockene Kopfhaut handelt und hab mir deswegen Linola Shampoo gekauft. Hat aber nichts gebracht. Habe mit Öl geschmiert, war genauso erfolglos.

Irgendwann war es dann so weit, dass sich eine Schicht auf meiner Kopfhaut gebildet hat. Es wurde nach und nach immer schlimmer. Ich bin dann zum Hautarzt gegangen, dort meine die "Ärztin", dass es sich um eine Irritation handelt, die von allein wieder weggeht. Gegen den Haarausfall soll ich doch Biotin und Regaine nehmen. Hey, super Tipp. Regaine hab ich natürlich nicht genommen, Biotin nahm ich sowieso schon.

Im September war ich dann im Urlaub und ihr glaubt nicht wie schlimm es zu diesem Zeitpunkt war. Die Schicht auf meiner Kopfhaut war teilweise schwarz (!).. Ich musste die ganze Zeit kratzen, es hat fürchterlich gejuckt und zu dieser Zeit wurden auch Schuppen sichtbar. Ich habe in dieser Zeit mindestens 300 Haare am Tag verloren. Durch das Kratzen wurde alles noch viel schlimmer. Der Urlaub war für mich gelaufen.

Wieder daheim bin ich gleich in die Notfallsprechstunde zu einer anderen Hautärztin, da ich das Jucken nicht mehr ausgehalten habe. Ach, noch dazu hat meine Kopfhaut richtig muffig gestunken, auch direkt nach dem Waschen.

Die Ärztin schaute sich gründlich meine Kopfhaut an und stellte die Diagnose seborrhoisches Ekzem. Es war bei mir auf der gesamten Kopfhaut so schlimm, dass ich erstmal einige Wochen Anti-Pilz Tabletten einnehmen musste. Dazu verschrieb sie mir eine Cortison Creme gegen die akute Entzündung und ein spezielles Shampoo.

Was soll ich sagen? wirklich besser wurde es nicht. Ich war so verzweifelt, ich wollte nicht mehr. Denn zusätzlich zu dem beschissenen Haarausfall, hat meine Kopfhaut unerträglich 24 Stunden lang gejuckt und ich sah einfach schlimm aus. Dazu noch der Geruch.

Ich war dann noch in der Mainzer Uniklinik in der Haarsprechstunde und der Professor dort versicherte mir, dass es sich um das Ekzem handelt und dass der Haarausfall auch daher kommt. Leider hat mir auch sein Shampoo nicht richtig geholfen.

Der Haarausfall war immer so gut oder schlecht, wie der Zustand meiner Kopfhaut. Seit Januar waren es dann immer knapp 100 Haare, aber die Kopfhaut war immer noch katastrophal.

Bis ich vor drei Wochen endlich ein Shampoo gefunden, das ich vertrage und das die Schuppenschicht und das Jucken bei mir beseitigt. Seitdem fallen mir täglich circa 60 Haare aus (mit Waschen, Föhnen etc)..

Ihr glaubt gar nicht wie erleichtert ich bin.. in den letzten Monaten war mir der haarausfall gar nicht mehr so wichtig. Viel schlimmer war das ständige Jucken und Brennen! Man fühlt sich so unwohl..

Achso meine Ernährung habe ich nach der diagnose auch umgestellt. ich verzichte weitestgehend auf Milchprodukte und Zucker, denn das soll den Pilz, woraus das Ekzem besteht, nähren.

Ich wollte euch nur berichten, wie es bei mir weiterging und immer noch weitergeht, weil ich es immer schade findet, wenn man sich nicht mehr meldet. Und ihr habt mir ja damals auch sehr geholfen mit den Schilddrüsenwerten.

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [hoffnungslos84](#) on Fri, 16 May 2014 17:47:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo liebe Mango,

es freut mich sehr, das es dir wieder besser geht. Ich hab auch hin und wieder dieses starke Kopfhautjucken. Und es hilft einfach garnichts

Kannst du mir verraten, welches Shampoo du benutzt hat?

Ich danke dir vorab

LG Alena

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [Mango](#) on Fri, 16 May 2014 22:30:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Alena,

das Shampoo heißt Stieproxal mit 3-fach Pflegesystem und ist auch extra gegen Juckreiz. Ich habe ein halbes Jahr lang etliche Shampoos probiert, alle haben den Juckreiz verstärkt und ich habe sie nicht richtig vertragen. Das gute an diesem Shampoo ist, dass weder Parfüm noch Konservierungsstoffe enthalten sind.

Ich glaube nämlich, dass vor allem die Parfümstoffe die Kopfhaut noch mehr reizen.

Ganz wichtig ist, dass du das Shampoo wirklich einige Zeit (3-5 Minuten) einwirken lässt. In den Online Apotheken ist es wie immer um einiges günstiger zu haben.

Ich hoffe, dass das Shampoo in deinem Fall auch hilft.

Liebe Grüße
Jessi

Subject: Aw: Schilddrüsenwerte - brauche euren Rat
Posted by [Mango](#) on Tue, 27 May 2014 05:05:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach man, das gibts doch echt nicht..

Jetzt war ich so glücklich, dass ich endlich ein Shampoo gefunden habe, das ich vertrage und nun ist schon wieder vorbei.

Das Jucken ist zwar weiterhin weg, aber die Kopfhaut ist wieder stark irritiert, schuppt und hat krustige Stellen.

Parallel dazu ist natürlich auch der Haarausfall viel schlimmer geworden.

Ich habe seit letztem Juli wahrscheinlich mehr als die Hälfte meiner Haare verloren..

Meine Haare sehen momentan furchtbar aus, durch die ganzen Schuppensampoos, die ich wegen dem Ekzem brauche, fühlen sie sich wie verfilzt an.

Ganz ehrlich? Ich weiß nicht mehr weiter.. und ich bin mit meinen Nerven am Ende. Ich war mir so sicher, dass jetzt alles wieder gut wird.. Der letzte Monat war so toll. Und jetzt der Rückschlag.

Ich habe schon alles ausprobiert, was gegen das Ekzem und den Haarausfall helfen könnte. Der Ausfall ist eindeutig diffus, meine Haare sind insgesamt viel dünner. Da das Ekzem momentan vor allem auf dem Oberkopf sehr schlimm ist, fallen mir dort auch mehr Haare aus.

Ich will wirklich nicht so rumjammern, aber ich habe einfach keine Kraft mehr für irgendwas. Die Aussicht, dass dieses Ekzem und der damit verbundene Haarausfall womöglich nie mehr weggehen, raubt mir jede Freude.

Gestern war so ein scheiß Tag, ich habe den ganzen Abend geheult und konnte dann heute Nachf keine Minute schlafen. Jetzt hätte ich eigentlich gleich uni bis heute Abend, aber ich packs nicht. Ich weiß auch nicht mehr, zu welchem Arzt ich noch gehen soll.

Ich habe solche Angst vor der Zukunft, denn viel ist von meinen Haaren nicht mehr da. Eigentlich liebe ich mein Studium, aber im Moment ist es wieder eine Tortur für mich. Ich wünsche mir einfach so sehr, dass wieder alles so ist wie Anfang letzten Jahres. Ich war so glücklich mit allem.

Ella, ich glaube du studierst doch auch, oder? Wie machst du das, dass du das trotzdem durchziehst? Mir tut es auch sehr weh, dass ich dann immer vor Augen gehalten bekomme, dass ich in meinem Alter anscheinend die einzige mit einem solchen Problem bin...

liebe Grüße,
Jessi