
Subject: Rasend schneller HA

Posted by [Alissa](#) on Thu, 29 Aug 2013 12:03:54 GMT

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

Hallo Ihr Lieben,

ich verfolge euch schon seit einigen Wochen inaktiv. Mache seit ca 8 Wochen eigentlich nichts anderes, als stundenlang am PC zu sitzen und das Forum zu durchstöbern.

Ich habe auch überlegt, ob ich überhaupt ein Beitrag erstellen soll, weil ihr das ganze sicher schon 1000 mal gehört habt. Aber dennoch. Ich leide so sehr unter dem HA, dass ich gar nicht mehr vor die Türe gehe, mich bei meinen Freunden nicht mehr melde und jeden Tag nur noch weinend in meinem Bett liege.. - klingt sehr dramatisch - ich weiß!

Kurz zu mir :

Ich bin 21 Jahre alt und mein HA ging so wahnsinnig schnell Er hat erst vor ca. 8-12 Wochen angefangen. Ich verliere am Tag ca. 300-400 Haare. Ich hatte eh schon immer sehr feine, dünne und wenige Haare. Jetzt sieht man aber meine komplette Kopfhaut. Der ganze "Vorderkopf" ist blank. Ich war schon bei so vielen Ärzten (wie ihr alle auch) und keiner kommt auf die Ursache. Die erste Hautärztin meinte nur ganz trocken "Das einzige was man da noch machen kann ist eine Transplantation. Aber woher soll man Haare nehmen wenn gar keine mehr da sind"..

Ein anderer Hautarzt meinte (weil ich in 5 Jahren immer die Pille gewechselt hab, die mal zwei Monate gar nicht genommen habe, dann wieder einen Monat.. Bitte fragt mich nicht warum. Ich war doof), dass ich einfach eine Hormonstörung habe und man da eigentlich relativ wenig dagegen machen kann.

Dieser Arzt hat allerdings auch ein großes Blutbild gemacht. Mein Eisenwert und Eisenspeicherwert war katastrophal. Ich hatte einen Wert von 5. Ich bekomme jetzt zwei mal die Woche Eiseninfusionen und nehme 3 Tabletten Ferro Sannol am Tag. Dazu morgens und abends Regaine 2%. Er meinte, dass Regaine nie schaden könnte.

Hat irgendjemand Erfahrung mit HA der auf Eisenmangel zurück zu führen ist? Ich wäre so wahnsinnig froh, wenn es nur daher kommt. Allerdings kann man doch nie ausschließen, dass es ein AGA ist, oder?

Wachsen die Haare denn überhaupt noch nach, wenn mein Eisenspeicher und so wieder aufgefüllt ist? Oder kann ich einfach nur glücklich sein, wenn mir der Rest von meinen Federn nicht auch noch ausfällt?

Am 5.8. Habe ich mit der Therapie angefangen. Und von Tag zu Tag fallen mehr aus. Bei mir kam er nicht so schleichend wie bei anderen. Jede Woche sehe ich mehr kahle Stellen und ich bin einfach nur noch am Ende. Ich bin dabei in eine Depression zu fallen, dass hatte ich schon mal durch.. Das will ich nicht nochmal..

Ich hoffe sehr, dass ich hier auf Gleichgesinnte treffe, die mich verstehen und mit denen man den schweren Weg gehen kann.

Wie gesagt - von meinen Freunden habe ich mich komplett abgewendet.

Ich werde auch eine Bilderdokumentation machen. Einfach um zu sehen, in wie weit es sich in welchen Abständen verbessert.. Obwohl - eher verschlimmert.

Verzeiht mir das rumgejammere..

Ich freue mich über jede einzelne Antwort.

Danke schon mal

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [bionda](#) on Thu, 29 Aug 2013 18:55:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Alissa,

herzlich willkommen hier im Forum und um es gleich mal vorwegzunehmen: Wenn du schreibst, wie schlecht es dir geht, wird das hier sicher kaum jemand als „Rumgejammer“ ansehen. Die meisten werden nachempfinden können, wie es dir geht.

Das, was deine erste Hautärztin von sich gegeben hat, ist nicht nur unglaublich unsensibel, sondern sicherlich auch falsch. Dein zweiter Hautarzt scheint schon mal gar nicht so schlecht zu sein, wenn er die häufigen Pillenwechsel und das An- und Absetzen der Pille als mögliche Ursache ansieht. Ich weiß nicht, ob deswegen gleich eine Hormonstörung vorliegen muss, oder ob dir der ständige Wechsel geschadet haben könnte und der Körper jetzt einfach noch Zeit braucht, bis sich hormonell alles wieder eingependelt hat. Bist du momentan pillenfrei und wenn ja, wie lange schon? Wenn du schon länger als drei Monate pillenfrei wärst, könntest du mal deinen Hormonstatus untersuchen lassen.

Ein Eisenspeicherwert von 5 ng/ml ist wirklich sehr, sehr niedrig. Es ist möglich, dass allein das Anheben des Eisen- und vor allem des Eisenspeicherwertes schon helfen wird bezüglich des Haarausfalls und des Neuwuchses. Sicher vorhersagen lässt sich das aber nicht. Und leider reagieren Haare mit einer gewissen Zeitverzögerung (im Schnitt etwa 3 Monate), so dass du erst ab dann eine Verbesserung bezüglich Haarausfall und Neuwuchs erwarten könntest. Mit den Infusionen wird der Spiegel aber schnell angehoben werden.

Leidest du unter Essstörungen oder hast du vor Beginn deines Haarausfalls abgenommen? Eine Mangelversorgung des Körpers und somit auch der Haarwurzeln kann auch zu Haarausfall führen.

Ganz sicher ausschließen lässt sich eine AGA wahrscheinlich nie. Aber das plötzliche Auftreten des Haarausfalls vor 8-12 Wochen bei dir hat sicher nichts mit einer AGA zu tun, denke ich.

Seit wann nimmst du denn Regaine? Auch hier kann man erst nach frühestens 3 Monaten eine Verbesserung bezüglich des Haarausfalls feststellen. Neu nachwachsende Haare können sich allerdings schon früher einstellen (manchmal schon nach ein paar Wochen).

Wenn du momentan merkst, dass die Gefahr besteht, dass du in eine Depression fällst, hast du da die Möglichkeit, dir Hilfe zu holen?

Wenn du das ganze schon mal durch hast: Ist dir damals geholfen worden z. B. von ärztlicher Seite? Wie lange ist es denn schon her?

Wenn es für dich machbar ist, dann versuche, dich nicht zu sehr von deinen Freunden zu entfernen. Vielleicht fühlst du dich von ihnen unverstanden in deinem Leid, aber es ist nun mal

leider so, dass sich jemand, der selber nicht betroffen ist, oft nur schwer in die Situation von jemandem hineinversetzen kann, der unter Haarverlust leidet.

LG

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [Roxaja](#) on Fri, 06 Sep 2013 09:55:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Alissa,

Deine Geschichte erinnert mich sehr an meine, nur mit dem Unterschied das meine Hormone katastrophal sind wegen einer Gewichtsabnahme und nicht wegen der Pille. Ich denke, wie Bionda schon sagte solltest du nach Möglichkeit mal deine Hormone checken lassen, um herauszufinden ob es zu dem Eisenmangel noch eine weitere Ursache gibt. Meine Erfahrung ist, dass wenn die Ärzte eine Ursache gefunden haben (wie zB. den Eisenmangel), dass sie nach allem weiteren nicht mehr schauen, is ja auch bequemer. Da musst du dich selbst kümmern und das einfordern.

Eine evtl. Diagnose, im Bezug auf entgleiste Hormone, weil es anamnestisch sein könnte, weil du häufig die Pille gewechselt hast hilft dir ja auch nicht wirklich weiter. Ich denke, dass oft vieles verschiedenes zusammenspielt.

Auch das mit der Psyche kenne ich zugut, ich hab die ersten 2 Monate fast pausenlos geweint. Irgendwann hab ich mir gesagt dieser Haarausfall wird nicht gewinnen, sondern ich. Jeden Tag, mehrmals. Bitte verlasse Dich nicht auf diese Faustregel, dass diffuser HA in der Regel 3 Monate dauert nachdem der Mangel wieder ausgeglichen ist, auch wenn es häufig in der Literatur zu finden ist. Jeder Körper reagiert anders, der eine schneller, der andere braucht längere Zeit. Ich wünsche Dir ganz viel Kraft.

Liebe Grüße

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [Alissa](#) on Fri, 20 Sep 2013 13:17:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ihr, diejenigen die diesen Thread verfolgen, wenn es (noch) jemand tut

ich kann leider jetzt erst antworten, da ich durch meinen Umzug drei Wochen keinen Internetzugang habe.

Allerdings kann ich sehr positives berichten und muss eigentlich gar nicht auf die Hormone zurückkommen bzw. diese testen lassen.

Anfang August habe ich mit den Eiseninfusionen angefangen. Jede Woche zwei Stück. Dazu am Tag noch 3x Ferro Sanol um diesen schrecklichen Wert aufzubessern.

Noch dazu Regaine zwei mal täglich. (Obwohl ich panische Angst vor dem Shedding hatte habe ich mich getraut).

Und mein Haarausfall stoppt. Mir fallen lang nicht mehr so viele Haare aus. Ich denke sogar dass sie sich unter 100 am Tag halten. Ich habe aufgehört zu zählen, weil mich das total irre gemacht hat.

Uuuuuuuuuund es gibt Neuwuchs !!! Zuerst waren sie nur 0,5 mm lang. Inzwischen sind sie zwischen 1-2cm und decken meine Kopfhaut ab.

Und sie wachsen auf dem ganzen Kopf neu nach. Ich kann eigentlich gar nicht in Worte fassen wie glücklich mich das macht... Wirklich...

Genau so schnell wie er gekommen ist und mir mehr als die Hälfte meiner Haare genommen hat, ist dieser beschissene (sorry) Haarausfall auch wieder verschwunden.

Vorgestern wurde mir nach der letzten Infusion nochmal Blut abgenommen worden. Heute Mittag hat mein Arzt mich angerufen und mir mitgeteilt, dass mein Ferritin-Wert mittlerweile bei 271 liegt. Also an der oberen Grenze, die bei 290 liegt. Mein Körper hat das Eisen super aufgenommen und sofort resorbiert. Deshalb haben meine Haare auch sofort darauf reagiert.

Er ist sich zu 100% sicher, dass mein HA nur an dem heftigen Eisenmangel lag. Allerdings werde ich den Termin im Oktober bei einem Hormonspezialisten in Konstanz trotzdem wahr nehmen.

Jeden Tag stehe ich vor dem Spiegel und starre meine kleinen, feinen Härchen an. Das macht mich unfassbar glücklich.

Wenn jemand die Veränderung auch auf Fotos sehen möchte, kann ich diese gerne hochladen oder sie per Mail senden.

Vielen Dank für die lieben Worte Roxaja und Bionda. Das hat sehr gut getan.

Großartig, dass es dieses Forum gibt.

Hiermit beende ich meinen Beitrag!

Viele Grüße,

Alissa

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [mina89](#) on Fri, 20 Sep 2013 14:35:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh, wow, herzlichen Glückwunsch! (Wenn man das so sagen kann)

Eine Frage dazu: Wie hast du deinen Arzt dazu bekommen, dass er deinen Ferritinwert SO hoch macht durch Infusionen? Ich glaube nämlich die meisten hören schon auf, wenn der Wert wieder im (unteren) Referenzbereich liegt. Mein Endokrinologe hat ihn - zum Glück - noch knapp über 100 gebracht. 200 wäre mir aber deutlich lieber. V.a. weil sich noch nichts gebessert hat, obwohl mein Wert schon seit ca. 2 Monaten über 100 liegt.

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [Alissa](#) on Fri, 20 Sep 2013 14:47:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Mina,

es kann gut sein, dass sich nichts tut weil dein Wert "nur" bei 100 liegt. Ein Wert von 150 ist ja Durchschnitt. Laut meinem Arzt zumindest. Und Haare, vorallem wenn Sie so schwach sind, brauchen einen Wert im oberen Bereich. 100 ist noch relativ wenig. Ich musste ihn aber zu nichts bringen. Er hat gesagt, dass wir erst wieder Blut abnehmen, wenn mir die letzte Infusion zugeführt wird. Er wusste wahrscheinlich selber nicht, dass es so schnell so gut wirkt. Allerdings hab ich aber auch ohne dass mein Arzt es wusste nebenher noch drei mal am Tag ferro Sanol Kapseln geschluckt. Ich denke das hat auch viel dazu beigetragen.

Wie viele Infusionen über welchen Zeitraum hast du denn jetzt bekommen?
Ich kann dir nur raten, auch wenn dein Arzt das verneint nebenher noch die Kapseln zu nehmen. Ich hatte Darmprobleme und Magenkrämpfe durch die Kapseln. Aber das war mir total egal. Jetzt bin ich dafür belohnt worden

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [mina89](#) on Fri, 20 Sep 2013 15:10:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe insgesamt 6 Infusionen bekommen. Alle 2 Wochen. Zwischen der vorletzten und der letzten lag aber mehr Zeit. Die letzte Infusion war Mitte August. Anfang September lag mein Ferritinwert dann bei 114. Nun will mein Arzt erstmal abwarten. Erst Mitte November will er mich wiedersehen. Er sagte, es kann ein paar Monate dauern, bis sich eine Besserung einstellt.

Ich überlege nun tatsächlich wegen der Eisentabletten... aber die werden ja wirklich häufig schlecht vertragen. Mit den Infusionen hatte ich gar keine Probleme, war sehr zufrieden. Und wenn man Eisen schlecht über das Verdauungssystem aufnimmt, sind Tabletten bestimmt auch weniger hilfreich, als Infusionen, die ja direkt ins Blut gelangen.

Wie viele Infusionen hattest du insgesamt?
Kennst du die Ursache für den Eisenmangel?

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [Alissa](#) on Fri, 20 Sep 2013 15:21:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Mina,

ich habe wie gesagt in drei Wochen 6 Infusionen bekommen. Zwei Stück die Woche. Und ja, stimmt was du sagst. Die Infusion gelangt direkt ins Blut. Die Tabletten mit ein bisschen Verzögerung. Aber selbst wenn du, wie ich, die Tabletten nicht allzu gut vertragen solltest,

helfen diese. Dauert eben 1 Woche länger. Aber mir war der, sorry, Durchfall und die Magenkrämpfe ab und zu egal.

Sprich deinen Arzt an, dass das dein Wert sogar noch unter dem Durchschnitt liegt. Selbst bei Durchschnitt ist in deinem Körper noch zu wenig Eisen um diesen an deine Haare abzugeben. Wundert mich nicht, dass sich bei dir nichts tut.

Und ehrlich, vertrau mir auch wenn wir uns nicht kennen, nimm die Tabletten und lass die Skepsis davor fallen. Die brauchst du überhaupt nicht haben!

Eine Ursache kann eine starke Monatsblutung sein, wenn man viel Blut und dadurch Eisen verliert. Natürlich auch schlechte Ernährung, wenig Fleisch, wenig gesundes.

Subject: Aw: Rasend schneller HA

Posted by [mina89](#) on Fri, 20 Sep 2013 16:03:13 GMT

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

Danke für die Antwort.

Vor Durchfall habe ich ein bisschen Angst, da ich eh schon untergewichtig bin und Angst habe, dass das auch mit dem Haarausfall zusammenhängt (Nährstoffmangel). Ich hatte auch kurz vor Beginn des Haarausfalls 6-7 kg angenommen innerhalb eines halben Jahres. Ich bin mir eben auch nicht sicher, ob das Eisen von den Tabletten überhaupt richtig im Körper ankommt immer? Wenn man z.B. Eisenmangel hat, weil der Körper das Eisen schlecht aufnimmt/verwertet, nützen die Tabletten ja nichts oder?

Hast du denn eine starke Regelblutung? Ich ernähre mich nicht vegetarisch, aber meine auch eine nicht allzu starke Blutung zu haben (vielleicht 2 Tage etwas stärker, 1 Tag mittel und dann noch zwei Tage leicht).

Dass du auch nur 6 Infusionen bekommen hast, und dann Wert aber über doppelt so hoch angestiegen ist wie deiner, wundert mich schon etwas.

Habe ich das nun eigentlich richtig verstanden, dass Haarausfall, der durch Eisenmangel verursacht wird, erst plötzlich einsetzt, wenn der Eisenmangel schon im Keller ist, aber dann erst wieder aufhört, wenn der Eisenwert wieder ganz hoch ist?

Subject: Aw: Rasend schneller HA

Posted by [Alissa](#) on Fri, 20 Sep 2013 16:30:14 GMT

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

Doch, die Tabletten nützen. Das ist hoch konzentriertes Eisen und hat überhaupt nichts damit zu tun, wie viel du sonst zu dir nimmst. Das Eisen wird natürlich aufgenommen durch dein Essen. Allerdings nimmst du dann zu wenig zu dir. Ich habe auch keine starke Blutung und bin auch keine Vegetarierin. Allzu ungesund lebe ich auch nicht. Woher der Mangel kommt weiß ich bis heute nicht. Aber wie auch immer, ich habe zu wenig zu mir genommen, wie du wahrscheinlich auch. Das hochdosierte wird verwertet.

Über dein Untergewicht weiß ich natürlich nicht Bescheid. Sorry wenn ich dumm frag, aber wirkt sich Durchfall negativ aus?

Vielleicht liegt es daran, dass ich meine Infusionen über einen kurzen Zeitraum erhalten habe..
Dazu noch Tabletten.

Und ja, Haare, wie du sicher weißt, bekommen den Befehl ja 4-6 Monate vorher. Also war mein Eisenspeicher wahrscheinlich im Dezember total im Arsch. Und sind somit ab Juli komplett ausgefallen. Bei dem HA-Stop und dem Neuwuchs ging es aber so schnell. Innerhalb eines Monats. Weil ich jetzt natürlich überdosiert bin.

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [mina89](#) on Fri, 20 Sep 2013 18:38:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja, aber man muss nicht unbedingt zu wenig Eisen durch die Nahrung zu sich nehmen, um einen Eisenmangel zu bekommen. Grund für den Mangel können z.B. Darmkrankheiten sein, oder eben, dass der Körper - obwohl er ausreichend Eisen durch die Nahrung zugeführt bekommt - dieses nicht verwerten kann (oder so). Deswegen überlege ich auch eine Magen- und Darmspiegelung zu machen, um das abzuklären, aber ich habe auch irgendwie Angst davor.

Zum Durchfall: Ich habe bisher keinen Durchfall gehabt, aber ich glaube, dass dann die Nährstoffe bei Durchfall nicht richtig in den Körper gelangen oder?

Wie viel mg oder g Eisen waren das denn am Tag, die du eingenommen hast?

Sollte es nicht eigentlich ungefähr die gleiche Zeitspanne sein zwischen

1) Haarausfall-verursachendem Mangel (etc.) und Haarausfall
und 2) Behebung der Haarausfallursache und Haarausfallstopp?

Eigentlich müssten doch die Haare, die sich zum Zeitpunkt, als der Mangel behoben wurde, noch in der Telegon- oder Ruhephase befinden, trotzdem innerhalb der nächsten Monate ausfallen. Und erst die die dann nachwachsen, fallen nicht mehr so schnell aus.

Subject: Aw: Rasend schneller HA
Posted by [Alissa](#) on Tue, 24 Sep 2013 10:31:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das stimmt muss man nicht. Aber das ist laut meinen Hautarzt die "Hauptursache". Selten kann der Körper das Eisen einfach nur schlecht aufnehmen wenn es in genügender Menge dem Körper beigeführt wird. Meißtens hat er einfach zu wenig.

Eine Magen-Darm-Spiegelung hatte ich auch schon. Alles halb so wild Du schläfst ein, wachst paar Minuten später wieder auf, hast von nichts ne Ahnung und nichts tut weh. Keine Sorge davor

Und das mit dem Durchfall weiß ich leider nicht. Bei mir hat er sich überhaupt nicht ausgewirkt, habe allerdings auch eher Übergewicht statt Untergewicht lol. Einfach mal den Arzt ansprechen.

Eine Ferro Sannol hat glaube ich 100g. Kann sein, dass ich total falsch liege, hab sie aber grad

nicht bei mir. Kann ich dir aber gern noch sagen.

Und ja, das hat mich auch verwundert. Kann ich mir auch nicht erklären, weil wie du sagst die Haare ja ne Zeit brauchen. Aber trotzdem war nach 3 Wochen Neuwuchs zu sehen. Mein Arzt hat auch nur spekuliert und gesagt, dass es wahrscheinlich daran liegt, dass die Wurzeln immer da waren und aktiv waren und deshalb innerhalb weniger Tage das Eisen wieder aufnehmen konnten.

Weiß ich auch nicht

War und ist einfach so. Ist mir auch vollkommen wurschd - sie wachsen wieder

Subject: Aw: Rasend schneller HA

Posted by [mina89](#) on Wed, 25 Sep 2013 06:49:16 GMT

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

Hattest du die Magen-Darm-Spiegelung wegen des Eisenmangels?

Klingt ja beruhigend, was du erzählst. Nur habe ich Angst, dass bei der Untersuchung der Darm etc. verletzt wird.

Zitat:Und ja, das hat mich auch verwundert. Kann ich mir auch nicht erklären, weil wie du sagst die Haare ja ne Zeit brauchen. Aber trotzdem war nach 3 Wochen Neuwuchs zu sehen. Mein Arzt hat auch nur spekuliert und gesagt, dass es wahrscheinlich daran liegt, dass die Wurzeln immer da waren und aktiv waren und deshalb innerhalb weniger Tage das Eisen wieder aufnehmen konnten.

Das hängt wohl davon ab, ob beim Haarausfall durch Eisenmangel

a) die Haare ausfallen und die entsprechenden Haarwurzeln dann einfach ruhen, also keine neuen Haare bilden

oder

b) das ausgefallene Haar durch ein neu wachsendes Haar ersetzt wird, aber sich die Wachstumsphase verkürzt (wie beim AGA), solange der Mangel besteht.

Leider konnte mir das bis heute noch niemand beantworten.

Dass bei dir so schnell neue Haare wachsen, spricht ja für a). Mein Arzt sagte mir aber, ich solle mind. 3 Monate warten, dass der Haarausfall stoppt, wegen des Haarzyklus'.
