
Subject: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Fisch82](#) on Wed, 18 Sep 2013 08:40:36 GMT

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

Hallo Ihr Lieben.

Ich weiß nicht, wie ich es sagen soll: seit ein paar Wochen geht es wieder richtig los mit dem Haarausfall, gestern mit Haarwäsche waren es über 600 Haare, so dass ich im Durchschnitt wieder bei fast 200 bin. Bin so traurig...

Letztes Jahr fing der Haarausfall ja ziemlich genau zur selben Zeit an (bzw habe ich es im Oktober bemerkt). So richtig gut ist es auch nie geworden, zwar hatte ich auch mal so um die 80, eine Woche durchschnittlich auch mal 65. und nun das...

Ich vermute fast, dass es doch AGA sein wird, denn alle anderen Probleme habe ich doch soweit aus der Welt geschafft. Zwar ist die Schilddrüse noch nicht 100% gut eingestellt (TSH ist supprimiert), aber die wird wohl doch nicht der Übeltäter sein.

Ich schlucke einen Haufen NEMs, nehme bereits eine antiandrogene Pille (seit über einem Jahr) und schmiere mir Pantostin auf den Kopf...und nichts hilft.

War Ende August beim Haarspezialisten zum Trichoscan: 25% in der Telogenphase. Und genau in der Woche ging es auch wieder los. Er hat mir von Regaine abgeraten. Er denkt, es liegt an der Schilddrüse und ich soll diese in Ordnung bringen.

Alles sch...

An die, die es selbst durchmachen: Wie äußert sich den eigentlich AGA "schubweise"? Tritt der Schub bei Euch auch jedes Jahr auf? Kommt irgendwann mal eine Zeit, in der die Haare normal ausfallen. Oder verliere ich jetzt bei jedem Schub 40.000-50.0000 Haare, die dann nicht mehr vollständig nachwachsen?

Das ist doch alles Mist, aber ihr wisst das ja selbst...

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Moidem](#) on Thu, 19 Sep 2013 06:34:58 GMT

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

Oh man das tut mir voll leid....600, das ist schon echt gemein....da würde ich auch nicht mehr entspannt bleiben.

Ich kann Dir in bezug auf AGA nichts sagen, da ich selbst nicht weiß ob es bei mir AGA ist. Aber so ein Trichogramm ist glaube ich nicht so Aussagekräftig....sind 25% gut oder schlecht?

Dann wäre der beste Weg doch noch einmal zu einem Endokrinologen.
Ich versuche mich gerade auf Naturheilebene, von wegen Übersäuerung und habe meine

Lebensgewohnheiten umgestellt....

Obs was bringt??? Keine Ahnung, fand den Artikel aber ganz interessant.

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/haarausfall-frauen.html>

Interessant auch zum Thema Schilddrüse und Ernährung....vielleicht mal versuchen?

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 19 Sep 2013 07:26:29 GMT

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

Hallo Moidem,

Zitat:Ich kann Dir in bezug auf AGA nichts sagen, da ich selbst nicht weiß ob es bei mir AGA ist. Aber so ein Trichogramm ist glaube ich nicht so Aussagekräftig....sind 25% gut oder schlecht?

Ich muß hier jetzt mal was loswerden. Nicht nur an Dich

Solche Fragen, ob 25% gut oder schlecht sind, deutet daraufhin, dass hier die Basics nicht vorhanden sind, denn sonst wäre klar, dass eine telogene Rate von 25% bedeutet, dass in naher Zukunft ein viertel aller Haare ausfallen. Und das kann nicht gut sein.

Und es wäre auch klar, dass Trichogramme nicht aussagekräftig sind.

Ihr müß lesen, lesen und noch einmal lesen. Nicht nur hier im Forum sondern im Internet. Ich meine das nicht böse, aber in der Zeit fallen die Haare weiter aus.

Ig

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Moidem](#) on Thu, 19 Sep 2013 07:42:14 GMT

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

Ist richtig Biggi, aber als Mutter von 3 Kindern, die zwischen 9 und 2 Jahren sind, fehlt mir einfach die Zeit dazu mich ewig mit diesen Themen auseinander zu setzen.

Leider hat mein Dermatologe sich nicht die Mühe gemacht mir mal zu erklären was nun ein gutes oder schlechtes Trichogramm ist. Da ich nicht weiß wieviel Haare in der Ausfallphase sein dürfen, kann ich eben dazu nichts sagen. Mein Tag ist voll mit Hausaufgaben der Kids, zum Sport bringen, Elternabende, Krabbelgruppe, kochen, Haushalt usw.

Ich kann das zeitlich gar nicht, wüsste nicht wann. Das bischen Zeit was mir bleibt nutze ich dann mit meinem Mann, denn Zeit als Paar zu haben ist auch kostbar.

Selbst jetzt dürfte ich nicht hier sitzen, sondern müsste weiterhin das Mittagessen vorbereiten.

Aber gut, Du hast natürlich recht, aber das I-Net erschlägt einen nahezu mit Informationen. Ich

versuche gerade die Ernährung umzustellen und habe mit dem Rauchen aufgehört und jeden Tag kommen mehr Infos dazu.

Und ich persönlich finde ein Trichogramm nicht sehr aussagekräftig, denn daß mir Haare vom Kopf rieseln weiß ich auch ohne diese Zahlen. Und mein Trichogramm war ja ach so super, AGA ausgeschlossen....nur wieso fallen weiterhin Unmengen Haare aus und wieso konnte man das im Trichogramm so nicht feststellen????

LG Susan

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Fisch82](#) on Thu, 19 Sep 2013 08:22:26 GMT

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

Bitte nicht streiten. Ich finde auch, dass weder Trichogramm noch Trichoscan 100% aussagekräftig sind. Ich habe einen Trichoscan gemacht, weil man doch (selber) sehen kann wie die Haarstruktur und die Kopfhaut aussehen. Beim 1. Scan im Juli lag die Ausfallquote bei über 70%, weil es völlig falsch durchgeführt wurde. Der 2. Scan beim Haarspezialist wurde zwar richtig gemacht, aber wie gesagt, Der Computer arbeitet nicht 100% richtig. Aber ich kann ja auch selbst zählen.

Ich habe es eigentlich gemacht, um zu sehen ob ich noch Haarausfall habe (hatte ja einen durchschnittlichen Verlust von 80-100 und auch mal 60. dass es nun genau un der Woche wieder angefangen hat, ist natürlich dumm gelaufen.

Mich interessiert aber eher, ob mir irgendjemand etwas zur schubweisen AGA sagen kann...also in welchen Zahlen sich das äußert und in welchen Abständen die Schübe aufgetreten sind? Ab wann haben sich Lichtungen eingestellt? Hatte ja innerhalb von 3 Monaten (Oktober bis Anfang Januar) und 40000 Haare verloren. Man hat aber nichts weiter gesehen...also andere...

Ich frage mich halt, ob ich mir etwas vormache mit meiner Meinung, dass ich diffusen HA habe (was keiner der 3 Hautärzte bezweifelte) oder ob ich vielleicht doch langsam weiter bzw umdenken sollte...

Ich dachte ja eigentlich, dass ich vom Hautarzt Regaine empfohlen bekomme (habe deshalb auch mit Pantostin angefangen, um zu sehen, ob ich mit meiner Neurodermitis den Alkohol vertragen). Aber dem war nicht so.

Zum Endokrinologen gehe ich ja Anfang Oktober wieder...

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 19 Sep 2013 08:42:34 GMT

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

Hi Miodem,

es hat hier schon Trichos gegeben mit dem Ergebnis: 70% telogen, 30% anagen, mein Ergebnis war ähnlich.

Ich habe Rotz und Wasser geheult und auf der Heimfahrt fast einen Unfall gebaut.

Die 70% sind aber niemals ausgefallen.

Um das mal abzukürzen: Trichos sind eine reine Geldmacherei, sie kosten ca.80-100€ und haben bisher noch nie Ergebnisse geliefert nach denen man sich richten könnte.

Ich verstehe auch dass ich als Single mehr Zeit hatte mich Tag und Nacht im Internet zu tummeln als eine Mutter mit kleinen Kindern.

Trotzdem ist es wichtig möglichst viel zu wissen.

Wir helfen ja alle mit.

Ig

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Miodem](#) on Thu, 19 Sep 2013 08:58:24 GMT

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

Klar da hast Du recht Biggi, 70% ist ja der Hammer, aber es ist nicht eingetroffen, daher gebe ich auch nicht viel auf mein gut ausgefallenes Trichogramm, da sie ja weiterhin massenhaft ausfallen.

Mein Problem manchmal ist, daß ich einfach zu viel Input habe....dann denke ich wieder der Körper ist vielleicht tatsächlich übersäuert und arbeite daran und dann denke ich wieder, doch die Pille? und gleichzeitig raten Naturheilpraktiker davon ab....dann nehme ich Pantovigar und dann wieder sagen Leute das ist Mist, zu niedrig und ich überlege ob ich doch Cellagon nehmen soll!!! Verstehste?

Ich weiß manchmal nicht mehr welchen Weg ich einschlagen soll und will aber auch nicht 100 verschiedene NEMs in mich reinstopfen.....ist schon schwer alles....und nein wir streiten nicht, ist alles okay, ich bin nicht böse und Du Biggi auch nicht wie man sieht.... Man kann sich auch sachlich und freundlich die Meinung sagen und ich finde das ist so passiert....

Und nochmal zu Fisch82, ich denke daß ist sehr Individuell. Beispiel ich: Ich habe viele dicke Haare und mir sind immer auch Haare ausgegangen, aber mir ist schon nach den Schwangerschaften aufgefallen, daß es mehr sind als sonst. Ohne daß ich gezählt habe, einfach weil sie überall lagen und ich sie überall wegfischen konnte. Der Staubsaugerbeutel war voll davon und immer kitzelt es irgendwo und man sammelt sich Haare weg.

Dann habe ich angefangen zu zählen und es waren 90 im Durchschnitt, wo jeder sagt 100 sind okay. Sind sie aber nicht, weil das nur eine Richtlinie ist und ich vorher DEUTLICH weniger verloren habe. Und die Haare die nachwachsen sind zu viele, also nicht zu viele die nachwachsen, bin ja froh, aber mein Haarbild sieht komisch aus durch die massenhaft kurzen Haare dazwischen. Und zu allem Überfluss kann ich sagen daß mein Scheitel, vor allem Stirnbereich sich lichtet.

Also verliere ich doch mehr Haare als gut ist und für andere mag 90 normal sein, für mich nicht. Meine Ärztin sagte daß jeder selbst gut merkt wann genau mehr Haare ausfallen, denn niemand kennt uns und unseren Kopf so gut wie wir selbst.

Und bei vielen ist AGA schleichend über Jahre hinweg, andere haben heftige Schübe. Ich glaube ob AGA oder nicht ist auch etwas Auslegungssache. Glaubt man den Naturheilverfahren, gibt es kein AGA.

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 19 Sep 2013 10:36:20 GMT

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

Hallo Moidem,

ich verstehe Dich voll und ganz.

Zitat:Mein Problem manchmal ist, daß ich einfach zu viel Input habe....dann denke ich wieder der Körper ist vielleicht tatsächlich übersäuert und arbeite daran und dann denke ich wieder, doch die Pille? und gleichzeitig raten Naturheilpraktiker davon ab....dann nehme ich Pantovigar und dann wieder sagen Leute das ist Mist, zu niedrig und ich überlege ob ich doch Cellagon nehmen soll!!! Verstehste?

Das mit der Übersäuerung, damit arbeitet das "Zentrum der Gesundheit" viel, das hört sich alles logisch an, vielleicht sind wir auch übersäuert...aber den Körper mit den angepriesenen Medikamenten zu versorgen hat auch noch keinem etwas gebracht.

Und es ist viel Input, keine Frage....

Zu Pantovigar, schau Dir mal die Inhaltsstoffe an, das sind meistens Aminosäuren. Die kannst Du einzeln kaufen, ist viel billiger.

Sag mal wo gehen Dir eigentlich die Haare genau aus?

Ig

Subject: Aw: Es geht wieder los...vielleicht schubweise AGA?

Posted by [lockentraum](#) on Thu, 19 Sep 2013 11:37:20 GMT

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

Hallo Fisch,

ich bin mir recht sicher, dass ich AGA habe (und der Hautarzt auch), die noch schön getriggert wird von einer SD-UF und einem Ferritinmangel. Letztes Jahr Ende Mai ging bei mir zum ersten Mal der Horrorausfall los, vorher hatte sich der Oberkopf aber schon gelichtet, was ich jedoch immer verdrängt habe, da ja kein oder nur sehr wenig Ausfall da war. Dann ging es los mit etwa 100 Haaren an normalen Tagen und um die 300 an Waschtagen. Und da ging das dann sehr schnell, dass man es auch sehen konnte.. Ich hab auch alles mögliche an Nems gefressen, hat alles nix gebracht. Im September drehte ich dann so am Rad, dass ich mich zu einem Haarteil entschloss, das dann im Oktober auch kam. Und ich fing mit Pantostin an. Drei Wochen später hörte der HA auf und ich war happy.

Die Haare wuchsen wieder nach, nicht so dicht wie vorher, aber es reichte, dass ich das Haarteil im Januar wieder weglassen konnte. Dieser taumhafte Zustand hielt bis Ende Juli an, dann ging der HA wieder los. Es war zahlenmäßig lange nicht soviel wie letztes Jahr (ich denke, mir hilft das Pantostin), aber da der Ausgangszustand schlechter war, bin ich wieder am Überlegen das Haarteil zu tragen. Ich habe aber den Eindruck, dass es wieder besser wird, deshalb warte ich noch ein wenig. Ich denke, das war auch der nächste AGA Schub, zumal mir auch hauptsächlich kurze Haare (die, die so schön in den Geheimratsecken nachgewachsen waren) rausfielen. Und es lag bei mir auch etwa ein Jahr dazwischen und ich befürchte, dass das jetzt jedes Jahr so geht und es so immer ein wenig lichter wird.

LG Lockentraum
