

---

Subject: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??

Posted by [Belli](#) on Mon, 11 Nov 2013 14:48:06 GMT

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

---

Hallo ihr lieben..

Bin schon seit geraumer Zeit stiller Mitleser u einfach nur froh, dass ich dieses Forum gefunden habe..

man fühlt sich nicht mehr so allein mit diesem belastenden Haarausfall u ich habe den Eindruck,dass das ein oder andere Mitglied hier mittlerweile mehr Wissen hat, als jeglicher Arzt

Aber nu erstmal zu mir..

ich bin 32 Jahre alt, dass mit dem Haarausfall hat schleichend im Juni/Juli begonnen  
Eines meiner ersten Arztbesuche war dann beim Gyn, diese hat dann ein paar Blutwerte getstet, meinte alles i.O. u wollte dann als einzige Möglichkeit die Pille umstellen, was aber aus Allergiegründen nicht ging, so dass ich mich fürs Absetzen entschieden hab, zum einen weil ich die Pille schon so lange genommen hab, dass ich seit letztem Jahr keine Regel mehr bekommen hab (was für meine Gyn normal war ) u zum anderen war ich mir überhaupt nicht im Klaren, dass das den Haarausfall nochmal verschlimmern kann

Nu bin ich seit ende Aug Pillenfrei u habe seit ende September so drastischen Haarausfall bekommen, dass ich panisch von Arzt zu Arzt gerannt bin..ich war bei zig Dermatologen die huschten kurz über meinen Kopf zogen hier u da und stellten fest, dass die Haare nicht fest genug im Kopf sind (soweit war ich auch vorher schon )

Da ich nach dem Absetzen bis Okt immer noch keine Regel hatte, bin ich dann vom Hausarzt zur Gynäkologischen Endo geschickt worden, diese hat dann eine Vitamin D unterversorgung festgestellt, mein ferritinwert soll von 52,9 auf mind 80 und ich habe zu wenig Östrogene, deswegen ist das Testosteron momentan zu hoch, obwohl ich dort im Normbereich liege. Nun soll ich zur Zyklusherstellung und für die Haare Progynova u ab dem 11.tag noch ein Gelbkörperhormon nehmen.

Meint ihr, dass das die Ursachen für den Haarausfall sein können?

Hat jemand Ahnung, wie lange das bei den Hormonen dauern kann, bis das anschlägt?sowohl bei den Haaren, als auch für einen geregelten Zyklus?  
und ist das alles reversibel??

Ich hatte schon immer dünne und wenig Haare, aber jetzt, ist es, als wenn ganze Schichten fehlen

Mein Pony hat sich halbiert u klebt nur noch strähnig an der Stirn..mein Scheitel hat sich weiter über den Hinterkopf gezogen und ein Wirbel, den ich bis dato nicht ein mal kannte, liegt frei u bei Licht kann man von vorne durch die Haare auf die Kopfhaut gucken

Abschneiden musste ich sie mittlerweile auch schon, weil mein Zopf immer dünner wurde u ich auch nur noch Angst hatte, es mit diesem noch schlimmer zu machen

Das sind nur noch Flusen, mit denen ich überhaupt nichts machen kann, weil ich sie sonst in der Hand habe..

Fühlt sich auch alles "so anders" an auf meinem Kopf..die Haare kleben so am Kopf u hier u da

kribbelt&zieht&juckt es auch aufm Kopf (Kopfhaut ist aber nich entzündet )  
Kennt jemand das, ist das jetzt psychosomatisch??

Meint ihr, dass das wieder werden kann?Habe wirklich große Angst, dass die verlorenen Haare nicht wieder nachwachsen o das ganze Elend in einer Glatze endet ??

So, wie es mir momentan geht (wofür zu einem die Hormonstörung, aber auch der Haarausfall verantwortlich sein wird), ist es für mich auch nicht möglich meinem Job nachzugehen..

Vielen Dank fürs Zeit nehmen und durchlesen meiner Geschichte..  
Über Antworten..sei es Hilfe; Zuspruch oder nette Worte..würde ich mich sehr freuen  
Geteiltes Leid, is halbes Leid..  
Viele Liebe Grüße Belli

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [mina89](#) on Mon, 11 Nov 2013 18:33:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Herzlich Willkommen hier, Belli.

Dass du jetzt ein Ungleichgewicht der männlichen und weiblichen Hormone hast, liegt bestimmt am Absetzen der Pille. Ich glaube, der Körper braucht da etwas Zeit, bis er sich wieder von alleine regeln kann. Wie lang hast du denn die Pille genommen?  
Mich verwundert allerdings, dass du schon einen Monat nach dem Absetzen diese Verschlimmerung hattest. Die kommt meines Wissens nach eigentlich erst so ca. 3 Monate nach dem Absetzen.

Da der Haarausfall schon unter der Pille begann, kann ich mir irgendwie schlecht vorstellen, dass dies wirklich die Ursache ist. Passierte so ca. 3 Monate vor Beginn des Haarausfall irgendwas Verdächtiges? Gewichtsabnahme, Krankheit, Medikamente, Stress?

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [lala](#) on Mon, 11 Nov 2013 18:39:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Belli

willkommen.

Als erstes wäre ein Gang zum od Anruf beim Gyn angesagt. Werte inkl. Referenzwerte bitte dort kopieren lassen, zifaxen lassen. wie auch immer.

wenn ein Gyn schon sagt, dass der Östro-wert niedrig ist, kann es sein, dass er echt arg niedrig ist.

Mein E2-Wert ist auch niedrig - nehme daher derzeit zusätzl Östrogen. Aber auf eigene Faust... hab kein sooo gutes Gefühl dabei, aber ich werde noch abwarten müssen um zu sehen, ob ich dauerhaften Erfolg damit habe. (Derzeit kein HA)

Wir sind etwa gleich alt.

Deine Werte hast du während der Pilleneinnahme ermitteln lassen? Nicht gut, da kaum aussagekräftig.

Aber stell sie ein, dann sehen wir weiter und sehen auch, was noch fehlt (Vitalstoffe)

Ig

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [Belli](#) on Mon, 11 Nov 2013 19:05:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hey..

vielen dank für die schnellen Antworten

@mina89 ich habe die Pille etwa 12 Jahre genommen, also schon ganz schön lang  
Was an Krankheiten auffällig ist, ist dass ich im Januar eine WSR hatte, dann hat urplötzlich (was sich keiner in meinem Alter erklären konnte) mein letzter Weisheitszahn einen Wachstumsschub bekommen,so dass dieser ende Aug rausoperiert wurde u kurze Zeit danach musste dann an einem anderen Zahn noch eine Wurzelbehandlung gemacht werden.  
Seit ende Sept ist der Haarausfall bis heute ohne Besserung, drastisch schlimmer geworden, meinst du die Zahngeschichten könnten damit zu tun haben?  
Nachdem ich letztes Jahr eine schlimme Trennung hinter mich gebracht hab, dachte ich eigentlich auf dem Weg der Besserung zu sein, was den Stress angeht, aber das jetzt hier übersteigt diesen Stress emenz

@lala die letzten Hormonwerte wurden von der Endo ca 1,5 Monate nach absetzen der Pille gemacht, weil ich bis dato immer noch keinen Zyklus hatte bzw keinerlei Blutung, auch nicht dirkt nach dem absetzen.

Meinst du 1,5 Monate sind zu wenig?  
Werde mich bemühen an die Blutwerte zu kommen.  
Vieln Dank  
Lg

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [Belli](#) on Tue, 12 Nov 2013 09:59:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo..

das sind schon mal die Blutwerte, die mein Hausarzt gemacht hat.  
Ausser ferritin u Vitamin d..soll wohl alles i.O. sein..seht ihr das auch so?

Bin grad echt verzweifelt, gestern Washtag u wieder unzählbar viele Haare verloren und heute nach dem Aufstehen gings gleich weiter, kämme schon gar nicht mehr, das ist fast nur noch ein überhauchen, aber trotzdem is das ganze Waschbecken voll

Sorry, fürs jammern..geb mir jeden Tag Mühe stark zu sein..manchmal klappt das eben nich so gut..

Viele liebe Grüße

### File Attachments

---

1) [IMG-20131111-WA0002.jpg](#), downloaded 412 times

cLeber	GOT	10 - 35	16		
	GPT	10 - 35	22		
	GGT	< 39	15		
Pankreas	LIP	< 60	44		
cNiere	KRES	0.51 - 0.95	0.89		
klin. Chemie	Cholesterin	< 200	199	*	
	Triglyceride	...	75		
	Eisen	9 - 27	18,5		
	Ferritin i.S. (EIA)	13 - 150	52,3		
	Transferrin-Sättigung	16.0 - 45.0	29,7		
	Natrium	136 - 145	143		
	Kalium	3.3 - 5.1	4,4		
	Blutsenkung	< 20	2		
	Zink i.S. (AAS)		folgt	y.o.u.	
	Selen i.S. (AAS)		folgt		
	Folsäure i.S. (LIA)	3.1 - 17.5	11,2		
	Vitamin B12 i.S. (LIA)	191 - 663	287		
	Vitamin B6 °	8.7 - 27.2	12,5		
	labor 6	Ges. Eiweiß	6.6 - 8.7	6,7	
		alpha 1 Globulin	2.9 - 4.9	3,7	
alpha 2 Globulin		7.1 - 11.8	9,1		
beta Globulin		7.9 - 13.7	9,4		
gamma Globulin		11.1 - 18.8	11,5		
Blutbild	Hämoglobin	12.0 - 16.0	12,9		
	Hämatokrit	35.0 - 43.0	39,5		
	Erythrozyten	4.0 - 5.5	4,3		
	Leukozyten	4.4 - 11.3	6,1		
	Thrombozyten	150 - 400	236		
	Monozyten	2.0 - 13.0	6,4		
	Lymphozyten	20.0 - 45.0	32,8		
	Eosinophile Leukozyten	0 - 4.0	2,8		
	Basophile Leukozyten	0 - 1.0	0,3	*	
	mean corp. haem. concentration	33.0 - 36.0	32,7 (--)		
	MCH	28.0 - 33.0	29,7	*	
	MCV	80.0 - 96.0	91,0		
	neutrophile Granulozyten	40.0 - 75.0	57,7		
Hormone	TSH	0.40 - 4.00	1,67		
	Gesamt-Testosteron i.S. (EIA)	0.08 - 0.48	0,16		
HIV-Test	HIV I/II-Antikörper (EIA)	negativ	negativ		
Lues	TPHA	negativ	negativ		
Urin	Albumin	55.8 - 66.1	66,3 (++)	*	
	Transferrin i.S. (Turb.)	200 - 360	248		
	beta 1 Globulin	4.7 - 7.2	5,7		
	beta 2 Globulin	3.2 - 6.5	3,7		
	Interpretation des Hormonstatus		Unauffäl.		
	25-Hydroxy-Vitamin-D i.S. ° (RIA)	...	22,7 (-)		
	1,25-(OH)2-Vitamin-D3 i.S. ° (RIA)		31,6	folgt	
	RDW-CV: Ery-Volumenverteilungsbreite	11.0 - 16.0	14,2		
	Neutrophile Granulozyten	1.80 - 7.70	3,49		
	Lymphozyten	1.00 - 4.80	1,99		
	Monozyten	0.00 - 0.80	0,39		
Eosinophile Granulozyten	0.00 - 0.45	0,17			
Basophile Granulozyten	0.00 - 0.11	0,03			

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
 Posted by [Biggi01](#) on Tue, 12 Nov 2013 10:14:31 GMT

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

---

Hi

Und Testo ist zu hoch.

Ig

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??

Posted by [Belli](#) on Tue, 12 Nov 2013 10:23:33 GMT

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

---

He Biggi

danke für die schnelle Antwort.

Diese Blutentnahme war nach dem Absetzen der Pille, aber noch vor Beginn mit Progynova u dem Gelbkörperhormon

Dann müsste das ja daran gelegen haben, dass mein Östrogen zu niedrig war, oder?  
Bzw meinst du, dass sich das damit wieder einpegeln kann?

Habe auch das Gefühl mir fallen nur Haare aus u es wachsen keine nach, müsste sich das ändern, wenn die Hormone greifen?

Bin heute mit dem ersten Blister fertig.

Viele liebe Grüße

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??

Posted by [mina89](#) on Tue, 12 Nov 2013 10:28:47 GMT

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

---

Huch, wieso ist Testosteron zu hoch? Der Wert ist mit 0,16 doch im unteren Referenzbereich?

Ich finde es ein bisschen schwierig, weil man nicht genau sagen kann, in welcher Zyklusphase du bist. Und generell halte ich 1,5 Monate nach dem Absetzen der Pille (v.a. weil du sie vorher so lang genommen hast) für zu früh, um eine aussagekräftige Sicht auf den Hormonhaushalt zu erhalten. Ist aber nur meine Laienmeinung. Ich würde zumindest zwecks der Hormone raten, auf jeden Fall nochmal in 6-12 Monaten einen Hormonstatus zu machen. Leider kann das alles ein wenig dauern mit den Hormonen.

Wegen der Zahn-Op würde ich nicht ausschließen, dass es der ursprüngliche Auslöser war. Nun kann durch das Absetzen der Pille aber ein weiterer Auslöser hinzugekommen sein. Ferritin finde ich bei dir nicht soo niedrig, würde ich aber trotzdem auf mindestens(!) 70 aufsättigen.

Wieso steht beim Vitamin D kein Referenzbereich? Weißt du, ob das Blut lichtgeschützt

wurde?

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??

Posted by [Belli](#) on Tue, 12 Nov 2013 10:58:11 GMT

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

---

Das Problem ist ja, dass ich seit ca 1 Jahr kein Zyklus mehr habe, auch nach dem Absetzen hat sich nichts getan

Deswegen hat mir die Gynäkologische Endo ja Östrogene u Gelbkörperhormone verschrieben, um einen Zyklus herzustellen

Deswegen habe ich keine Ahnung, was mein Testo angeht u wie man das rechnet, wenn man keinen Zyklustag angeben kann

Ach das ist alles ein Mist dass das alles, was Haare angeht soo lange dauert..

im Februar habe ich den nächsten Termin zur Kontrolle

Bin jetzt erstmal gespannt, ob ich nun diese Wo in der Hormonpause meine Regel endlich mal bekomme oder wieder nicht

Der Referenzbereich vom Vitamin d stand auf einem anderen Zettel, dieser ist 20-50 (weiß leider die Einheit nicht )

Tja und ob das lichtgeschützt wurde, weiß ich leider auch nicht, aber ich nehme mal eher an nicht

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??

Posted by [mina89](#) on Tue, 12 Nov 2013 16:03:55 GMT

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

---

Wenn es nicht lichtgeschützt war, ist der Wert nach oben verfälscht. Du kannst ja mal den Arzt fragen (wobei ich allerdings schon mal von Arzthelfern angelogen wurde in solchen Dingen...ich hab da kaum noch Vertrauen.)

Aber du bist doch erst seit Ende August diesen Jahres pillenfrei oder? Ich verstehe nicht, was du meinst, wenn du sagst, dass du 1 Jahr keinen Zyklus hattest? Unter der Pille hat man ja eh keinen. Dass dir der Gyn so schnell Hormone verschreibt, finde ich irgendwie komisch. Dein Körper hatte ja nichmal 6-12 Monate Zeit, sich selbst zu regulieren.

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??

Posted by [Belli](#) on Tue, 12 Nov 2013 16:30:05 GMT

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

---

Ja, mein Vertauen in die Ärzte ist auch nicht mehr wirklich groß

Wenn der Wert nach oben verfälscht wurde, würde das ja bedeuten, dass ich nicht nur eine Unterversorgung, sondern sehr wahrscheinlich einen Mangel hätte

---

Ja, bin erst seit Aug 2013 pillenfrei..mit keinen Zyklus meine ich, dass ich auch unter der Pille schon keine Abbruchblutung mehr hatte.

Die Gyn hat mir die Hormone verschrieben, zum ersten, weil selbst die Blutung direkt nach dem Absetzen ausgeblieben ist (sie meint, da hätte eine Art Sturzblutung passieren müssen ), zum zweiten haben sich bis Mitte Okt immer noch keinerlei Schleimhäute aufgebaut, was sie sich zum Dritten auch anhand meiner Blutwerte (die ich leider nicht zur Hand habe) erklären kann-zu wenig Östrogene u dadurch ist wohl mein Testosteron zu hoch

Mittlerweile weiß man bei den ganzen Ärzten auch schon gar nicht mehr, wem man was glauben soll

Hätte ich auf den ersten Dermatologen gehört, hätte ich sofort mit Regaine anfangen sollen u das wars, ohne überhaupt annähernd zu wissen, was den Haarausfall verursacht hat..

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [mina89](#) on Tue, 12 Nov 2013 16:37:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Blutung beim Absetzen der Pille ist doch eine normale Abbruchblutung wie jede Blutung unter der Pille. Woher soll der Körper denn auch wissen, dass er danach keine Pille mehr kriegt? Zumindest wüsste ich nicht, wieso das was anderes sein sollte.

Dass man nach dem Absetzen der Pille nicht sofort wieder eine Regel bekommt, ist eigentlich gar nicht so selten, meine ich. Und dass die Hormone Richtung "zu viel männliche Hormone" verschoben ist, ist auch recht natürlich. Der Körper war es ja immer gewöhnt, dass die männlichen Hormone unterdrückt wurden, zumindest sofern man eine antiandrogene Pille nahm. Hattest du so eine?

Wieso möchtest du denn kein Regaine nehmen? Regaine kann man m.E. eigentlich unabhängig von der Ursache nehmen. Auch bei diffusem Haarausfall, bis die Ursache beseitigt ist. Aber gut, es erschwert natürlich die Ursachenforschung, wenn man mit dem Glück gesegnet ist, dass Regaine den Haarausfall stoppt.

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [Belli](#) on Tue, 12 Nov 2013 17:29:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich weiß es auch nicht..ich hab seit 1Jahr keine Abbruchblutung mehr gehabt..u das hatte sich bis Mitte Okt (da wäre rein theoretisch der 2.Zyklus, nach absetzen, gewesen) nicht geändert..warum keine Ahnung

ich hab die Miranova genommen, ob das jetzt eine Antiandrogene Pille ist, weiß ich gar nicht Mir wurde immer gesagt, dass das eine ganz niedrig dosierte Pille ist

Habe sie mit ca 19 Jahren verschrieben bekommen u seit dem immer fleißig (mal mehr mal



weniger an die Einnahme gedacht ) genommen

Wenn ich jetzt darüber nachdenke, bin ich auch der Meinung, dass meine Haare in den Jahren von der Beschaffenheit immer feiner wurden..aber in wie weit da die Pille jetzt mit reingespielt hat weiß ich nicht

Ansonsten ist jetzt auch festgestellt worden, dass ich eine Genmutation in der Gerinnung hab, was heißt ich darf überhaupt keine Pille nehmen, wg der überhöhten Thrombose u Emboliegefahr

Ich denke mein Körper hatte schon mit der Pille zu kämpfen u das Absetzen hat jetzt ein völliges Chaos verursacht

Bevor ich Regaine nehme, würde ich gern herausfinden, ob das nicht auch so wieder reversibel ist???

Denn das Shedding bereitet mir bei meinem jetzigen Haarstatus schon regelrecht Panik  
Dann möchte ich auch nicht, wenns nicht sein muss o anders geht,ein Leben lang abhängig von einem Haarwasser sein

Außerdem wüted der Haarausfall mehr denn je u ich habe gehört, Regaine ist ein Haarbooster, aber stoppt nicht den Ausfall selbst ..fallen da nicht auch die neugewachsenen Haare wieder mit aus

Vielen dank für deine Antworten und Hilfe,  
viele liebe Grüße

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??

Posted by [lala](#) on Tue, 12 Nov 2013 18:52:12 GMT

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

ich fürchte schon da ist was nicht in ordnung mit den hormonen.

aber bevor du die werte nicht hast... und es wurde schon gesagt: werte 1,5 monate nach absetzen sind ...naja. besser als nix, aber mehr auch nicht.

wenn du jetzt schon was machen möchtest:

haarstatus fotografieren (nass und trocken), um später einen Vergleich zu haben

Vit B Komplex und zusätzlich Vit B 6 nehmen

Eisen kann nicht schaden...wurde schon gesagt

und 1-2 Antioxidantien. Vit C und Q10 zum Bsp. Hochdosiert.

B-Komplex, Vit C und Q10 gibts bei DM

Vit B6 hier:

[http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/vitamin-b6-20-mg-j-enapharm-tabletten-100-st-mibe-gmbh-arzneimittel-pzn-4029414 .html/nb/1](http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/vitamin-b6-20-mg-j-enapharm-tabletten-100-st-mibe-gmbh-arzneimittel-pzn-4029414.html/nb/1)

Q10 höher dosiert hier:

<http://www.well-power.de/Vitalstoffe-A-Z/Coenzym-Q10/Coenzym-Q10-100-60-Kapseln-well-power-de.html?listtype=search&searchparam=Q10>

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [mina89](#) on Tue, 12 Nov 2013 18:59:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

lala schrieb am Tue, 12 November 2013 19:52 und 1-2 Antioxidantien. Vit C und Q10 zum Bsp. Hochdosiert.

Das wusste ich noch gar nicht. Wie wirkt das mit den Antioxidantien denn? Und ist es egal, welche man da einnimmt? Sorry, wenn die Frage etwas dumm ist.

---

---

Subject: Aw: Dieser Haarausfall..Östrogenmangel??  
Posted by [lala](#) on Tue, 12 Nov 2013 19:38:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mina89 schrieb am Tue, 12 November 2013 19:59 lala schrieb am Tue, 12 November 2013 19:52 und 1-2 Antioxidantien. Vit C und Q10 zum Bsp. Hochdosiert.

Das wusste ich noch gar nicht. Wie wirkt das mit den Antioxidantien denn? Und ist es egal, welche man da einnimmt? Sorry, wenn die Frage etwas dumm ist.

antioxidantien wirken nicht direkt gg haarausfall. aber sie wirken gegen zellstress. und haarausfall ist ein zeichen, dass der körper aus seiner balance geraten ist, stress hat. sie wirken unterstützend.

---