

---

Subject: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Tue, 28 Jan 2014 17:36:13 GMT

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

---

Hallo liebe Forummitglieder,

ich bin sehr froh, dass ich dieses Forum gefunden habe! Dass hier so viele mitleiden und so viel know-how haben, tröstet mich sehr!

Nun zu meinem Fall:

Ich bin 29 und habe jahrelang meist saisonal (Herbst) Haarausfall gehabt, der sich immer wieder nach wenigen Monaten legte. -Bis es 2012 schon im Sommer anfang und fast den ganzen Winter andauerte. Ich schob das damals auf den großen Stress, den ich zu der Zeit hatte und Anfang 2013 hörte es auch auf und ich hatte ganz viele kurze, abstehende Haare auf dem Kopf, die wohl nachwachsen. Leider begann das große Leid dann schon im Juni/Juli 2013 erneut. Und seitdem bekomme ich das Ganze auch mit ärztlicher Hilfe nicht in den Griff. Es wurden immer mehr und mehr Haare und mittlerweile habe ich, die immer viele kräftige Haare hatte, vor allem an den Schläfen sehr dünne Strähnen. Ich habe auch seit ein paar Jahren das Gefühl, dass die Haare dünner/kaputter werden.

Nun kurz die ersten Maßnahmen in Stichpunkten:

- November 2013: Hausarzt nimmt Blut ab. Schilddrüse vollkommen ok, aber Ferritinwert von 9. Daraufhin 5 mal fast wöchentlich Eiseninfusionen (Venofer).
- Nebenbei Einnahme von Pantovigar seit November 2013.
- Nach ca. 3 Wochen leichte Verbesserung, nur noch größere Haarmengen nach dem Waschen.
- wenig später wieder Verschlechterung.
- Ferritinwert jetzt bei 126, Infusionen gehen erst mal nicht weiter.
- Hormonspiegel vollkommen in Ordnung, obwohl ich meine, doch ein männliches Körperbehaarungsmuster aufzuweisen.
- Vor wenigen Tagen von der Pille Chariva (Belara) auf Maxim gewechselt, soll noch besser gegen HA wirken. Hatte mal überlegt, ob es daran liegt, dass ich die Pille seit nun ca. 1-1,5 Jahren durchnehme (Langzeitzyklus).
- Ausfall: Alle 2-3 Tage Haarwäsche, dann ca. 150-200 Haare, am Tag dazwischen wenige bis ca. 50. Finde aber überall Haare von mir und bin so verzweifelt. Würde sie manchmal am liebsten abrasieren
- Dermatologe kann mir gar nicht helfen. Er sagt, ich habe alles abgecheckt und soll geduldig sein. Von Regaine halte er nix. Männliches Haarausfallmuster hätte ich nicht. Ich soll Vitamin B12 nehmen oder Fleisch essen und auf Eisen achten...

So, nun steh ich da und weiß nicht weiter. Bin ich nach der Eisentherapie einfach zu ungeduldig oder war das nicht der Grund? Könnte es Alopezie sein? Ich bin zwar seit Sommer Vegetarierin, aber woher der HA in 2012 (da war der Eisenwert laut Arzt ok)? Was bringt Pantovigar (nehme es seit gut 1,5 Monaten)?

Ich würde mich freuen, wenn die ein oder andere unter euch mir ihr Ideen zu meinem Fall nennen könnte. Vielleicht könnt ihr mir auch raten, was ich noch unternehmen kann.

Außerdem überlege ich, ob ich nun Regaine nehmen soll. Könnt ihr mir da einen Rat geben?

Liebe Grüße, Brain

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Wed, 29 Jan 2014 12:28:36 GMT

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

---

Gerade habe ich nochmal mit dem Hausarzt telefoniert. Sie sagte, dass eine Störung beim Transferrinwert vorläge. Ich hoffe nun, dass das mit dem Eisenmangel doch noch der Grund für den HA sein könnte. Wenn es in 4 Wochen noch nicht besser ist, bekomme ich weiterhin infusionen. Werde jetzt auch öfter mal wieder Fleisch essen. Kennt sich hier jemand mit den Transferrinwerten aus?

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sat, 01 Feb 2014 18:27:47 GMT

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

---

Warum antwortet denn überhaupt niemand??

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [bionda](#) on Sat, 01 Feb 2014 21:35:03 GMT

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

---

Hallo Brain,

dass du bisher noch keine Antworten erhalten hast, liegt vermutlich daran, dass deine Fragen nur schwer oder sogar gar nicht zu beantworten sind, auch wenn du deine Haarausfallgeschichte sehr klar und deutlich dargelegt hast.

Zitat: Bin ich nach der Eisentherapie einfach zu ungeduldig oder war das nicht der Grund?

Ob der Ferritinmangel der Grund war, kann man nicht sagen. Zwar gilt Ferritinmangel als mögliche Haarausfallursache, er muss jedoch nicht der Grund sein, wenn man Haarausfall hat.

Bei mir z. B. ist es so, dass der Ferritinwert offenbar keinen Einfluss auf Haarausfall und nachwachsende Haare hat. Im Dezember 2009 wurde bei mir ein Ferritinwert von 8 ng/ml festgestellt, im Juni 2010 lag er dann bei 61 ng/ml, im August 2012 bei 14 ng/ml und jetzt, ca. anderthalb Jahre später, ist er, so vermute ich zumindest, sicher weiter gesunken. Trotzdem verliere ich momentan so wenige Haare wie in den ganzen letzten Jahren nicht.

Falls aber der Ferritinmangel der Grund für deinen Haarausfall war, musst du von dem Zeitpunkt an, an dem der Wert wieder hoch war, mindestens noch drei Monate dazuzählen, um einen Haarausfallrückgang erwarten zu können, da sich die Haare, die dir jetzt ausfallen, schon seit ca. drei Monaten in der Telogen-(=Ausfall-)phase befinden. Möglicherweise müsstest du sogar noch länger warten, denn vielleicht muss der haarfreundliche Ferritinwert erst mal eine gewisse Zeit bestehen, um sich positiv auszuwirken (das halte ich zumindest für möglich, weiß es aber nicht).

Zitat:Könnte es Alopezie sein?

Ja, es könnte Alopezie sein. Alopezie wird, je nach Quelle, als Haarausfall oder als Haarlichtung aufgrund von Haarausfall und/oder mangelndem Neuwuchs definiert. Und du hast ja zumindest an den Schläfen schon eine deutliche Haarlichtung.

Zitat:Ich bin zwar seit Sommer Vegetarierin, aber woher der HA in 2012 (da war der Eisenwert laut Arzt ok)?

Woher der Haarausfall 2012 kommt, kann man als Außenstehender leider auch nicht sagen. Dass der Eisenwert damals ok war, bedeutet jedoch nicht, dass der Ferritinwert es auch war. Du hast den Haarausfall aber selber damals auf den großen Stress geschoben, den du zu der Zeit hattest, und der kann schon dafür verantwortlich gewesen sein. Stress kann Haarausfall verursachen.

Zitat:Was bringt Pantovigar (nehme es seit gut 1,5 Monaten)?

Pantovigar bringt nichts, wenn der Haarausfall nicht durch einen Mangel an den Stoffen verursacht wird, die man mit Pantovigar zu sich nicht. Falls er aber aufgrund eines Mangels an einem dieser Stoffe besteht, müsste man eventuell höher dosiert herangehen, um ihn zu beheben.

Zitat:Außerdem überlege ich, ob ich nun Regaine nehmen soll. Könnt ihr mir da einen Rat geben?

Ich selber verwende Regaine seit einigen Jahren und es hat mir sehr geholfen. Allerdings verdanke ich die Verdichtung meiner Haare nicht einem Haarausfallstopp, sondern dem stetigen Neuwuchs, denn ich unter Regaine habe. Gegen meinen Sommerhaarausfall jedenfalls kommt Regaine nicht an.

Falls du mit Regaine also erreichen willst, dass der Haarausfall im Sommer/Herbst wegbleibt, wirst du vielleicht enttäuscht werden, denn ich habe auch bei anderen schon gelesen, dass sie trotz Regaine Sommerhaarausfall haben. Falls du aber deinen Neuwuchs ankurbeln willst, könntest du dir überlegen, Regaine zu verwenden und dann sehen, ob es hilft.

LG  
Bionda

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [susanne27](#) on Sat, 01 Feb 2014 23:13:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

hast du denn die Schilddrüsenwerte vorliegen? Falls ja, dann stelle sie bitte ein.

Wurde denn auch Vitamin B12 und Vitamin D bestimmt?

Ich würde auf jeden Fall einen guten Vitamin B-Komplex einnehmen und ggf. auch Zink (da der Wert durch die Eiseninfusionen absinken kann).

Ich habe neulich in einem anderen Forum gelesen, dass einige durch Nachtkerzenöl weniger bzw. zum Teil gar kein HA mehr haben.

Wünsche dir alles Gute!

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sun, 02 Feb 2014 00:07:57 GMT

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

---

Danke für eure Antworten! Ich weiß ja, dass wohl niemand den genauen Grund nennen kann, aber einige von euch haben ja schon mehr Erfahrung und ein paar Anregungen helfen mir schon. Mittlerweile weiß ich auch einfach nicht mehr, wo ich vielleicht auch übersensibel bin, also wie sehr sich die Haare nun tatsächlich gelichtet haben. Durchschnittlich sind es ja schon noch unter 100 am Tag und ich habe ganz das Gefühl dafür verloren, welche Menge normal ist. Ich muss mich wohl in Geduld üben....

Vitamin B12 nehme ich jetzt auch, in den Tabletten ist glaube ich auch Zink. Die Schilddrüsenwerte habe ich leider nicht.

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [lala](#) on Sun, 02 Feb 2014 12:58:47 GMT

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

---

Brain schrieb am Wed, 29 January 2014 13:28 Gerade habe ich nochmal mit dem Hausarzt telefoniert. Sie sagte, dass eine Störung beim Transferrinwert vorläge. Ich hoffe nun, dass das mit dem Eisenmangel doch noch der Grund für den HA sein könnte. Wenn es in 4 Wochen noch nicht besser ist, bekomme ich weiterhin Infusionen. Werde jetzt auch öfter mal wieder Fleisch essen.

Kennt sich hier jemand mit den Transferrinwerten aus?

hi  
was hat denn nun dein Arzt genau gesagt zum Thema Störung des Transferrinwertes? Was genau ist da gestört und mit welcher Auswirkung.

Ich habe recherchiert zum Thema Eisenstoffwechsel

Hier der hilfreichste Link, den ich gefunden habe

<http://www.ironwiki.org/index-Dateien/Page3080.htm>

Da ist alles recht gut erklärt.

Halt uns auf dem Laufenden und lass dir immer all deine Werte (inkl. Referenzwerte) geben

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sun, 02 Feb 2014 13:10:01 GMT

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

---

Ja, ich werde demnächst mal die Werte sammeln. Der Hausarzt sagte, dass der Transferrinwert zu niedrig sei. Also Störung im Eisentransport. Ich hatte auch mal nachgelesen und da stand, dass eine Störung im Eisenhaushalt vorliegt, wenn der zu HOCH ist. Mir wurde leider weiterhin

---

nix gesagt, da werde ich auf jeden Fall nochmal nachhaken, wenn ich nochmal hingeh. Vielen dank für die mühe, lala!

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [lostsheep](#) on Sun, 02 Feb 2014 13:37:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Brain,

ich kann grad nicht alles lesen, aus Zeitgründen - aber: es ist völlig unsinnig, zu behaupten, dass dein Haarproblem mit "Fleisch essen" wieder hinzukriegen ist. Bzw. dass deine vegetarische Ernährung das Problem verursacht.

Ich selbst bin Veganerin und habe mich breit mit dem Thema beschäftigt. Die meisten hier in diesem Forum werden Fleisch essen und haben dennoch Haarausfall. Niemand kommt dabei auf die Idee zu denken, dass das Fleisch an dem Haarausfall schuld ist.

Meine Situation hat sich verbessert, mir geht es sogar wieder richtig gut...  
Und ich lebe noch immer vegan!  
(Siehe meinen neusten Eintrag/eins der neuen Themen "zu verschenken").

Mir haben damals auch allemöglichen Ärzte gesagt, dass es an meiner veganen Ernährung liegen würde.  
Totaler Quatsch, denn logische Argumente, was handfestes, konnten sie nicht vorweisen.  
Zudem hatte ich keinen Mangel.

Es ist auch längst bewiesen, dass genauso viele Veganer, Vegetarier oder Allesesser Eisen-, Vitamin B12, Vitamin D... - Mangel haben!!!

Wenn du einen Mangel hast, schau, dass du ihn mit deiner Ernährungsweise ausgleicht.  
Ich trinke zum Beispiel immer Orangensaft (Vitamin C) zu den Mahlzeiten, das speichert das Eisen besser.  
Und ich trinke kaum noch Kaffee (Coffein blockiert die Eisenaufnahme) usw...

Folgend ein Link zu einem Arzt (!) der sich für die vegane Ernährung einsetzt:  
<http://provegan.info/>  
Dort findest du ganz viel zum Thema GESUNDE vegane Ernährung. Es gibt auch einen kostenlosen Newsletter, sehr zu empfehlen!!!

Du wirst dein Problem mit "Fleisch essen" nicht in den Griff bekommen, denn die Ursachen werden zu 100% da nicht liegen. Die meisten Ärzte haben gar keine Ahnung von Ernährung. Schlimm, wie sie einfach drauf los reden!!!

Wenn es keinen ersichtlichen Grund für deinen Haarausfall gibt und vor allem wenn sich deine Kopfhaut lichtet, liegt es SEHR nahe, dass du erblich bedingten Haarausfall hast. So war es auch bei mir. Und da helfen dann NUR Mittel die gegen ERBLICH BEDINGTEN Haarausfall wirken. Gene kannst du mit Eisen und Co. nicht verändern!!! Eisen und Co. sind natürlich eine gute

Unterstützung aber die Gene bleiben.

Und da ist Regaine heutzutage nun einmal das Beste (laut Studien), was gegen den erblichen Faktor kämpft.

Mir hat damals auch eine Ärztin von Regaine abgeraten, sie meinte, dass da ja Hormone drin sein.

Ich habe sie dann erst mal aufgeklärt, was Regaine überhaupt ist.

Also, ein Arzt, der meint, dass du Fleisch essen sollst und damit dein Haarproblem verschwindet... der ist einfach schon sehr unprofessionell!!! Er hat keine Ahnung. - Wenn er dir dann von Regaine abrät, solltest du das stark anzweifeln.

Hol dir doch noch 2,3,4 andere Ärzte-Meinungen ein!!! Dazu kann ich IMMER nur raten!!!

Ich hatte die unterschiedlichsten Feedbacks.

Am besten ist es, du recherchierst selbst und hörst auf dich selbst.

---

Und ein Eisenwert kann NICHT zu hoch sein (wie es bei Zink zum Beispiel der Fall sein kann): Wenn du zuviel Eisen aufnimmst, scheidet der Körper es einfach wieder aus.

Bestell dir mal den kostenlosen Newsletter von Dr. med. Heinrich, da kannst du sehr viel lernen, was die Gesundheit/Ernährung betrifft.

Dinge, die meine Ärzte teilweise gar nicht wussten - weil sie sich eben nicht mit Ernährung auskennen!!!

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sun, 02 Feb 2014 14:05:26 GMT

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

Aber mit der Diagnose von Alopezie ist das so eine Sache, oder? Wann kann man mit Sicherheit davon sprechen? Es wird bei mir ja noch von allen damit gerechnet, dass es am Eisenmangel lag. Ob der Wert durch fehlendes Fleisch kam, sei mal dahingestellt. Füllen kann man den Speicher natürlich auf verschiedenen Wegen... Es bleibt halt die Frage, ob das wirklich die Ursache ist...

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [lala](#) on Mon, 03 Feb 2014 21:17:55 GMT

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

der arzt sagte das transferrin zu hoch ist, nicht eisen.

und richtig, brain, auch ich habe gelesen, dass ein zu hoher transferrin auf eisenmangel hinweist.

der körper schickt quasi suchtrupps los (das transferrin), um die letzten ferritin-werte (eisen) aufzutreiben. demnach: mach dich schlau, damit dir dein arzt keinen humbug erzählen kann

zum thema "gesunde" ernährung:

ernährung ist eine hochgradig individuelle angelegenheit. eine vermeintlich gesunde

ernährungsweise ist für den einen oder anderen grundfalsch.  
ein niedriger eisenspeicher ist in jedem fall schlecht, zuletzt (!) für die haare. also heisst das kurz- bis mittelfristige ziel nun: speicher auffüllen: ob mit tabletten, fleisch oder veganen ersatznahrungsmitteln, sei jedem selbst überlassen. ich rate anfangs in jedem fall zu tabletten, später kann man es mit der ernährung versuchen (da sollte man aber ab und an checken lassen, ob das auch so toll klappt wie man denkt)

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Wed, 05 Feb 2014 10:47:00 GMT

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

---

Also Vitamin B Komplex und zink nehme ich, dann weiter Pantovigar und evtl werde ich weiterhin zu den Eiseninfusionen gehen. Da ich mich nur teilweise vegetarisch ernähre (es geht mir nur um die Tierhaltung), werde ich jetzt wieder etwas öfter Fleisch essen.

Dass ich schonmal länger Haarausfall und danach Neuwuchs hatte, macht mir noch Hoffnung, aber die schwindet langsam immer mehr...

Nächste Woche werde ich nochmal zu einem anderen Hautarzt gehen, der auch Haardiagnostik anbietet. Könnt ihr mir noch Tipps geben, was ich ihn fragen kann und welche angebotenen kostenpflichtigen Zusatzleistungen ich annehmen sollte?

Und noch eins, was mich beschäftigt: wie stelle ich Neuwuchs fest? Da ich im Moment keine Stoppeln am scheidel habe, habe ich nicht das Gefühl, dass was nachwächst. Allerdings habe ich vorne am kompletten Ansatz sehr viele haare ab 1cm Länge. Sprechen die für Neuwuchs oder sind diese Haare am Ansatz "normal"?

Weiterhin danke für eure Unterstützung!!!

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [lala](#) on Wed, 05 Feb 2014 14:06:59 GMT

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

---

Brain schrieb am Wed, 05 February 2014 11:47

Und noch eins, was mich beschäftigt: wie stelle ich Neuwuchs fest? Da ich im Moment keine Stoppeln am scheidel habe, habe ich nicht das Gefühl, dass was nachwächst. Allerdings habe ich vorne am kompletten Ansatz sehr viele haare ab 1cm Länge. Sprechen die für Neuwuchs oder sind diese Haare am Ansatz "normal"?

Weiterhin danke für eure Unterstützung!!!

das musst du beobachten. ich rate, gute fotos zu machen, und dann nach ein paar wochen zu vergleichen.

wenn diese 1cm haare länger werden, ist es neuwuchs, wenn nicht, dann sind es diese "babyhaare", die viele haben, die nie länger werden. aber gut sind sie in jedem fall (haardichte!)

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [mina89](#) on Wed, 05 Feb 2014 15:02:46 GMT

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

---

lostsheep schrieb am Sun, 02 February 2014 14:37

Und ein Eisenwert kann NICHT zu hoch sein (wie es bei Zink zum Beispiel der Fall sein kann):

Wenn du zuviel Eisen aufnimmst, scheidet der Körper es einfach wieder aus.

Das stimmt aber meines Erachtens nicht. Wo hast du das denn her?

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [lala](#) on Wed, 05 Feb 2014 15:21:59 GMT

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

---

mina89 schrieb am Wed, 05 February 2014 16:02lostsheep schrieb am Sun, 02 February 2014 14:37

Und ein Eisenwert kann NICHT zu hoch sein (wie es bei Zink zum Beispiel der Fall sein kann):

Wenn du zuviel Eisen aufnimmst, scheidet der Körper es einfach wieder aus.

Das stimmt aber meines Erachtens nicht. Wo hast du das denn her?

stimmt auch nicht, im Gegenteil. zu viel eisen lagert sich in der leber ab. ist nicht gut.

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sat, 08 Feb 2014 11:45:22 GMT

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

---

Mensch, so langsam merke ich auch, wie mir qm Oberkopf die kurzen haare ausfallen . In den "Geheimratsecken" habe ich eh nur noch kurze. Es ist zum Verzweifeln, wenn man noch nicht mal weiß, woher der Mist kommt.

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sun, 09 Feb 2014 11:03:57 GMT

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

---

Jetzt verzweifle ich langsam. Es wird jetzt immer schlimmer, die haare fallen massig aus  
Ich kann absolut nicht mehr nachvollziehen, wieso es besser wurde, jetzt so schlimm. Vielleicht, weil ich keine Eiseninfusionen mehr bekomme?

Und wie lange kann das noch so gehen, bevor es jeder sieht? Ich kennt das bestimmt - ich bin eine gutaussehende junge Frau, eigentlich immer viele schöne lange haare... Und jetzt DAS! Ich weiß langsam nicht mehr damit umzugehen und möchte mich nur noch einschließen

Ich überlege ernsthaft, ob ich als letzte Maßnahme regaine nehmen soll....

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Tue, 11 Feb 2014 13:14:47 GMT

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

---

So, hier mal meine blutwerte. Zuerst die von Anfang Dezember.

Ich nehme jetzt noch zinktabletten und soll noch zum hämatologen gehen. Zum endokrinologen gehe ich auch noch. Derweil wird de HA immer schlimmer, es macht mich echt fertig

Ich würde mich sehr über eine Einschätzung freuen!

Ferritin lag übrigens bei 9 ng/ml

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Tue, 11 Feb 2014 13:25:58 GMT

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

---

2. VersucFoto anhängen klappt nicht

Leuko 8,0 Tsd/xl. (4.0-10,0)

Erythro 4,30 mio/xl (3,9-5,2)

Hämoglobin 13,0 g/dl (12-16)

Ferritin 9 ng/ml (15-150)

Hämatokrit 38% (36-46)

MCV 88fl (78-98)

RDW 12,6% (bis 15)

MHC 30pg (26-32)

MCHC 34g/dl

Thrombos 235 Tsd/xl (150-400)

Kreatinin 0.66 mg/dl (bis 1,10)

GFR nach MRD 107 ml/min ( ab 60)

Gamma-GT 7 U/l (bis 40)

TSH basal LIA 2,10 yOU/ml (0,27-4,2)

Ich schicke später noch die Werte von Januar, nach Eiseninfusionen

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Tue, 11 Feb 2014 14:20:16 GMT

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

---

Nun die Werte vom 10. Januar

Ferritin 129ng/ml (15-150)

Haptoglobin 770 mg/l 300-2000)

Leukos 5,9 Tsd/yl (4,0-10,0)

Erythros 4,32 Mio/yl (3,9-5,2)

Hämoglobin 13,0 g/dl (12-16)

Hämatokrit 40% 36-46)

MCV 93 fl (78-98)  
RDW 12,9% (bis 15)  
MCH 39 pg (26-32)  
MCHC 32 g/dl (30-36)  
Thrombos 261 Tsd/yl (150-400)  
Retikulozyten 6 o/op (5-20)  
Eisen 73 yg/dl (40-160)  
Transferrin 3,52 g/l (2,0-3,6)  
!!! Trenserrin-sättigung 15% (16-45)

Ich frage mich mehreres: 1. Warum ist der ferritinwert gestiegen, der von Erythrozyten und Hämoglobin aber kaum? Und warum ist die transferrinsättigung so gering, obwohl doch Eisen (ferritin) verfügbar ist? Das hieße doch, dass das Eisen nicht ausreichend in trdie Zellen transportiert wird.  
Bitte antwortet mir.

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [lala](#) on Tue, 11 Feb 2014 17:56:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

also. wg. transferrin weiß ich auf antrieb auch nicht...

aber ferritin von 9 im dez...ist klar, dass dir die Haare ausfallen

dann: TSH. ich glaube da gibt's aktuellere Referenzwerte, die bei 2 (Obergrenze) enden

warum sollen Eury und Hämo steigen. Die passen doch so? warum musst du zum Hämatologen?

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [Brain](#) on Tue, 11 Feb 2014 18:10:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

In der Grafik neben den Werten sahen ery und hämetwas wenig aus. Dachte, dass das bei mehr Eisen noch steigen würde. Die Ärztin sagte, dass ich das weiter beim hämatologen abklären sollte. Vielleicht wegen der Sache mit dem transferrin? Oder klärt der noch andere Werte ab? Ich weiß nicht, oder soll ich das beim Hausarzt anleiern?  
Ich frage mich halt auch, wie schnell der ferritinwert wieder sinkt und ob ich besser weiter infusionen bekommen sollte.  
Worauf könnte denn der TSH deiner Meinung nach hindeuten?

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [lala](#) on Tue, 11 Feb 2014 19:40:39 GMT

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

---

Brain schrieb am Tue, 11 February 2014 19:10 Die Ärztin sagte, dass ich das weiter beim hämatologen abklären sollte. Vielleicht wegen der Sache mit dem transferrin? Oder klärt der noch andere Werte ab? Ich weiß nicht, oder soll ich das beim Hausarzt anleiern?

Ich frage mich halt auch, wie schnell der ferritinwert wieder sinkt und ob ich besser weiter infusionen bekommen sollte.

Worauf könnte denn der TSH deiner Meinung nach hindeuten?

keine Ahnung, was sie da abklären lassen will. müsstest du nachbohren.

ferritin kann man auch easy als tabletten einnehmen. bei dem wert jetzt brauchst du keine infusionen mehr

TSH / Schilddrüse: bitte googeln oder Suchfunktion hier

zumindest sollte man bei einem Wert über 2 fT3 und fT4 machen lassen. Muss der Endo machen

und du hast die hormonwerte noch nicht eingestellt. ohne...wirds schwierig

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sat, 15 Feb 2014 13:37:10 GMT

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

---

Besuch beim zweiten Hautarzt: Ich fühlte mich schon etwas weniger abgefertigt, richtig Ahnung hatte die Frau aber auch nicht. Sie meinte, dass es nicht nach AGA aussähe, die Haare am Oberkopf seien doch schön dicht. Das klang zwar gut, aber ich sehe den Unterschied zu vorher und bin nur froh, dass Außenstehende es noch nicht so wahrnehmen. Noch...

Mit wurde jetzt Ell-Cranell ans Herz gelegt. Irendwie ist es mir erst mal lieber als Regaine, habe es jetzt bestellt, weil ich endlich was tun muss. Außerdem noch homöopathische Thallium sulfurivum D12-Globuli. Hautärztin legte mir auch noch mal nahe, geduldig zu sein. Dass das nach Auffüllen der Eisenspeicher 3-4 Monate dauern könnte, bis der HA aufhört. Ich hoffe natürlich noch drauf. Aber im Moment ist der HA so unerträglich stark geworden (an die 300 Haare beim Waschen, kann gar nicht mehr richtig stylen, da bei jedem Bürstenstrich was kommt), dass sich immer mehr zweifle. Wenn es das Eisen war, warum wird es schlimmer? Und ich habe so Angst vor AGA, weil es sich vor allem am Oberkopf lichtet!

In 1 1/2 Wochen gehe ich zum Endo. erst Mitte März zum Hämatologen, das mit dem Transferrin endlich mal besprechen. Hormonwerte bekomme ich jetzt die Tage, stelle sie dann ein.

Ich weiß gerade nicht mehr weiter. Habe heute Abend so eine Art kleinen "Modeljob" und fühle mich dabei so unwohl! Und ständig die Gedanken daran, wie lange es noch dauert, bis man es wirklich sieht!? Weil dann kann ich auch wirklich nicht mehr zur Arbeit gehen (stehe

täglich vor vielen Menschen). Was dann? Meine Haare waren immer alles für mich, mit einer Perücke könnte ich mich niemals anfreunden.

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [lostsheep](#) on Tue, 18 Feb 2014 17:24:46 GMT

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

---

Hallo Brain,

jeder Mensch und jeder Körper ist / reagiert anders.  
So kann Haarausfall/-schwund auch unterschiedliche Ursachen haben.  
Zumindest ist die Wissenschaft da noch nicht weit.  
Das gleiche Problem wie zum Beispiel mit Akne oder ähnlichem.

Androgenetische Alopezie kann man nicht diagnostizieren,  
daher ist das nur ganz am Ende die Antwort / Diagnose.

Das Problem ist, gegen Androgenetische Alopezie kann man mittlerweile zwar schon eine ganze Menge machen, ABER man muss damit eben auch früh beginnen (am besten sofort) und das dann auch ein lebenslang, weil Gene sich nicht verändern lassen - noch nicht.

Ich habe auch einen langen Weg hinter mir und hatte Eisenmangel. Aber selbst als ich dann wusste, woher (da ich viel Koffein trank, was die Eisenaufnahme blockierte) und dies änderte, seitdem einen Top-Eisenwert habe - hatte sich nichts mit den Haaren geändert. Mitterweile weiß ich auch, dass der Eisenwert bedeutend im Keller liegen muss und das auch eine lange Zeit, damit es sich auf die Haare auswirkt.

Ärzte suchen gerne nach dem Naheliegensten und da Ärzte keine Ahnung von Ernährung haben - woher auch - sind viele noch der Ansicht, dass eine vegetarische/vegane Ernährung zu Mangelerscheinungen führt.

Ich habe letztendlich allesmögliche versucht, nichts hat geholfen.  
Dann habe ich mich in meiner Familie umgesehen, mein Bruder hat eine Glatze und bei vielen sind die Haare ausgedünnt. Daher dachte ich selbst (und kein Arzt!) an androgenetische Alopezie und entschied mich für Regaine.

Davon hat mich eine Ärztin in der Klinik (ich habe überall Rat gesucht) noch abgeraten, weil Regaine ja mit Hormonen arbeiten würde und ich kein hormonelles Problem hätte. Ich habe sie dann aufgeklärt, dass Regaine weder mit Hormonen arbeitet, noch kann man sagen, dass ich kein hormonelles Problem habe, wenn ich empfindlich auf meine eigene Hormone reagiere (sowas wie eine Allergie) = androgenetische Alopezie. Da könnte eben doch auch ein hormonelles Mittel helfen (was Regaine aber nicht ist).

Das sich vor allem dein Oberkopf lichtet könnte schon ein Zeichen für androgenetische Alopezie sein. Ohne dir jetzt Angst machen zu wollen!!!

Kurz: Sei du selbst dein Arzt.

Mir hilft Regaine, seitdem ist es nicht schlimmer, sogar ein bisschen besser geworden. Das ist meine Erfahrung. Ich wünschte, ich hätte früher damit begonnen (dann wäre es sicherlich noch besser jetzt) und ich hätte nicht auf diese komischen unkompetenten Aussagen gehört, wie: Sie sollten wenigstens Fisch wieder essen. Denn: Wozu ich wieder Fisch essen sollte, das konnte mir keiner erklären.

Ich habe ein super Buch entdeckt, eine Studie aus China (China Study):  
[http://www.buecher.de/shop/diaeten--bewusste-ernaehrung/china-study/campbell-t-colin-campbell-thomas-m-/products\\_product\\_s/detail/prod\\_id/33517501/](http://www.buecher.de/shop/diaeten--bewusste-ernaehrung/china-study/campbell-t-colin-campbell-thomas-m-/products_product_s/detail/prod_id/33517501/)

Übrigens: Stressbedingter Haarausfall geht nach maximal einem halben Jahr wieder weg! Ob der Stress anhält oder nicht.

Das habe ich nämlich auch oft gehört: Es ist der Stress...  
Immer die gleichen Kommentare.  
Das Problem (ich möchte wirklich keine Panik machen): Die Zeit läuft und wenn es erblich bedingt ist, dann sollte man schnell was machen!

Ich kann dich aber beruhigen, ich war wirklich seeehr verzweifelt. Mittlerweile habe ich es so gut im Griff! Ich hatte mir auch schon Perücken angesehen usw. Ich habe wirklich eine sehr sehr sehr schlimme Zeit durchgemacht.  
Wie auch immer du dich entscheidest, recherchiere, hole dir Meinungen ein aber sei kritisch UND höre auf dein Inneres!!! Ich war selbst bei angeblichen Haar-Spezialisten. Keiner konnte mir weiterhelfen!

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [Brain](#) on Tue, 18 Feb 2014 17:55:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für deine Antwort, lostsheep!  
Ich sehe das mittlerweile auch immer mehr so, dass die Medizin nicht wirklich eine Ahnung hat. Man muss wohl einfach alles ausprobieren und auf sich selbst hören. Versuchen, gesund zu leben und dem Körper das zu geben, was er braucht. Hier die ganzen Berichte und die Aussagen der Ärzte, nicht zuletzt auch die Tatsache, dass die Wirkung von Minox zufällig entdeckt wurde, zeigen doch, dass wir ziemlich unwissend sind, was das Gebiet betrifft. Ich denke, dass auch der Haarausfall zum Teil eine Erscheinung der modernen, ungesunden Lebensweise ist.  
Mittlerweile fallen mir so viele Frauen auf, die viel lichter Haar haben als ich und dann denke ich wieder ok, alles nicht so dramatisch. Der fortwährende Verlust der Haare ist es aber auf Dauer natürlich schon!  
Jetzt bin ich mir nur nicht sicher, ob ich das El-cranell, das ich bestellt habe, überhaupt nehmen soll. Vielleicht sollte ich besser direkt regaine nehmen? Bin mir da so unsicher, weil ich auch ungern 3 Monate erfolglos probieren möchte, bevor ich dann doch regaine nehme...

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [lostsheep](#) on Tue, 18 Feb 2014 18:45:32 GMT

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

---

Ich denke, das Problem gab es schon immer: androgenetische Alopezie bei Frauen. Männer haben das doch auch, bei ihnen fällt es nur mehr auf, da es meistens extremer ist und sie es auch viel seltener unter Perücken u.a. verstecken.

Vielleicht eine Folge dessen, dass die zivilisierte Welt und die Medizin uns mittlerweile immer älter lassen werden. Andere Dinge (Haare) kommen da vielleicht nicht mit? Meine These.

Ich möchte dir da die Entscheidung gar nicht abnehmen, da ich weiß, wie wichtig es ist, auf sich selbst zu hören... vielleicht recherchierst du noch einmal im Internet nach den beiden Mittelchen und schläfst eine Nacht drüber.

Ich glaube, dass du dann von selbst die richtige Entscheidung treffen wirst. Klingt jetzt spirituell aber: Hör auf dein Inneres.

Naja und ob das eine oder das andere: Umsteigen kannst du noch immer.

Ich weiß nur, dass du Regaine (das andere Mittel kenne ich nicht gut genug) wirklich lange nehmen musst, bist du eine Veränderung bemerkst. Bei dem einen sieht man schon nach drei Monaten was, bei dem anderen dauerte es länger (bei mir ein Jahr und dann kamen die im Beipackzettel beschriebenen Veränderungen).

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Tue, 18 Feb 2014 19:00:09 GMT

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

---

Danke, du machst mir wirklich Mut!

Mich hat ein befreundeter Medizinstudent nun auch drauf aufmerksam gemacht, dass mein Asthmaspray auch HA auslösen kann. Da sieht man, wie weit daa alles reicht.....

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Fri, 28 Feb 2014 13:24:01 GMT

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

---

Kurzes Update:

Seit einer guten Woche hat der HA deutlich nachgelassen. Es sind beim bürsten nur noch meist unter 20, spontan gehen kaum noch welche aus, am letzten waschtag waren es vielleicht an die 100. Mal sehen, ob bald auch Neuwuchs kommt.

Mein Besuch bei der Endokrinologin war der erste Arztbesuch, bei dem ich mich gut aufgehoben und ernst genommen fühlte. Sie hat sich richtig Zeit genommen, alles abgefragt und aufgeschrieben. Sie empfahl mir erst mal floradix Kräuterblutsaft gegen den Eisenmangel. Das soll viel verträglicher sein als Eisentabletten. Ansonsten findet sie das behaarungsmuster am Körper unbedenklich und meint, dass meine Pille eigentlich so schön antiandrogen wirkt, dass sie nicht an einen hormonellen Auslöser glaubt. Da ich schon so lange die Pille nehme,

---

untersucht sie trotzdem unter der Pille nochmal den Hormonspiegel. Auch sie riet zur Abklärung des Transferrinwertes, dafür hat sie extra ihren Mann angerufen, der hämatologe ist. Mitte März werde ich ja beim hämatologen sein.

Seit gut einer Woche nehme ich ja nun auch ell-cranell und thallium sulfuricum d12. Gerne wüsste ich jetzt, wodurch genau sich der HA verbessert hat. Eisen, zink, Vitamin B, pantovigar?

Ein bisschen Angst habe ich allerdings davor, dass das wieder nur eine Phase ist. Im Oktober und im Dezember hatte ich ja auch schon kurze Phasen der Besserung....

könnten diejenigen unter euch, die AGA haben, mir da mal sagen, wie es bei euch ist? AGA verläuft ja angeblich ich schüben. Wie äußern die sich?

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [susanne27](#) on Fri, 28 Feb 2014 13:48:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Brain,

einen Hormonstatus unter der Pille macht leider keinen Sinn, da ist es auch egal wie lange man die Pille nimmt.

Schön, dass es zur Zeit etwas besser ist.

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [lala](#) on Fri, 28 Feb 2014 20:25:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Brain schrieb am Fri, 28 February 2014 14:24 Da ich schon so lange die Pille nehme, untersucht sie trotzdem unter der Pille nochmal den Hormonspiegel.

für die katz

könnten diejenigen unter euch, die AGA haben, mir da mal sagen, wie es bei euch ist? AGA verläuft ja angeblich ich schüben?

wo steht das bzw sagt wer?

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?  
Posted by [Brain](#) on Fri, 28 Feb 2014 20:35:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Habe ich gelesen. Da stand, dass es Phasen von stärkerem und schwächerem HA gibt.

---

Das mit den Hormonen mag für die Katz sein, aber sie scheint sich schon was dabei zu denken. Außerdem guckt sie zink und Vitamin B12 nach.

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [mina89](#) on Sat, 01 Mar 2014 09:03:45 GMT

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

---

Wieso macht ein Hormonspiegel unter der Pille keinen Sinn? Da kann man doch erkennen, ob die Androgene beispielsweise trotz Pille immer noch erhöht sind?

---

---

Subject: Aw: Keine richtige Diagnose /Regaine nehmen?

Posted by [Brain](#) on Sat, 29 Mar 2014 18:18:55 GMT

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

---

Mh, die Besserung hat wieder mal nur 2 Wochen angedauert. Ich trage die Haare mittlerweile gar nicht mehr offen, weil ich dann überall Haare finde und in der Hand habe, den ganzen Tag lang. Und scheiße aussehen tut es auch, vor allem weil ich sie gar nicht mehr glatt fönen kann. Sonst würde ich dabei wahrscheinlich unmassen verlieren. An manchen Tagen habe ich morgens 10 in der Bürste und dann wieder über 30. Zum Friseur mag ich auch nicht mehr gehen, obwohl ich dringend müsste. Wenn der die ganze Zeit kämmt und zieht, hat er jede Menge Haare in der Hand. Wie macht ihr das? Hormonspiegel ist übrigens top, auch laut Endo. Androgene <0,1. Im Moment wird beim Hämatologen noch untersucht, woher der Eisenmangel kam, aber ich habe keine Hoffnung darauf, dass da das Problem mit dem HA gelöst wird

Noch eins: ich habe im Moment sehr dünne Fingernägel, die auch sehr schnell einreißen. Ich hatte das zwar immer schon, jedoch nie so stark. Mich wundert das, weil ich unter Pantovigar eigentlich eine Kräftigung erwartet hätte. Auf welchen Mangel kann das noch hinweisen? Zink ist im etwas niedrigeren Normbereich...  
Ach, ich bin langsam rat- und hoffnungslos

---