

Hallo alle zusammen!

Ich bin 28, und habe seit ca 3 Monaten extremen Haarausfall. Im August 2013 habe ich die Pille abgesetzt. Mitte November ging's los mit Akne....ziemlich stark sogar...is aber mithilfe der Heilpraktikerin besser geworden.

Anfang Dezember fiel mir auf das mir vermehrt Haare ausgehen. Hab aber gewusst das, dass eben nun mal vorkommen kann nach dem Pille absetzen und mir nichts weiter dabei gedacht! Seit Januar is der Haarausfall eine riesen Katastrophe! Haare waschen ist kaum noch zum aushalten für mich.

War schon beim Endokrinologen, Frauenarzt, Hautarzt, Hausarzt. (Ach ja: bei zwei verschiedenen Frauenärzten)

Endokrinologin meinte: Abwarten
Frauenarzt meinte Pille wieder nehmen
2 Frauenarzt meint der Haarausfall wird wohl noch länger dauern
Hausarzt (mein Chef) weiß nicht mehr weiter

Was ich noch sagen sollte: seit August habe ich erst einmal meine Tage bekommen. Ausserdem habe ich verstärkten Haarwuchs im Gesicht und in der Bikinizone was aber jetzt nicht so tragisch is weil das kann man ja weg machen.

Mein Ferritin-Wert war bei 22 mittlerweile ist er bei 70
Vitamin D3 war bei 23 da hab ich jetzt erst angefangen mit Nahrungsergänzung.

Ausserdem nehm ich noch:
Zink 2xtägl.
Omega 3/6/9 3xtägl.
Vit. B Komplex 2xtägl.
Priorin 3xtägl.
Biotin 3xtägl.
Ferro Sanol 2xtägl.

Und KA was ich noch alles gesundes in mich rein schaufle.

Hier meine Werte vom Endokrinologen:

TSH 1,11 uIU/ml - 0,3-2,25
ft4 0,833 - 0,75-2,00
ft3 3,8 - 2,0-5,3
Anti-TPO(früher MAK) <10,0 IU/ml - 0-40
FSH 6,87 IU/l 3,0-14,4

LH 5,69 1,1-11,6
Östradiol 46,6 0-84
Progesteron 0,242 0-1.13
Testosteron >20,0ng/dl 0-80
Androstendion 2,48ng/ml 0,6-3,1
DHEA-S 151 ug/dl 35-430
SHBG 50,6mmol/l 18-114
Freier Androgenindex 1,37 index 3,5
17-OH-Progesteron 0,82 ug/dl 0,20-2,0
Prolaktin 9,14 ng/ml 1,9-25
ACTH 6,5pg/ml 0-46
Cortisol 7,07ug/dl 5-25

Beim Hautarzt wurden mit Haare ausgerissen und als ich dort angerufen habe wurde mir gesacht es sei alles in bester Ordnung.Und in meinen alter hätte man ja eh kein Haarausfall ja ne is klar....

Mir gehen die Haare überall am ganzen Kopf aus.lange so wie auch kurze. an den seiten sieht man überall die Kopfhaut wenn ich mir einen Zopf mache und vorne an der Stirn is alles sehr dünn u fuselig. .Nachm waschen kann ich die haare ohne probleme vom kopf ziehen.

Ich weiß einfach nicht mehr was ich tun soll. Wenn ich wissen würde das man den Haarausfall mit der pille wieder stoppen könnte würde ich sie sofort wieder nehmen da es mir einfach immer schlechter geht nur hab ich so angst alles noch zu verschlimmern.

Was soll ich jetzt machen....????

Bitte helft mir....Meint ihr hört das wieder auf? Oder geht das jetzt ewig so weiter?

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [hairless86](#) on Sat, 08 Feb 2014 20:58:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ella kann dir leider die Angst nicht nehmen kann dir nur sagen dass ich dich sehr gut verstehe. . . habe schon einige Jahre mit haarausfall zu kämpfen und gäbe schon einige Pillen durch. seit ich die Pille vor Ca . 6 Monaten abgesetzt habe ist es auch sehr schlimm geworden.mein Oberkopf ist licht ich habe schlimme geheimratsecken und habe mittlerweile fast alles versucht.. . ich wünsche dir alles gute und versuch dich nicht zu verrückt zu machen. bei einigen hat es teilweise bis zu einem Jahr gedauertbis sich der haarAusfall nach absetzen der Pille wider gebessert hat

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!

Posted by [Ella28](#) on Mon, 10 Feb 2014 09:15:19 GMT

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

Vielen lieben Dank für deine Antwort

Hattest du den Haarausfall während/ vor der Pille auch?

LG Ella

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!

Posted by [hairless86](#) on Mon, 10 Feb 2014 10:13:00 GMT

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

Hallo Ella,

unter der Pille war der Haarausfall zwar besser, jedoch wurden sich trotzdem schleichend weniger und lichter.

Jetzt ohne Pille rieseln sie wahnsinnig und ich habe fast keinen Neuwuchs und wenn dann nur miniaturisiert.Habe

Und wie du kann ich sie einfach so aus der Kopfhaut ziehen.

ich bin übrigens auch 28.

Vllt meldet sich ja hier noch jemand der sich mit Hormonwerten auskennt und was zu deinen sagen kann...

Ich kann dich so gut verstehen.

Bin momentan in psychologischer Behandlung von dem her geht es mir ganz Ok.

Ich wünsche dir alles alles Gute!

Hattest du jemals Haarausfallprobleme bevor du die Pille abgesetzt hast?

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!

Posted by [Ponyfranse](#) on Mon, 10 Feb 2014 11:30:35 GMT

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

Boah, wenn ich sowas les, holt mich die Panik wieder ein

Das sind ja tolle Aussichten

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!

Posted by [Ella28](#) on Mon, 10 Feb 2014 12:24:27 GMT

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

Hej, danke das du so schnell antwrtest!

Ähm ne....klar fielen mal ein paar Haare aus aber is das nicht normal??ß Fallen doch bei jedem aus? Ich meine wann geht Haarausfall los? Während ich die Pille nahm hatte ich keinerlei Probleme mit haare...Ich hatte noch nie super viele und auch ned unbedingt dick aber ich find das

is alles kein Drama oder?

Irgendwie find ich aber auch keine Bilder wo ich irgendwas vegleichen könnte weil ich die haare zuerst IMMER offen getragen habe. Letztes jahr hab ich extrem angefangen Sport zumachen.....U seitdem mit irwi angewohnt Zopf zu tragen. U den hab ich ez immer aber sieht voll doof aus irwi...vor allem vorn an der Stirn da is so ne kleine kahle stelle...aber ka wie das davor alles aussah ich hab da nie drauf geachtet u wenn man schon immer dünnes haar hat is man daran gewohnt denk ich. Ich haate auch schon mal Haarausfall alls ich auf den Nuvaring zur Valette umgestellt hab und das war ab er nach 2/3 wochen wieder weg....nja diesmal anscheinend nich.

Bei Dir bestehen quasi die Probleme mit und ohne Pille? Ich kann das ja nicht mal beurteilen da ich seit ich 15 bin die Pille nehme....Hast du auch Probleme mit der Haut u Körperbehaarung?

Freut mich für dich wenn dir der Psychologe helfen kann. Irwi muss man ja aus dem Tief raus.

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [lala](#) on Mon, 10 Feb 2014 14:00:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ella28 schrieb am Sat, 08 February 2014 16:12

Hier meine Werte vom Endokrinologen:

TSH 1,11uIU/ml - 0,3-2,25
ft4 0,833 - 0,75-2,00
ft3 3,8 - 2,0-5,3
Anti-TPO(früher MAK) <10,0 IU/ml - 0-40
FSH 6,87 IU/l 3,0-14,4
LH 5,69 1,1-11,6
Östradiol 46,6 0-84
Progesteron 0,242 0-1.13
Testosteron >20,0ng/dl 0-80
Androstendion 2,48ng/ml 0,6-3,1
DHEA-S 151 ug/dl 35-430
SHBG 50,6mmol/l 18-114
Freier Androgenindex 1,37 index 3,5
17-OH-Progesteron 0,82 ug/dl 0,20-2,0
Prolaktin 9,14 ng/ml 1,9-25
ACTH 6,5pg/ml 0-46
Cortisol 7,07ug/dl 5-25

meines Erachtens gute Werte, allerdings:
an welchem Zyklustag wurden die gemacht´?
Wenn nicht grad sehr zu Anfang oder Ende ist Östradiol recht niedrig..
und das kann schon HA machen. Entweder abwarten und hoffen, dass Ö von selber wieder steigt (müsste auch) oder mit Ö-Gel/Tonicum nachhelfen

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [hairless86](#) on Mon, 10 Feb 2014 14:29:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also bei mir hat es angefangen als ich das erste Mal die Cyproderm (wie Diane) abgesetzt habe...
Da gings los.... hab mir aber nie Gedanken gemacht weil ich ziemlich viele Haare auf dem Kopf hatte....
Erst vor ca. 2-3 Jahren hab ich gesehen dass es merklich weniger Haare wurden. Habe zwischendurch immer mal wieder die Pille genommen die Haare haben sich nie wieder erholt.
Bei mir ist es glaube eindeutig erblich. große Geheimratsecken und lichter Oberkopf...
Habe alles durch was es so auf dem Markt gibt.
Vor Finasterid habe ich allerdings Angst da ich doch in den nächsten Jahren gerne Kinder möchte.
Die psycholoische Behandlung tut mir sehr gut kann ich echt nur empfehlen wenn man gar nicht mehr weiter weiß.
Habe alles durch Endokrinologe, sämtliche Haarsprechstunden, sämtliche Ärzte... alle möglichen Mittelchen....
Momentan nehme ich es einfach so hin. Hoffe bei euch wird alles gut!

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [hairless86](#) on Mon, 10 Feb 2014 14:33:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mit der Körperbehaarung habe ich keine Probleme, die Haut ist etwas unrein, Akne hatte ich nur in der Pubertät. Männliche Hormone sind nicht erhöht (schon 2 Hormontests hinter mir..)
Bei mir ist einfach das Problem dass kein Neuwuchs mehr nachkommt und wenn dann nur miniaturisiert.
Aber warte einfach mal ab bei dir hört sich das nach dem üblichen Haarausfall nach dem Pille absetzen an

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Mon, 10 Feb 2014 18:53:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also das Blut wurde am 16.12.2013 abgenommen. Die Pille setzte ich im August ab. Am 06.01.14 habe ich das erste mal meine tage wieder bekommen....Was würde da den über die werte aussagen?

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Mon, 10 Feb 2014 18:58:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hairless 86

warum hört sich das bei mir nach dem üblichen Haarausfall nach pille absetzen an? Hast du mit der Pille immer wieder wegen den haaren angefangen`???? Und es wurde nicht mehr besser???

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [lala](#) on Mon, 10 Feb 2014 19:59:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ella28 schrieb am Mon, 10 February 2014 19:53Also das Blut wurde am 16.12.2013 abgenommen. Die Pille setzte ich im August ab. Am 06.01.14 habe ich das erste mal meine tage wieder bekommen....Was würde da den über die werte aussagen?

das sagt aus, dass du auf einem guten weg bist.
denn ohne zyklus/regel waren das schon gute werte.

ich nehme stark an, dass sich deine werte derzeit normalisieren und dass dann auch der HA aufhört und alle haare nachwachsen

mach dir keine zu großen sorgen

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Mon, 10 Feb 2014 21:09:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke das is soooo lieb von euch!

Ich hab schon so viel schlimmes hinter mir!

Schwester, Borderline, magersucht...usw...jahrelang angststörung usw.
Ich hab niemanden der mich versteht....ich kann im moment einfach nicht mehr.

Meine tage habe ich erst einmal bekommen....arbeite zwar im medizienischen berreich aber mit hormonen kenn ich mich null aus...

Ich will einfach nur mal ein normales leben....von mir aus hab ich dünne haare und ka was noch aber das soll bitte aufhören

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [hairless86](#) on Tue, 11 Feb 2014 10:35:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ella
ich denke bei dir liegt es am Absetzen der Pille,
weil du davor keine Probleme hattest.
Ja ich habe wegen den Haaren immer wieder mit der Pille angefangen.
Ich denke bei dir beruhigt es sich bald wieder!

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Wed, 12 Feb 2014 12:01:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ich noch sagen wollte ist das mir auch so vile kurze, neue Haare ausfallen....Was meint ihr dazu? Das sind doch die, die neu nachgewachsen sind?

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Wed, 12 Feb 2014 17:36:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

??????

und an den kleinen Haaren....die sehr viel am Kopf sind is fast keine wurzel dran....die sind ca 2-3cm lang....

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Binne](#) on Wed, 12 Feb 2014 18:42:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Wurzel als solches ist nie an einem ausgefallenen Haar dran, sondern stets nur der "Talgknubbel"... ich glaube, je länger ein Haar, desto mehr Talg.. bei kurzen sind fast nie Talgknubbel dran...

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [bionda](#) on Wed, 12 Feb 2014 20:51:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ella 28,

es ist nicht ungewöhnlich, dass bei HA auch sehr kurze Haare dabei sind. Und es ist auch „normal“, dass es nach dem Absetzen der Pille zu Haarausfall kommt, das kann mitunter sogar

recht heftig werden, beruhigt sich aber in der Regel nach einigen Monaten wieder.

Habe ich das richtig verstanden: Du hast sehr viele kurze Haare am Kopf? Das ist zumindest schon mal, auch wenn einige von ihnen jetzt ausfallen, ein gutes Zeichen: Du hast viel Neuwuchs!

Was die Haarwurzel angeht, muss ich Binne widersprechen. Die Haarwurzel (= der Teil des Haares, der in der Kopfhaut steckt) fällt immer mit aus. Der Knubbel ist der untere Teil der Haarwurzel, der sich während der Telogenphase zu einem Kolben verformt und verhornt. Manchmal kann aber an dem Kolben auch noch, wie Binne schon beschrieben hat, etwas Talg mit dranhängen, der sich mit den Fingern recht einfach abstreifen lässt.

Was meinst du denn damit, dass fast keine Wurzel dran ist? Ist der Knubbel sehr klein? Oder ist er gar nicht vorhanden?

LG

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Thu, 13 Feb 2014 10:24:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Heeej Danke

ja es stehen sichtbar kurze Haare raus....Da ist so ne Art schwarzer Bommel dran an manchen, schaut anders aus als bei den langen Haaren, da ist das was aus der Kopfhaut kommt immer weiß. Ich kann leider nicht anders erklären

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [mina89](#) on Fri, 14 Feb 2014 09:05:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir ist der Teil von der Haarwurzel, der am Ende eines ausgefallenen Haares hängt, bei den kurzen auch immer viel mickriger. Ist das normal oder spricht das für eine Miniaturisierung der Haarwurzel?

Mir fallen momentan auch total viele kurze, die auch oft vom Durchmesser viel dünner sind als die normalen langen Haare, aus. Aber im Sommer letzten Jahres war das definitiv noch nicht so (da hatte ich eigentlich gar nicht diese verkümmerten ausgefallenen Haare!). Haarausfall habe ich aber schon viel länger (4-5 Jahre). Ich kann mir irgendwie nicht vorstellen, dass das jetzt plötzlich eine Miniaturisierung der Haarwurzeln ist?

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Sat, 15 Feb 2014 17:30:52 GMT

Hej Mina!

Ja genau so is es bei mir auch Ein paar von den Haarwurzeln sahen sogar richtig angekorkelt aus so wie wenn ich sie angezündet hätte Oh man....

Irwi hab ich überhaupt keinen plan mehr was ich tun soll....am liebsten würd ich sofort wieder die pille nehmen u hoffen das dadurch Ruhe einkehrt in mein leben...

Aber ob das der richtige weg is....will ja evtl auch mal kinder und möchte eigentlich das mein Zyklus wieder "NORMAL" wird...Aber das mit den Haaren

Ausserdem hab ich überall anders so extremen Haarwuchs...ich glaub irwi das, dass alles zusammen hängt irwi...oder was meint ihr.

Ich arbeite am WE immer in einer Disco u eine die mit mir bedient sieht genau so aus....vor nem jahr ca pille abgesetzt seitdem haarausfall, pickel...u haare im Gesichtund auch keinen zyklus

Wie soll das nur weiter gehen....

Subject: Aw: Kurz vorm Nervenzusammenbruch!
Posted by [Ella28](#) on Sat, 15 Feb 2014 17:49:16 GMT

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

Morgen werd ich mal versuchen bilder rein zu stellen das ihr euch das mal ansehen könnt.
Soll ich eigentlich mal in ne haarsprechstunde gehen??? Irgendwelche blutwerte noch machen lassen??? Irgendwelche tipps?

Und was mich noch interesier: Spürt man stoppeln am Kopf wenn neue Haare wachsen ?
