

---

Subject: Kann mir jemand helfen??

Posted by [blumengarten](#) on Wed, 28 May 2014 18:37:19 GMT

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

---

Hallo,

ich (30 Jahre, weibl.) bin neu hier. Neu angemeldet zumindest, gelesen habe ich im Forum schon zig Mal.

Gefunden habe ich aber passend zu meiner Geschichte noch nichts.

Ich verliere am Tag (Ich zähle meine Haare täglich) zwischen 200 und 350 Haare. Die meisten Haare beim morgendlichen Bürsten. Haare wasche ich normal immer alle zwei Tage. Seit mehr als 3 Jahren wasche ich täglich mit Plantur 21. Nach der Geburt meines Kindes hatte ich schonmal Probleme mit Haarausfall. Seitdem habe ich immer Plantur 21 benutzt. Damals war ich beim Arzt und bekam alle paar Wochen eine Spritze, die ich selbst zahlen musste. Ich bekam Sie ins Bein und es tat einige Minuten wirklich weh.

Ich weiß gar nicht mehr, was es war. Aber es hat sowieso nicht geholfen und der Haarausfall ging damals von alleine weg.

Habe jetzt schon probiert, alle drei Tage zu waschen, aber mir ist aufgefallen, dass ich am Morgen des dritten Tages noch mehr Haare als an den anderen beiden Morgen verliere. Also je fettiger die Haare sind, so quasi.

Ich habe schon Monate lang Haarausfall, aber habe erst geglaubt es sei nur eine Phase der Jahreszeit.

Aber seitdem ich zähle, wurde mir erst bewusst, wieviele Haare es sind. Außerdem habe ich Geheimratsecken bekommen.

Ich war natürlich beim Hausarzt. Blutuntersuchung ohne Befund. Eisen, Schilddrüse, alles gut.

Mein Hautarzt verschrieb mir eine Tinktur in Tropfenpipette, die ich 2-3x in der Woche anwenden soll.

Und zwar: Triamcinolonacetonid, Glycerin und isoprop. Alkohol)

Das hilft aber kein Stück.

Außerdem sollte ich mir eine Haarbürste mit Holzborsten kaufen und meine Kopfhaut massieren, abends vorm Fernseher.

Hilft alles nichts.

Ich soll mir keine Sorgen machen, es ist normal beim Haarewaschen bis 1000 Haare zu verlieren sagt sie.

Aber das kann ich mir nicht vorstellen und ich habe diese Aussage auch noch nicht wo anders finden können.

Außerdem nehme ich seit ca. 4-5 Wochen Kieselerde Pulver morgens und abends. Dann noch Kieselerde PLUS von Doppelherz, Haar Vital von Doppelherz, Eisen+C von Doppelherz und von Abtei Biotin 2x tägl. je 10mg.

Ach ja und die Tinktur von Plantur 21 habe ich mir auch gekauft.

Aber bis jetzt hat nichts geholfen.

Wir haben hier bei uns leider keine guten Ärzte.

Ich überlege, ob ich nach HH zu einer Haarsprechstunde gehe.

Termine gibt es dort aber erst Ende August-Ende September. Teilweise muss man selber zahlen.

Habe schon mit einigen Praxen telefoniert.

In meiner Familie ist kein Haarausfall bekannt.

Meine Mutter hat zwar dünne Haare, aber schon ewig.

Und ich habe lange Haare und sie werden immer dünner.

Ich sollte noch erwähnen, dass ich seit Mitte Februar die Pille abgesetzt habe.  
Aber den Haarausfall hatte ich schon mit Einnahme der Pille.  
Am Dienstag habe ich einen Vorsorgetermin beim Frauenarzt.  
Macht es Sinn, evtl eine Hormonuntersuchung durchführen zu lassen? Ich meine, weil ich den Haarausfall ja schon mit Einnahme der Pille hatte.  
Ich werde dem Arzt jedenfalls auch nochmal mein Problem schildern.  
Bin wirklich verzweifelt.  
Vllt hat jemand Tipps für mich!

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [Brain](#) on Thu, 29 May 2014 12:41:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo blumengarten.  
das phänomen mit den waschtagen hab ich auch sehr deutlich. am tag nach dem waschen (ich wasche mittlerweile alle 3-4 tage) fallen nur so bis 20 beim bürsten aus, am 2. tag bis 30, ma 3. ca 40 und am 4. schonmal bis 60. beim waschen dann gehts rund, da habe ich nachher dann nochmal so viele in der bürste, dass ich insgesamt am waschtag auf 150-300/400(zähle dann nicht mehr durch) komme. gestern waren sie schon am 3. tag ziemlich fettig und da waren es unendlich viele nach dem waschen.  
ich bin 29 und bei mir fing es im letzten jahr mit eisenmangel an, bzw war das die einzige diagnose. hormone, blut, kopfhaut, alles ok. trotzdem habe ich es jetzt schon seit über 6 monaten und trotz auffüllen des eisenspeichers wird es nicht besser.  
ich würde es auf jeden fall beim frauenarzt ansprechen und hormonspiegel kann auch nicht schaden. zwar ist die aussagekraft so kurz nach absetzen der pille noch recht gering, aber wenn du jetzt schon einen hohen androgenwert hast, zeichnet sich ja vielleicht doch was ab.  
die aussagen der ärzte kann man alle in der pfeife rauchen. wie sollen 1000 haare beim waschen normal sein, wenn man nur 100 am tag verlieren "darf"? und selbst die 100 finde ich viel, denn bei mir entdecke ich schon die spuren des haarausfalls, trotz ausfallraten, die im schnitt meist knapp unter 100 liegen. aber ich habe leider auch noch nichts hilfreiches gehört, obwohl ich bei 2 hautärzten, hausarzt, frauenarzt und endokrinologen war.  
geheimratsecken habe ich auch bekommen. ist der haarausfall den bei dir diffus (am ganzen kopf) oder auf den oberkopf beschränkt? bei mir ist er sehr diffus ud deshalb glaube ich daran, dass es kein erblich bediingter haarausfall sein kann.  
ich wünsche dir viel glück, dass es bald besser wird!

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [blumengarten](#) on Fri, 30 May 2014 06:57:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Brain,  
danke für deine Antwort...  
Wie kann ich herausfinden, ob es diffus, oder nur am Oberkopf ist?  
Eisenmangel wurde bei mir ausgeschlossen, obwohl ich seit 18 Jahren Vegetarierin bin.

Ich will auf jeden Fall die Hormone testen lassen. Bin gespannt, was dabei rauskommt.  
Nimmst du noch etwas anderes oder nur "Eisen"?  
Viele Grüße

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [Brain](#) on Fri, 30 May 2014 07:42:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Teile einfach mal beim bürsten die haare in zwei Teile, sodass du untere und obere Partie getrennt bürsten kannst. Da sieht man ja eigentlich, ob überall vermehrt was ausfällt. Außerdem kannst du auch gucken, ob dein scheidel am oberkopf breiter geworden ist. Ich nehme im Moment kein Eisen, dafür biotin, Vitamin b12 komplex und kieselerde. Außerdem pantostin, ein östrogenhaltiges Haarwasser.

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [Niala](#) on Sat, 31 May 2014 10:03:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

kleiner Tipp wegen deiner Suche nach einem guten Hautarzt. Versuchs mit der Haarsprechstunde in Lübeck. Da war ich vor drei Monaten und der Arzt hat mich sehr beruhigt was meinen Haarausfall bzw. dünner werdenden Haare anbelangt. Ich hab nämlich die Erfahrung gemacht, dass normale Hautärzte keine Ahnung haben bzw. ist mir passiert, dass die hautärztin mich nicht mal richtig untersucht hat. Ich hab ihr lediglich erklärt dass meine Haare dünner werden. Sie hat mich daraufhin gefragt ob in unserer Familie Haarausfall vorkommt. Ich hab ihr dann geantwortet das nur mein Vater Haarausfall ab 40 hatte. Daraufhin hat sie bei mir Androgenetische Alopezie diagnostiziert. Sie meinte nur, das dann nur regaine hilft und sonst nichts das war ein Schock für mich Ich bin gerade mal 31 jahre alt und habe Haare bis zum Po (ich hab sie mir inzwischen kurz schneiden lassen). Ich hab mich schon mit Glatze gesehen. Die Diagnose wollte ich nicht auf mir sitzen lassen und hab mir einen termin bei der Uniklinik für eine extra Haarsprechstunde machen lassen. Kurze Wartezeiten und alles auf Krankenkassenkosten! Der Arzt hat nur gemeint, dass ich, wenn ich überhaupt AGA habe, dann nur sehr sehr gering und ich keine Sorgen haben brauche (mache mir aber trotzdem große Sorgen). Probiert dort mal, die Ärzte sind echt kompetent!

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [Nilufar1](#) on Sat, 31 May 2014 10:42:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Niala

Und was hat er dir empfohlen?

Lg nilu

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [Niala](#) on Sat, 31 May 2014 10:44:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Plantur 39 als Tonikum. Und falls es nicht besser wird sollte ich in einem Jahr nochmal kommen. Zusätzlich nehme ich auch Merz haar Activ Kapseln ein. Mein HA ist besser geworden, was aber bestimmt mit meinen Schilddrüsenmedis zusammenhängt.

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [Brain](#) on Sat, 31 May 2014 10:45:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das würde mich auch interessieren, Niala. Und wie hat der Arzt die Diagnose gestellt, also was hat er genau untersucht? Hat er dir irgendwelche Prognosen geben können? Und wie hast du die Klinik gefunden? Ich finde bei mir in der Gegend (NRW) irgendwie nichts.

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [Niala](#) on Sat, 31 May 2014 10:48:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich habe gerade einen Thread ins Forum gepostet, da steht mehr zu drinnen.

ich bin in eine spezielle Haarsprechstunde der Uni Lübeck gegangen. der Oberarzt hat jeden einzelnen Blutwert angeschaut. hat alles mögliche gefragt zu meiner Vorgeschichte, Allergien, Verwandten etc. Und er hat einen Zupftest gemacht.

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??  
Posted by [blumengarten](#) on Tue, 03 Jun 2014 13:14:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,  
also ich nehme nun seit einigen Tagen Priorin und Pantostin.  
Außerdem nehme ich ja noch deverse Doppelherz Produkte.  
Ab wann ist mit einer Verbesserung zu rechnen? Wirklich erst nach Wochen?  
Ich war beim Frauenarzt und bis jetzt spricht alles für PCOS. Aber erstmal wird eine Hormonuntersuchung durchgeführt. Aber alles sprciht leider bis jetzt dafür.  
Empfohlen hat er mir, wieder die Pille zu nehmen. Aber wir wollen ein zweites Kind.  
Also kommt es nicht in Frage. Dann werde ich nach der Blutuntersuchung sicher auch

Medikamente nehmen müssen.

Ich weiß gar nicht, was ich machen soll!?

Würdet ihr noch zu einem Endokrinologen gehen? Ich halte eigentlich sehr viel von meinem Frauenarzt, aber sollte ich mir noch eine Meinung holen?

@Niala: Danke für deinen Tipp mit der Haarsprechstunde.

Ich hatte mir einen Termin in Bremen und Hamburg geben lassen, aber die habe ich erst Ende August und Ende September. Zu blöd, dass die Termine so lange Wartezeiten haben.

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??

Posted by [blumengarten](#) on Tue, 03 Jun 2014 13:17:29 GMT

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

---

Achso...nochmal eine Frage...

Du schreibst, dass dir Plantur 39 empfohlen wurde! Das soll doch aber eigentlich erst ab 40 Jahren verwendet werden. Ich benutze Plantur 21...Sollte ich auch wechseln? Ich werde aber jetzt aber erst 30...

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??

Posted by [Brain](#) on Wed, 04 Jun 2014 13:02:58 GMT

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

---

Bei haaren kann man bei jedem Produkt erst nach Wochen bzw Monaten mit einer Wirkung rechnen. Peile mal 3 Monate an.

Zum Endo gehen kann nicht schaden. Ich würde es machen, denn meiner Meinung nach sind die auf dem Gebiet einfach geschulter. Ich fühlte mich dort sehr gut betreut.

---

---

Subject: Aw: Kann mir jemand helfen??

Posted by [schiffchen89](#) on Tue, 22 Jul 2014 22:09:17 GMT

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

---

Hallo

Ich hatte ähnliche Probleme....

Zu deiner Frage, wie man erkennt ob aga oder diffus...dazu muss ich sagen, dass ich diffusen Haarausfall habe, der tatsächlich aber nie gleich ueberall auftritt...sowas kann's auch geben..ich bin bei nem Spezialist und der hat es mir bestätigt...mir hat regaine trotzdem geholfen...ich hab's einfach mal versucht trotz diffus...oft ist ha auch eine Mischform aus diffus und aga wurde mir gesagt...ich nehm außerdem pantovigar und inneov find ich auch sehr gut!versuch vielt echt mal eins der genannten..mir hat auch die Valette Pille geholfen..bzw iwas der ganzen genannten Mittel zus. ....

Naja vielt konnte ich dir ein bisschen helfen....

Achja und Blutwerte sind meistens ok ..daran liegts selten...zumindest die standardblutwerte...Check mal deinen selenstatus..das kann auch dazu beitragen...

---

Also viele Grüße und Kopf hoch

---