
Subject: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?

Posted by [lista](#) on Thu, 03 Jul 2014 14:28:01 GMT

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

Hallo zusammen,

ich bin noch sehr neu hier, habe aber bereits in einem anderen Thread über meinen Haarausfall geschrieben.

Seit ca. 4 Wochen fallen mir die Haare sehr stark aus. Habe eine große kahle Stelle seitlich über dem linken Ohr und auf der rechten Seite eine die etwas kleiner ist. Hausarzt, Hautärztin und Frisör meinten, dass das von dem starken seelischen Stress kommen würde, den ich im Februar/März hatte.

Habe sofort mit allen bekannten Mittelchen angefangen, als ich den Haarausfall bemerkt habe (Priorin, Zink, Kieselerde, Biotin)

Bionda (ein Mitglied hier aus diesem Forum) hat mir gestern alles sehr ausführlich erklärt und mir Mut gemacht.

Heute morgen beim frisieren habe ich nun eine weitere kahle Stelle gefunden. Leider ist diese direkt am Oberkopf und ich werde sie nicht so gut verdecken können, wie die Stellen neben an den Seiten. Vor allem dann nicht, wenn sie noch größer wird.

Ich bin nun doch am zweifeln, ob die Ärzte und der Frisör recht haben, dass es angeblich KEIN kreisrunder Haarausfall ist. Bisher hatten die immer vom diffusen Haarausfall gesprochen.

Ich bin gerade ziemlich mit meinen Nerven am Boden. Ich habe heute schon so viel weinen müssen und habe echt Angst vor den kommenden Wochen, da bei mir die Haare nach wie vor noch extrem weiter ausfallen.

Wie geht ihr mit eurem Haarausfall um?? Ich weiß, dass es nicht gut ist, sich deswegen verrückt zu machen und man dadurch in einen bösen Kreislauf rutschen kann, bei dem dann die Ängste und Sorgen bezügl. des Haarausfalls weitere Haare rieseln lassen.

Aber wie geht man damit um? Ich habe so Angst, dass ich noch mehr kahle Stellen bekomme, eventl. vielleicht auch bald gar keine Haare mehr habe.

Was ist, wenn die Stellen für alle und jeden deutlich sichtbar werden?

Ich arbeite in einem Kindergarten und darf gar nicht daran denken, wenn die Kinder dann ständig Fragen stellen.

Habt ihr Perücken, so dass man euren Haarausfall nicht mehr sieht? Muss man die lange vorher beantragen oder gehe ich einfach in einen Laden und such mir eine aus, die meiner jetzigen Frisur und Haarfarbe am ähnlichsten ist?

Ich will nicht erst anfangen nach einer Perücke zu suchen, wenn ich mich eigentlich schon nicht mehr auf die Straße traue.

Auf keinen Fall will ich mit irgendwelchen Tüchern auf dem Kopf durch die Gegend laufen.

Ersten denken dann alle, dass ich schlimm krank bin und zweitens steht mir so was überhaupt nicht. Habe auch im Winter nie Mützen auf.

Auch wenn es sich vielleicht jetzt doof anhört, mir ist das alles soooo peinlich.

Bis auf meinen Mann und meine Kinder, weiß es bisher noch niemand.

Meine Familie hat damit überhaupt keine Probleme Ganz im Gegenteil. Sie versuchen mich zu trösten, aufzubauen und mir Mut zuzusprechen. Aber ich fühl mich gerade so unweiblich und unattraktiv.

Wie geht ihr damit um? Geht/ging es euch ähnlich wie mir?

Vielleicht habt ihr ja ein paar Tipps für mich.

Schon mal jetzt ganz, ganz lieben Dank im Voraus!!

Liebe Grüße
Lista

Subject: Aw: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?
Posted by [laura24](#) on Thu, 03 Jul 2014 15:24:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lista,

zunächst kann ich Dir sagen, dass Du Dich sehr glücklich schätzen kannst wenn deine Familie Dich tröstet und halt gibt, dass ist unheimlich wichtig in dieser Situation.

Für mich hört es sich so an als wäre es Kreisrunder Haarausfall!

Zu Deinen Fragen bezüglich Perücke, ich habe mir eine bestellt und erhalte diese morgen. Da ich nur noch maximal 60% meiner eigenen Haare besitze werde ich mir (falls die Perücke passt) meine Haare komplett abrasieren.

Ich habe eben zu viele Probleme wenn ich mich mit meinen "Flusen" im Spiegel betrachte. Deshalb muss ich eben eine Lösung finden, in meinen Augen ist dann der Griff zum Rasierer für mich die beste Lösung.

Die Perücke werde ich verkleben!

Ich war gestern in einem Perückengeschäft und eine Verkäuferin hatte selbst eine Perücke welche sie verklebt hat. Es sah genial aus und man bemerkte nichts. Sie hatte allerdings auch ihre eigenen Haare rasiert.

Gerne kannst Du meine anderen Beiträge ansehen, hoffe es ist was hilfreiches für dich dabei

Drück Dich!
Liebe Grüße Laura

Subject: Aw: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?
Posted by [Brain](#) on Fri, 04 Jul 2014 11:00:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Lista!

Genau das, was du beschreibst, ist so typisch Haarausfall. Nämlich, dass man eigentlich dann doch merkt, dass wir nicht viel Ahnung von diesem Phänomen haben und auch diese Kategorien (aga, diffus, kreisrund) ziemlich hinken. Das ist für uns alle so deprimierend... Was würdest du denn sagen - fallen die Haare überall aus oder wirklich verstärkt an diesen Stellen? Hat sich die gesamte Dichte schon stark verringert? Gerne kannst du auch mal Fotos von den Stellen hier einstellen. Versuchst du die Stellen mit regaine zu behandeln? Es kann ja punktuell evtl gut helfen.

Ich würde an deiner Stelle noch nicht die Hoffnung aufgeben, denn dein HA hält ja noch nicht

lange an und die Mittel gegen HA wirken ja auch erst ca nach 3 Monaten. wurden alle Hormone und Blutwerte untersucht? Könntest du dir vorstellen, dass clip in extensions zum auffüllen der Dichte möglich wären? Ich denke eigentlich nicht, dass du ganz plötzlich eine perücke brauchen wirst, denn normalerweise lichtet sich das Haar eher langsam. Vielleicht wäre toppik eine gute Sache für dich, damit kann man kahle stellen leicht kaschieren.
LG, Brain

Subject: Aw: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?

Posted by [lista](#) on Tue, 08 Jul 2014 14:14:42 GMT

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

Hallo,
erstmal lieben Dank für eure Antwort.
Leider komme ich erst heute dazu hier zu schreiben.

Inzwischen war ich nochmal bei meinem alten Hausarzt aus meiner Jugendzeit.
Er hat sich die kahlen Stellen auch nochmal angeschaut. Das war zwar leider nur aus einiger Entfernung von seinem Schreibtisch aus, aber er meinte sofort dass es kreisrunder Haarausfall ist

Er hat mir nun eine Lotion aus Dithranol und Salicylsäure verschrieben. Eine Freundin von mir, die vor einigen Jahren selbst an kreisrundem Haarausfall erkrankt ist und in diesem Zusammenhang eigentlich alle Haare verloren hat, hatte mir den Tipp zu diesem Medikament gegeben. Sie bekam es damals von einem Professor einer Uniklinik. Inzwischen hat meine Freundin wieder alle Haare zurück.

Auch Blut wurde mir abgenommen, um mal alle Werte zu kontrollieren, die mit dem Haarausfall zu tun haben könnten.

Allerdings glaube ich, dass es wirklich mit der sehr belastenden Situation im Februar/März zusammenhängt.

Aber wenn es tatsächlich kreisrunder Haarausfall ist, wird es wohl eine längere Geschichte werden...

Natürlich stehe ich im Moment noch ziemlich neben mir. Bin ja auch noch ganz frisch damit konfrontiert worden. Ich bin ständig am weinen und habe furchtbare Angst, dass man irgendwann die kahlen Stellen sehen wird oder ich eine komplette Glatze bekomme.

Heute war ich mal in einem Perückenstudio. Das war soooo schrecklich. Die Verkäuferin war mir sofort unsympatisch. Schrill, laut, unsensibel und total aufgebrezelt. Jeder der wegen Haarverlust dort hin kommt, wird wohl sofort Minderwertigkeitskomplexe bekommen. Zumindest ging es mir so.

Mitten im Laden standen zwei große Spiegel mit einer Sitzmöglichkeit davor. Das waren wohl die Plätze, wo man dann die Perücken anprobieren kann. Drumherum war normale Laufkundschaft, die sich die Perücken im Laden anschauen konnten. Alles völlig undiskret. Ich hab mir so einen Perückenladen völlig anders vorgestellt oder war ich nur im falschen Geschäft??? Jeder der mit im Laden stand, hat mitbekommen was ich für ein Problem habe!

Was mein Haarausfall betrifft ist es irgendwie komisch. Auf den ersten Blick würde ich auch sofort sagen, dass ich kreisrunden Haarausfall habe. Aber bei manchen Stellen sind die Ränder

gar nicht scharf abgegrenzt, wie man das immer so liest.

Auch habe ich dort auch noch vereinzelt dünne Haarbüschel. Kahl wie ein Babypopo sind die Stellen nicht.

Ich habe auch das Gefühl, dass ich bereits kleine Stoppeln fühle und sehe. Überall sind dort kleine schwarze Pünktchen, auch sieht man stellenweise kleine Haare.

Aber ich habe da keinen farblosen Flaum, wie das so oft bei kreisrunden Haarausfall berichtet wird.

Zudem habe ich das Gefühl, dass mir insgesamt die Haare auch deutlich dünner geworden sind. Mir fallen sie auch rundherum gleichmäßig stark aus. Es ist wie ein starker diffuser Haarausfall, der an manchen Stellen so extrem ist, dass sich kahle Stellen gebildet haben.

Hab auch endlich ein paar Fotos, die ich euch zeigen kann.

Bin schon gespannt auf eure Meinung. Die Fotos habe ich als Anhang unten angehängt.

Nach dem toppik habe ich mal geschaut. Das wäre vielleicht wirklich was für mich. Ist das Farbe/Schminke die auf die Kopfhaut aufgetragen wird? Fällt das nicht trotzdem ein bisschen auf? Klar, die kahlen Stellen verschwinden auf den ersten Blick, aber wenn der Wind die Haare nach hinten weht, erkennt man doch bestimmt trotzdem dass das Farbe und keine Haare sind, oder?

Liebe Grüße,
Lista

File Attachments

1) [Haare07.07.14-1.JPG](#), downloaded 586 times



Subject: Aw: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?

Posted by [lista](#) on Tue, 08 Jul 2014 14:17:24 GMT

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

Noch ein Foto

File Attachments

1) [Haare07.07.14-2.JPG](#), downloaded 526 times



Subject: Aw: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?

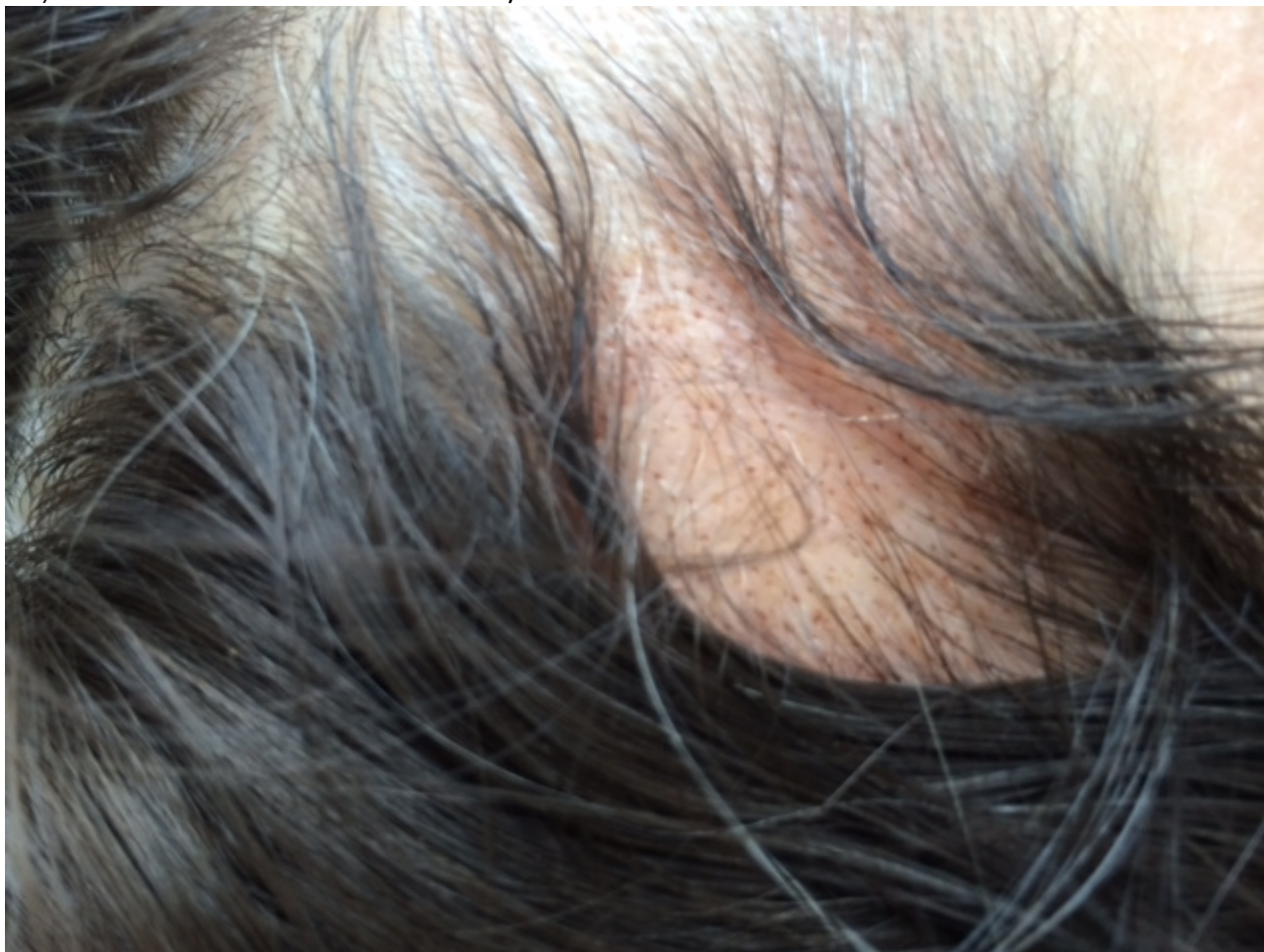
Posted by [lista](#) on Tue, 08 Jul 2014 14:21:04 GMT

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

Und noch eins

File Attachments

1) [Haare07.07.14-3.JPG](#), downloaded 523 times



Subject: Aw: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?

Posted by [lista](#) on Tue, 08 Jul 2014 14:23:15 GMT

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

Und noch ein letztes Foto

File Attachments

1) [Haare07.07.14-4.JPG](#), downloaded 564 times



Subject: Aw: Wie geht ihr damit um, dass euch die Haare ausfallen?

Posted by [Brain](#) on Wed, 09 Jul 2014 11:14:21 GMT

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

Hm, das ist wirklich seltsam bei dir. Solche kahlen Stellen sind wirklich nicht üblich für diffusen HA. Laienhaft würde ich jetzt auch sagen, dass das nach kreisrundem HA aussieht. Ich würde da an deiner Stelle tatsächlich Mittel ausprobieren, die man punktuell auftragen kann, also pantostin, regaine und Co.

Toppik sind, so weit ich weiß, so kleine fiberhärchen in der entsprechenden Farbe. Ich stelle mir das vor wie so sprühmoos, das man zur deko nimmt

Ich drücke dir die Daumen, dass es wieder nachwächst, aber die stoppeln machen ja etwas Mut!
