

Liebe Mädels,

schon lange lese ich hier still mit und habe viel gelernt, aber nun wird es Zeit, mich auch mal aktiv zu Euch zu gesellen. Warum ist klar - Haarausfall seit ca 11 Jahren. Kurz zu mir - ich bin 37 und habe 2 Kinder. Nach der ersten Schwangerschaft gings los, der typische HA, dazu brachen mir an der gesamten Ansatzlinie quasi über Nacht die Haare auf 2-3 cm ab. Richtig bewusst wurde mein HA-Problem nach einer OP 2013 mit anschließender Heparin-gabe, allein beim Kämmen nach dem Waschen fielen an die 300 Haare aus! Nach Monaten legte sich das, ich war allerdings sensibilisiert und achtete auf das, was auf meinem Kopf passierte. Es fiel immernoch zuviel aus, auch kurze und mittellange Haare. Miniaturisierte und kleine gedrehte sind auch dabei.

Dann der übliche Weg, Hausarzt, Gyn, Hautärzte, Endokrinologe. Blut ist ok, (außer Noradrenalin ums 3-fache erhöht, Stress habe ich zuhauf!), Schilddrüse mit Unterfunktion gut eingestellt.

Trichoscan im März 2014 mit folgenden Werten:

Vorne:  
Anagen 62 %  
Telogen 38 %

Hinten:  
Anagen 85 %  
Telogen 15 %

Habe auf Anraten der Hautärztin und des Endokrinologen mit Regaine 2 % angefangen. 17 Wochen lang Shedding, aber auch guter Neuwuchs. Allerdings fallen die Haare nun, 10 Monate nach Regaine-Start, immernoch, aktuell gerade sehr viel. Schätze auf 200-300 am Tag komme ich.

Gestern habe ich die Ergebnisse des neuen Trichoscan bekommen.

Vorne:  
Anagen 72 %  
Telogen 28 %

Hinten:  
Anagen 79 %  
Telogen 21 %

Vorne also Verbesserung, aber immernoch nicht gut. Hinten ist es etwas schlechter geworden.... Ich soll auf Regaine 5 % umsteigen und dazu einmal täglich ein Östradiol-haltiges Haarwasser nehmen.

Bin jetzt etwas ratlos, warum immernoch so viele Haare ausfallen und ob ich das 5er Regaine und das Haarwasser nehmen soll. Was meint Ihr dazu?

Ach ja, was die Sache für mich so schlimm macht - meine Oma mütterlicherseits ist kahl, hatte schon mit 40 sehr dünne Haare und mit 60 ganz wenige, heute hat sie nur noch Flusen... Meine Ma hat mit ihren 60 auch ziemlich dünnes Haar.. Habe total Panik, das von meiner Oma geerbt zu haben und jeden Tag auf´s Neue schreckliche Angst. Jedes Haar, das fällt (und das sind im Moment wirklich sehr viele...) sorgt direkt für Panik und Übelkeit.

Sorry dafür, dass es jetzt erstmal so lang geworden ist.... Aber vielleicht findet sich ja auch die ein oder andere wieder in meinen Schilderungen... Ich freu mich auf den Austausch mit Euch!

LG Nelli

---

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Haihappen](#) on Sat, 24 Jan 2015 20:41:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Da finde ich mich total wieder: Ich habe auch zwei Kinder und bin in deinem Alter - nur leider ist mein HA mit über 500 noch schlimmer und ich bin offensichtlich nicht mehr so gut untersucht. An Regaine traue ich mich wegen dem Shedding auch nicht mehr ran. Heute wars ein ganz furchtbarer Tag. Meine Tochter hat nun seit drei Tagen hohes Fieber und ich schlafe nachts fast nicht. Hatte das Gefühl, dass meine Haare sich heute komplett vom Kopf werfen wollen. Meine Werte sind alle so alt - ich brauch echt neue, bekomme aber meine Tage gerade nicht, sodass sich das Thema "Entnahme am 21. Zyklustag" echt schwierig gestaltet. Die Pille hab ich nun abgesetzt (nachdem ich hier im Forum schon eine Weile lese)...nimmst Du sie noch?

Ob Du bei der Dosierung von Regaine hoch gehen sollst, kann ich Dir nun leider nichts raten, da ich mich schließlich gar nicht dran traue...  
Ich wünsch Dir ganz viel Erfolg, hier können sicher einige Ratschläge geben.

---

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Nelli77](#) on Sun, 25 Jan 2015 10:51:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Liebe(r?) Haihappen,

danke für deine Antwort! Ich nehme die Pille schon seit locker 15 Jahren nicht mehr. Brauchte die letzten Jahre nicht verhüten; letzten November habe ich mir aber die Kupferspirale einsetzen lassen. Die dürfte aber mit dem aktuellen Haarausfall nichts zu tun haben. Es nervt mich kolossal, dass es einfach nicht besser wird!

Seit wann hast du es denn so schlimm? Und was tust du dagegen? Regaine funktioniert bei mir wirklich gut, fragt sich halt wie lange.... Kann bei Gelegenheit mal ein Foto hochladen, wo man den Neuwuchs gut sieht.

Drücke dir fest die Daumen und wünsche dir bald wieder ruhige Nächte!

LG Nelli

---

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Biggi01](#) on Sun, 25 Jan 2015 17:07:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Nelli,

Du bist, wenn Du Regain 2% 2x täglich nutzt schon bei 4%.  
Und Regain verhindert keinen Haarausfall, es putscht den Neuwuchs.

Ich sehe bei Dir als Ursache entweder die Hormone oder die Schilddrüse.

Und stell mal Deine Blutwerte hier ein.

Ig

---

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Binne](#) on Mon, 26 Jan 2015 07:27:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Haben deine Mutter und die Oma auch Probleme mit der SD?

Wie sind deine Werte? Stelle sie doch mal bitte ein, inklusive Referenzwerte!

Lg, Binne

---

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Nelli77](#) on Mon, 26 Jan 2015 08:33:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Biggi und Binne,

die Werte vom Endo habe ich leider nicht. Der macht alle 3 Monate ein riesiges Blutbild und sagt mir jedes Mal, dass außer den Stresshormonen alles im grünen Bereich ist. Er ist ein Prof. Dr. Dr. und ich fühle mich bei ihm eigentlich in guten Händen. Was ich hier vorliegen habe, ist ein relativ aktueller Befund vom Hausarzt. Ich weiß nicht, welche Werte Euch interessieren - vielleicht Eisen und Schilddrüse..?

Eisen liegt bei 135 (Normbereich 33-193)  
TSH basal liegt bei 2,22 (Normbereich 0,30-4,20)

Hilft das weiter?

Bezüglich Ma und Oma kann ich keine Aussage treffen, ich vermute aber nicht, dass die beiden ihre Schilddrüse überhaupt untersuchen lassen. Ma kann ich mal fragen, aber Oma ist 92, die interessiert das nicht mehr...

Könnt Ihr vielleicht noch was zum Trichoscan sagen, habt Ihr Erfahrung damit? Kann ich mit der Verbesserung im vorderen Bereich nach 10 Monaten Regaine zufrieden sein oder sollte da nachgebessert werden? Ggfs mit dem 5er Regaine? Irgendwie habe ich Angst davor. Der Hautarzt meinte, ein neuerliches Shedding sei nicht zu erwarten, da ich ja schon das 2er nehme. Ich soll auf das 5er umsteigen, weil ich das nur einmal täglich nehmen muss, soll das morgens machen, und abends täglich diese Östradiol-Lösung einmassieren. Traue mich eigentlich nicht so recht, an der aktuellen Behandlung was zu ändern - andererseits - vielleicht wird es ja besser? Ist schließlich noch nicht optimal...

Danke im Voraus und Euch einen schönen Tag!  
LG Nelli

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Mon, 26 Jan 2015 19:16:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen Nelli,

ich klink mich mal ein

Der TSH könnte niedriger sein; so um die 1 wäre super; der Eisenwert hilft nicht wirklich, hast du keinen Ferritinwert?!

Hmm, "alles im grünen Bereich" ist ja auch relativ. Meine Hausärzte sagten mit auch immer, mein Ferritin wäre super, dabei lag dieser immer zwischen 2-9.... alles andere als super.

Zum Rest kann ich dir leider nichts sagen, damit kenne ich mich gar nicht aus.  
Aber stell doch gerne mal Fotos online

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Biggi01](#) on Mon, 26 Jan 2015 19:21:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Nelli,

Der telogene Anteil ist zu hoch, der sollte nicht über 3% liegen, das zum Tricho.

Ich halte nicht viel davon, meiner lag bei 84% telogen, das hätte den Verlust fast aller Haare

bedeutet, ist aber nicht passiert.

Fakt ist. wenn du von jetzt 4% auf 5% gehst kann es zum Shedding kommen, aber es behebt die Ursache nicht.

Ferritin ist wichtiger als der Eisenwert, das sagte Pfannkuch ja schon.

Beschreib mal Deinen Haarausfall, wo gehen sie aus, wie viel gehen wo aus?

Und Hormonwerte sind wichtig.

Ig

---

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Haihappen](#) on Mon, 26 Jan 2015 21:00:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Da klinke ich mich doch auch nochmal mit ein. Haihappen ist übrigens ein Mädels (wenns im Film auch anders war  
Meine Ärzte sagen nämlich nur immer, dass alles super ist. Aber 500 Haare pro Haarwäsche sind nicht super.

Ferritin von 31 im Okt. 2013 hoch auf 140 im Oktober 2014 (Referenzbereich: 20-120yg/l)  
Eisen von 16.6 auf 18,6 (12-27 ymol/l)  
Vitamin B12 von 285 auf 380 (160-670 ymol/l)  
TSH1 basal 1,47 (0,4 - 3,8 mIU/l) August 2014 nach nur einem Monat Pillenpause  
TSH 2,8 (0,4 - 3,8 mIU/l) aus 2009 nach längerer Pillenpause

Meine Haare fallen diffus - besonders hinten am Oberkopf (habe mittlerweile einen Scheitel bis fast in den Nacken hinein....)

Fällt Euch dazu was ein??? Etwas auf???

---

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Mon, 26 Jan 2015 22:09:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@ Haihappen: Ferritin ist super; TSH könnte natürlich besser sein; B12.. das schwankt bei mir auch unglaublich, da ich immer Anfang des Monats eine Spritze bekomme, da geht er dann über 1000 und sinkt dann immer weiter, bis 300 runter; nicht optimal, wenns aber eben nicht über die Nahrung geht, was soll man machen... Aber hat B12 echt was mit Haarausfall zu tun? Hab ja schon soo viel gelesen; das allerdings noch nicht. Berichtigt mich aber gerne!

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Biggi01](#) on Tue, 27 Jan 2015 06:44:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Pfannkuchen,

Nicht nur Vitamin B12 hat etwas mit Haaren zu tun, auch die Vitamine B3 und B6.  
Und wer die Pille nimmt, sollte immer Vitamin B- Komplex einnehmen, da die Pille  
der Nährstoffräuber überhaupt ist.

Ig

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Tue, 27 Jan 2015 19:46:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Siehst du.. jetzt, wo ich das lese, stimmt; eine Ärztin sagte mal zu mir, dass alle guten  
FrauenärztInnen einen B-Komplex zur Pille verschreiben würden... mein Frauenarzt hält  
davon übrigens nix...

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Haihappen](#) on Tue, 27 Jan 2015 20:57:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was macht man eigentlich dagegen wenn der TSH-Wert schlecht ist - wie bekommt man den  
besser hin? Ganz doofe Frage, aber ich war in noch keiner Hormonsprechstunde...  
Der neue Arzt soll mit bioidentischen Hormonen arbeiten -ich werde mal googlen...

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Cora](#) on Wed, 28 Jan 2015 00:23:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Je nachdem, ob der TSH zu hoch (= Unterfunktion) ist oder zu niedrig (= Überfunktion),  
bekommst du entweder SD-Hormone verschrieben oder ein Thyreostatikum.

Praktisch kenn ich mich nur mit der Unterfunktion aus.

\* Bei mir hat unser gemeinsamer Arzt Anfang 2010 einen erhöhten TSH gemessen und mir  
daraufhin ein Schilddrüsenhormon verordnet.

\* Man steigt meistens mit einer niedrigen Dosis ein und erhöht dann in kleinen Schritten, mit begleitenden Blutkontrollen.

\* Wenn der TSH sich auf nem gesunden Level eingependelt hat UND die freien Werte gut aussehen UND die Befindlichkeit (ganz wichtig!!) sich verbessert hat, hat man die richtige Dosis gefunden.

Aber ACHTUNG: So sollte die Behandlung idealerweise aussehen. Das findet in der Realität durchaus nicht immer so statt! Viele Docs finden einen viel zu hohen TSH noch tolerabel - achten nicht auf die freien Werte - schieben die Befindlichkeit auf die Psyche und kontrollieren höchstens einmal im halben Jahr. Was alles bei einer Neueinstellung der SD mit Hormonen totaler Mist ist.

Zur Überfunktion kann ich wenig sagen, gehe aber davon aus, dass eine anständige Behandlung ähnlich aussieht. Halt mit nem anderen Medikament.

Kann man übrigens alles auch googeln ...

---

Subject: Aw: AGA, Diffus, Regaine, Trichoscan  
Posted by [Blueray1970](#) on Wed, 28 Jan 2015 18:14:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zur Überfunktion kann ich was sagen, der Körper arbeitet auf Hochtouren, die Schilddrüse bildet zu viel Schilddrüsenhormon.

Man kann quasi das Gegenteil wie bei der Unterfunktion beschreiben, Schwitzen, Gewichtsabnahme, Nervös ohne Ende, überdreht etc.

Meine Schilddrüse hatte bevor man endlich operieren konnte, mal auf Überfunktion umgeschaltet und das war alles andere als angenehm ... ok, der Gewichtsverlust war mir recht ... aber sonst war das kein Spaziergang, da waren Momente da dachte ich stehe vorm Herzinfarkt.

Ich musste Carbimazol zur Hemmung der Überproduktion einnehmen, wurde ständig per Blutbild überwacht, da diese Mittel nicht gerade harmlose Nebenwirkungen haben, bis die Werte im tolerierbaren Bereich lagen und man endlich operieren konnte. Man hat mir fast alles, bis auf ganz wenig Schilddrüsengewebe entfernt. Man hatte auch den Verdacht auf Morbus Basedow, dass ist eine Autoimmunerkrankung der SD, war zum Glück unbegründet.

OP hinter mir, dann war alles gut. Da kaum noch Gewebe da ist, muss ich mein Leben lang L-Thyroxin einnehmen, zur Zeit 112 mg.

Haarausfall kam aber trotzdem, leider.

Ich kann nur jedem raten der SD Probleme hat, den Endokrinologen aufzusuchen, ist eindeutig die bessere Adresse.

Grüße

