
Subject: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Wed, 29 Jul 2015 05:28:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich bin neu hier im Forum und habe mich angemeldet, weil mir doch etwas komisch vorkommt..
Seit 2013 wurde mein Haar dünner und dünner. Ich hatte mal eine richtige Löwenmähne
und mittlerweile trage ich sie sogar kurz, da sie dünn geworden sind.
Schließlich war ich beim Dermatologen bei einer Haarsprechstunde. Er hat erst einmal
Eisenmangel festgestellt (Ferritin bei 27). Er meinte ich solle zwischen 80 und 150 liegen. Jetzt
habe ich bereits schon 3 Monate Eisentabletten geschluckt. Demnächst kommen die neuen
Blutergebnisse.
Das mit dem Eisenmangel hat mich nicht gewundert. Ich war ab 2013 bis gut Ende 2014
Untergewichtig. Anfangs sogar stark. Nun meinte er aber noch, wir machen einen Trichoscan.
Es kam heraus, dass 35% der Haare in der Ruhephase sind und ich 7% Vellushaar habe. Er
meinte ich habe zu meinem diffusen Haarausfall noch einen anlagebedingten. Auch mein breiter
Scheitel und meine Geheimratsecken deuten darauf hin.
Ich sehe das aber ein bisschen anders, denn die Geheimratsecke hatte ich schon seit ich Kind
war und ist doch klar, dass auch mein Scheitel breiter wird, wenn die Haare dünner werden.
Egal, wo ich meinen Scheitel lege, er ist gleich dünn/ breit.
Zudem muss ich sagen, dass ich nie Haarausfall hatte. Sie wurden nur dünner.
Jetzt habe ich trotzdem erstmal Regaine für Frauen genommen. Die Sheddingphase habe ich
auch hinter mir. Insgesamt nehme ich es jetzt drei Monate.
Ich bin am Überlegen, ob ich das Regaine wieder absetze, da ich meiner Meinung nach
eigentlich kein richtigen AGA habe.
Wie seht ihr die ganze Situation?
Was würde denn passieren, wenn eine Person, die nur einen Eisenmangel hat, Regaine nutzen
würde? Die Haare würden bei ihr ja auch durch Regaine wachsen, aber was passiert nach
dem Absetzen?

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Pfannkuchen](#) on Wed, 29 Jul 2015 08:30:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen plathii,

eins vorweg: ich kenn mich AGA überhaupt nicht aus.
Mit Eisenmangel aber schon.
Sicher, dass du "nur" einen Eisenmangel hast? Wurden noch mehr Werte abgenommen? Zink?
Magnesium? Wie sieht die SD aus? Wie sehen deinen anderen Hormone aus? Nimmst du die
Pille?
Hast du dem Arzt gesagt, dass du schon immer Geheimratsecken hattest?
Meiner Erfahrung nach bringen Haarsprechstunden rein gar nichts, außer dass man am Ende
dann mit einem Rezept für Regaine dasteht... hatte ich nun auch schon 2 mal, ohne dass das
eigentliche Problem gefunden wurde.

Ich bekam mit meinem Haarausfall (auch Eisenmangel, Ferritin bei 5, und hormonell, dank Pille)

auch einen breiten Scheitel, eine! Geheimratsecke; aber wie du schon geschrieben hast: ist ja an sich normal, wenns überall dünner wird. Mein Scheitel ist mittlerweile wieder ansehnlich.

Zum Regaine: Hilft es denn? Also hast du in der Shedding-Phase viele Haare verloren und nun wachsen wieder welche nach?

Naja, wenn du Regaine benutzt ohne eine AGA zu haben, dann passiert da nichts weiter; es hilft ja nur dem Haarwachstum. Wenn du es absetzt, kann es aber passieren, dass du alle neuen Haare + die, die du durch das Shedding schon verloren hast, auch noch verlierst wirst.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [plathii](#) on Wed, 29 Jul 2015 08:41:39 GMT

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

Hallo Pfannkuchen,

Zink und Magnesium bin ich mir nicht so sicher, aber Schilddrüse ist alles in Ordnung.

Die Pille nehme ich auch. Zuerst hatte ich die Desmin, glaube ich. Seit Mai nehme ich extra eine antiandrogene Pille, die Dienovel.

Eigentlich habe ich dem Arzt gesagt, dass ich diese eine Geheimratsecke schon immer hatte und dass sie eigentlich nur dünner geworden ist, da das Haar ja insgesamt dünner geworden ist.

Er hat das scheinbar einfach ignoriert und meinte trotzdem: AGA

Naja, ob das Regaine hilft, weiß ich nicht. Irgendwo habe ich das Gefühl, dass es schon dichter geworden ist, kann aber auch an den Kurzhaarschnitt liegen. Das Shedding hatte ich recht lange, so 5-6 Wochen. Dabei fand ich nicht, dass es sich irgendwie vom Haarstatus her verschlechtert hat.

Heißt, wenn ich jetzt wirklich kein AGA hatte und Regaine nun absetze, dann verliere ich die Haare, die durch Regaine gekommen sind? Wird sich mein Haar lichten?

Und wie meinst du das: "die, die du durch das Shedding schon verloren hast, auch noch verlieren"? Die kann ich doch nicht nochmal verlieren, die sind doch schon weg

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [plathii](#) on Wed, 29 Jul 2015 08:51:48 GMT

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

Pfannkuchen schrieb am Wed, 29 July 2015 10:30 Hallöchen plathii,

eins vorweg: ich kenn mich AGA überhaupt nicht aus.

Mit Eisenmangel aber schon.

Sicher, dass du "nur" einen Eisenmangel hast? Wurden noch mehr Werte abgenommen? Zink? Magnesium? Wie sieht die SD aus? Wie sehen deine anderen Hormone aus? Nimmst du die Pille?

Hast du dem Arzt gesagt, dass du schon immer Geheimratsecken hattest?

Meiner Erfahrung nach bringen Haarsprechstunden rein gar nichts, außer dass man am Ende

dann mit einem Rezept für Regaine dasteht... hatte ich nun auch schon 2 mal, ohne dass das eigentliche Problem gefunden wurde.

Ich bekam mit meinem Haarausfall (auch Eisenmangel, Ferritin bei 5, und hormonell, dank Pille) auch einen breiten Scheitel, eine! Geheimratsecke; aber wie du schon geschrieben hast: ist ja an sich normal, wenns überall dünner wird. Mein Scheitel ist mittlerweile wieder ansehnlich.

Zum Regaine: Hilft es denn? Also hast du in der Shedding-Phase viele Haare verloren und nun wachsen wieder welche nach?

Naja, wenn du Regaine benutzt ohne eine AGA zu haben, dann passiert da nichts weiter; es hilft ja nur dem Haarwachstum. Wenn du es absetzt, kann es aber passieren, dass du alle neuen Haare + die, die du durch das Shedding schon verloren hast, auch noch verlierst.

Hallo Pfannkuchen,

Zink und Magnesium bin ich mir nicht so sicher, aber Schilddrüse ist alles in Ordnung. Die Pille nehme ich auch. Zuerst hatte ich die Desmin, glaube ich. Seit Mai nehme ich extra eine antiandrogene Pille, die Dienovel.

Eigentlich habe ich dem Arzt gesagt, dass ich diese eine Geheimratsecke schon immer hatte und dass sie eigentlich nur dünner geworden ist, da das Haar ja insgesamt dünner geworden ist.

Er hat das scheinbar einfach ignoriert und meinte trotzdem: AGA

Naja, ob das Regaine hilft, weiß ich nicht. Irgendwo habe ich das Gefühl, dass es schon dichter geworden ist, kann aber auch an den Kurzhaarschnitt liegen. Das Shedding hatte ich recht lange, so 5-6 Wochen. Dabei fand ich nicht, dass es sich irgendwie vom Haarstatus her verschlechtert hat.

Heißt, wenn ich jetzt wirklich kein AGA hatte und Regaine nun absetze, dann verliere ich die Haare, die durch Regaine gekommen sind? Wird sich mein Haar lichten?

Und wie meinst du das: "die, die du durch das Shedding schon verloren hast, auch noch verlieren"? Die kann ich doch nicht nochmal verlieren, die sind doch schon weg Very Happy

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [Pfannkuchen](#) on Wed, 29 Jul 2015 08:57:00 GMT

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

Hallöchen plathii,

ich hab mich dumm ausgedrückt, sorry; ich meinte damit, dass du neben den Haaren, du durchs Shedding ja verloren hast, wenn du Regaine absetzt, auch noch die neuen durch Regaine gewachsenen Haare verlieren kannst.

AGA ist relativ schnell diagnostiziert; ich würde, bevor ich mich mit AGA abfinden könnte, alles andere ausschließen.

Kannst du die SD Werte mal posten? "alles in Ordnung" liest man elider sehr oft Hat das dir dein Arzt gesagt oder weißt du es?

Wenn du Werte hast, poste die ruhig alle

Hm ich bin mittlerweile ja eine Pillengegnerin, denn mein HA kam erst durch sie.
Wenn du den Grund deines HA wirklich wissen willst, müsstest du die Pille absetzen und mal einen Hormonstatus machen. Und natürlich alle anderen möglichen Baustellen abklappern (wie eben Zink, Vit D usw usf)
Wie ist denn deine Pillengeschichte so? Hatte sie Einfluss auf deinen HA? Verträgst du sie gut? D.h. hast du irgendwelche Symptome, die du auf sie schiebst oder sogar welche, die du nicht einordnen kannst?

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Wed, 29 Jul 2015 09:08:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfannkuchen schrieb am Wed, 29 July 2015 10:57 Hallöchen plathii,

ich hab mich dumm ausgedrückt, sorry; ich meinte damit, dass du neben den Haaren, du durchs Shedding ja verloren haben wirst, wenn du Regaine absetzt, auch noch die neuen durch Regaine gewachsenen Haare verlieren kannst.

AGA ist relativ schnelle diagnostiziert; ich würde, bevor ich mich mit AGA abfinden könnte, alles andere ausschließen.

Kannst du die SD Werte mal posten? "alles in Ordnung" liest man elider sehr oft Hat das dir dein Arzt gesagt oder weißt du es?

Wenn du Werte hast, poste die ruhig alle

Hm ich bin mittlerweile ja eine Pillengegnerin, denn mein HA kam erst durch sie.
Wenn du den Grund deines HA wirklich wissen willst, müsstest du die Pille absetzen und mal einen Hormonstatus machen. Und natürlich alle anderen möglichen Baustellen abklappern (wie eben Zink, Vit D usw usf)
Wie ist denn deine Pillengeschichte so? Hatte sie Einfluss auf deinen HA? Verträgst du sie gut? D.h. hast du irgendwelche Symptome, die du auf sie schiebst oder sogar welche, die du nicht einordnen kannst?

Okay (: Naja dann kommt ja schlimmstenfalls der Status vor Regaine wieder. Und wenn es dann doch nur am Eisen lag und der Mangel behoben ist dann würden ja wieder kräftigere Haare wachsen. Oder??

Und selbst, wenn ich AGA habe, dann würden sie ja trotzdem nach behobenen Mangel besser wachsen, richtig?

Ja, ich hätte mal lieber erst die Eisenspeicher wieder auffüllen sollen und später mit Regaine beginnen sollen... :/

Die Werte habe ich leider gerade nicht zur Hand. Allerdings haben die schon drei Ärzte gesehen und alle meinten, es ist alles in Ordnung. Aber bei Gelegenheit stelle ich sie mal rein

Die Pille möchte ich eigentlich auch nicht absetzen. Ich hatte nie Probleme mit der Pille, auch mit der neuen bisher nicht. Also so, als wenn ich gar keine nehmen würde^^

Wegen dem Haarausfall, den ich ja eigentlich gar nicht habe, lediglich dünneres Haar als vor 2 Jahren, habe ich so ein Bauchgefühl. Ich kann mir gut vorstellen, dass alles am Eisen liegt

aufgrund meines Untergewichtes, aber ich kann mir nicht vorstellen, dass es anlagebedingter Haarausfall ist, denn selbst in meiner Familie haben alle recht volles Haar und alles kam ja erst mit dem Gewicht. Mittlerweile natürlich alles stolz wieder drauf
Wäre es sinnvoll Regaine auszuschleichen? Also es nur noch einmal am Tag zu nehmen, bis irgendwann gar nicht mehr? Und wenn man merkt, alles verschlechtert sich, dann hat man ja die Antwort, dass es doch AGA ist. Würde das so machen, allerdings erst, wenn meine Eisenwert wieder normal sind und hoffentlich die ersten kräftigeren Haare durchs Eisen gewachsen sind (also so 1-2 Monate nach behobenen Eisenmangel).

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Pfankuchen](#) on Wed, 29 Jul 2015 09:18:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja genau.
Ob du es ausschleichen kannst, weiß ich nicht; aber da wird sich hoffentlich noch wer zu Wort melden

Wenn dein "Haarausfall" am Eisenmangel lag/liegt, dann werden die Haare wieder gesund nachwachsen, ja Ist bei mir auch so. Mein Scheitel wurde sogar relativ schnell wieder okay; da ich über 10 Jahre Eisenmangel hatte und nicht wusste, habe ich allerdings so eine kleine Lücke, die nicht mehr ganz dicht wird, aber wer weiß schon, was die Zukunft bringt; die Hoffnung möchte ich dir keineswegs nehmen!

Ja, zuerst den Eisenmangel beseitigen, wäre besser gewesen.
Helfen die Tabletten? Kann dein Arzt dir keine Infusionen geben? Die helfen sehr schnell sehr gut.

Mit der Pille ist natürlich deine Entscheidung, war nur ein gut gemeinter Rat

Dass drei Ärzte über deine SD Werte geschaut haben und diese gut fanden, ist leider nur wenig aussagekräftig
Laut vielen Ärzten brauchte ich gar kein Eisen (und das mit einem Ferritin von 5 damals...)
Weißt du, wo dein Ferritin grade so liegt?

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Wed, 29 Jul 2015 09:25:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfankuchen schrieb am Wed, 29 July 2015 11:18Ja genau.
Ob du es ausschleichen kannst, weiß ich nicht; aber da wird sich hoffentlich noch wer zu Wort melden

Wenn dein "Haarausfall" am Eisenmangel lag/liegt, dann werden die Haare wieder gesund nachwachsen, ja Ist bei mir auch so. Mein Scheitel wurde sogar relativ schnell wieder okay; da ich über 10 Jahre Eisenmangel hatte und nicht wusste, habe ich allerdings so eine kleine

Lücke, die nicht mehr ganz dicht wird, aber wer weiß schon, was die Zukunft bringt; die Hoffnung möchte ich dir keineswegs nehmen!

Ja, zuerst den Eisenmangel beseitigen, wäre besser gewesen.
Helfen die Tabletten? Kann dein Arzt dir keine Infusionen geben? Die helfen sehr schnell sehr gut.

Mit der Pille ist natürlich deine Entscheidung, war nur ein gut gemeinter Rat

Dass drei Ärzte über deine SD Werte geschaut haben und diese gut fanden, ist leider nur wenig aussagekräftig
Laut vielen Ärzten brauchte ich gar kein Eisen (und das mit einem Ferritin von 5 damals...)
Weißt du, wo dein Ferritin grade so liegt?

Ich war Montag erst beim Arzt zur Blutabnahme. Spätestens nächste Woche weiß ich mehr
Ich würde auch lieber Infusionen haben als immer diese Tablette rechtzeitig vorm Essen zu nehmen. Das ist nervig. Wenn er immer noch zu niedrig ist, der Wert, dann werde ich den Arzt mal fragen.

Ich hab soviel Hoffnung dadrin, dass es kein AGA ist. Aber mein Dermatologe meinte, laut meinen Trichoscan und dem Scheitel und den Geheimratsecken ist es wohl so. Ich habe das Gefühl, dass die Ärzte einfach immer einfach sagen: "AGA" Ich bin gerade mal 18 und kann nicht glauben, dass ich das habe... es kränkt mich einfach und macht mich fertig. Immer wieder muss ich daran denken.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Pfankuchen](#) on Wed, 29 Jul 2015 10:18:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Achso okay
Und würde er dir Infusionen geben?
Ich mochte Tabletten auch nicht wirklich, haben auch den Ferritin nicht wirklich hoch getrieben (nach 3 Monaten von 5 auf 11..)

Wenn in deiner Familie alle dichte Haare haben, würde ich die Hoffnung an deiner Stelle auch nicht aufgeben!
Dass der Trichoscan schlecht ausfiel und dein Scheitel lichter wird, hast du dir ja auch schon selbst erklärt. Und wie gesagt: Die Diagnose AGA ist sehr schnell gestellt.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Wed, 29 Jul 2015 10:33:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfankuchen schrieb am Wed, 29 July 2015 12:18 Achso okay
Und würde er dir Infusionen geben?

Ich mochte Tabletten auch nicht wirklich, haben auch den Ferritin nicht wirklich hoch getrieben (nach 3 Monaten von 5 auf 11..)

Wenn in deiner Familie alle dicke Haare haben, würde ich die Hoffnung an deiner Stelle auch nicht aufgeben!

Dass der Trichoscan schlecht ausfiel und dein Scheitel lichter wird, hast du dir ja auch schon selbst erklärt. Und wie gesagt: Die Diagnose AGA ist sehr schnell gestellt.

Das weiß ich nicht..ich melde mich diesbezüglich wieder, wenn ich die Blutergebnisse habe. Wäre natürlich gut, wenn er mir die Infusionen verabreichen würde. (:

Ich frage ihn diesbezüglich auch nochmal, also wegen seiner Diagnose. Wenn er so fest davon überzeugt ist, dann nehme ich das Regaine erstmal weiter. Im Oktober habe ich noch einen Termin bei einem anderen Dermatologen. Mal sehen was der sagt.

Vielleicht sollte man nicht immer alles glauben, was die Ärzte sagen und auf sich selbst hören, denn schließlich kennt der Arzt ja nicht die eigene Lebensgeschichte...

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Thu, 30 Jul 2015 05:39:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfannkuchen schrieb am Wed, 29 July 2015 10:30Hallöchen plathii,

eins vorweg: ich kenn mich AGA überhaupt nicht aus.

Mit Eisenmangel aber schon.

Sicher, dass du "nur" einen Eisenmangel hast? Wurden noch mehr Werte abgenommen? Zink? Magnesium? Wie sieht die SD aus? Wie sehen deine anderen Hormone aus? Nimmst du die Pille?

Hast du dem Arzt gesagt, dass du schon immer Geheimratsecken hattest?

Meiner Erfahrung nach bringen Haarsprechstunden rein gar nichts, außer dass man am Ende dann mit einem Rezept für Regaine dasteht... hatte ich nun auch schon 2 mal, ohne dass das eigentliche Problem gefunden wurde.

Ich bekam mit meinem Haarausfall (auch Eisenmangel, Ferritin bei 5, und hormonell, dank Pille) auch einen breiten Scheitel, eine! Geheimratsecke; aber wie du schon geschrieben hast: ist ja an sich normal, wenns überall dünner wird. Mein Scheitel ist mittlerweile wieder ansehnlich.

Zum Regaine: Hilft es denn? Also hast du in der Shedding-Phase viele Haare verloren und nun wachsen wieder welche nach?

Naja, wenn du Regaine benutzt ohne eine AGA zu haben, dann passiert da nichts weiter; es hilft ja nur dem Haarwachstum. Wenn du es absetzt, kann es aber passieren, dass du alle neuen Haare + die, die du durch das Shedding schon verloren hast, auch noch verlierst.

Guten Morgen, Hallo Pfannkuchen,

ich habe mal geschaut und mein TSH-Wert lag beim letzten Blutbild bei 2,95. Was sagst du?

Gruß

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 30 Jul 2015 07:43:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

An sich ist der TSH zu hoch, allerdings sind die freien Werte wichtiger.
Hast du diese nicht mitbestimmt bekommen?

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Thu, 30 Jul 2015 09:11:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfannkuchen schrieb am Thu, 30 July 2015 09:43 An sich ist der TSH zu hoch, allerdings sind die freien Werte wichtiger.
Hast du diese nicht mitbestimmt bekommen?

Was sagen diese ganzen Werte aus? Was hat das mit Haarausfall dirket zu tun? Habe mich mit der Schilddrüse noch nie wirklich beschäftigt.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 30 Jul 2015 09:17:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier findet du die Werte erklärt aus dem Hashi Forum:

<http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=8>
<http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=9>
<http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=7>

Aber auch hier im Forum ist ein Thread dazu:
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/11833/>

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Thu, 30 Jul 2015 09:45:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfannkuchen schrieb am Thu, 30 July 2015 11:17 Hier findet du die Werte erklärt aus dem Hashi Forum:

[http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id= 8](http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=8)
[http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id= 9](http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=9)
[http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id= 7](http://www.ht-mb.de/forum/vbglossar.php?do=showentry&id=7)

Aber auch hier im Forum ist ein Thread dazu:
<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/11833/>

Okay, vielen Dank für deine Antwort. (:
Ich werde den Arzt nochmal darauf ansprechen.
Ich hatte insgesamt, glaube ich, 3 Blutbilder. Ich schau mir nochmal an wie dort die Werte waren.
Ich habe mir auch nochmal die Auswertung angeguckt vom Trichoscan etc. Darauf hat der Arzt geschrieben:
- Telogenes Effluvium -> Behandlung mit Eisenpräparaten
- Behandlung mit Regaine 2% Frauen

Nun die Frage:
Durch den Eisenmangel ist also mehr Haar in der Ruhephase als normal ist. Dies normalisiert sich hoffentlich wieder, wenn der Eisenwert normal ist.
Was ist mit dem Vellushaar? Entsteht das auch durch Eisenmangel oder weist das gleich zwangsläufig auf AGA hin?

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Pfankuchen](#) on Thu, 30 Jul 2015 10:09:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gerne doch

Hmm, ich würd mich nicht so daran festhalten, was der Arzt so gesagt hat; meine Ärzte haben auch ganz viel Schwachsinn gelabert, von wegen Stress, ich solle ruhiger werden usw. Vor allem die Hautärzte bzw. Haarärzte...

Poste gerne die Blutbilder

Mit den Ergebnissen von nem Trichoscan kenne ich mich ehrlich nicht aus; auch nicht, ob das für ne AGA spricht, aber: ich habe auch ziemlich viele dünne Haare, die recht schnell wieder ausfallen und habe keine AGA, daher denke ich, dass unterversorgtes Haar (warum auch immer) eben nicht mehr gesund wachsen kann.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Thu, 30 Jul 2015 10:18:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfannkuchen schrieb am Thu, 30 July 2015 12:09

Mit den Ergebnissen von nem Trichoscan kenne ich mich ehrlich nicht aus; auch nicht, ob das für ne AGA spricht, aber: ich habe auch ziemlich viele dünne Haare, die recht schnell wieder ausfallen und habe keine AGA, daher denke ich, dass unterversorgtes Haar (warum auch immer) eben nicht mehr gesund wachsen kann.

Hab mal was in einem anderen Forum gefunden:

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/20381/>

"Dies lässt sich gut in einem Trichogram sehen, es fehlen nämlich, die so typische für eine AGA miniaturisierten Haare bzw der höhere Anteil von Vellushaar (Flaumhaar). Aber, auch bei dem sog. chron. diffuses telogeneffluvium lassen sich natürlich auch Flaumhaare finden und die Haare können verkümmern. Ist ja auch logisch, besteht irgend ein Mangel, werden die Haare halt nicht mehr ausreichend versorgt und können sich nicht mehr voll entwickeln. Typisch jedoch ist ein recht hoher Anteil an Haaren, die sich in der Telogen, also der der Ruhephase (kurz vor dem Ausfall), befinden. Das sind die Haare mit dem weißen Knubbel bzw Kolben am Ende. Haare in der Wachstumphase haben ein kleines Ende, was an ein Golfschläger erinnert. (solche wirst du so gu wie nie in der Bürste finden, es sei denn, du reißt sie aus und das tut weh, wenn sie noch gesund sind) Hier beginnt der Haarausfall an der Stirnhaargrenze und ist über den ganze Kopf diffus verteilt wachsen aber wieder nach. Internetdiagnosen sind immer Mist, ich gehe bei dir nicht von einer AGA aus, weil du recht jung bist, eine Frau und wie du den Haarausfall beschreibst."

Finde ich auch logisch. Bekommt ein Haar nicht mehr die Stoffe, die es benötigt (sei es Mangel an Zink, Eisen oder sonst was), dann kann es ja auch nicht mehr kräftig wachsen. Mein Arzt meinte übrigens, ich hätte den Eisenmangel schon seit 3 Jahren, denn auf den Trichoscan ist erkennbar, dass zwischendurch da mal eine Lücke ist, wo ein Haar mal war. Er meinte dort ist die Haarwurzel bereits abgestorben und das kommt von dem jahrelangen Mangel.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 30 Jul 2015 10:32:50 GMT

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

?! Und das kann er dann genau sagen, dass das nun seit 3 Jahren so ist?!

Es ist übrigens nicht gesagt, dass so eine Wurzel wieder kommen kann; habe ich bei meinem Mann beobachtet, der auch Regaine benutzt (leider hat er es nicht regelmäßig genommen, denn es half richtig gut bei ihm...), egal; auf jeden Fall habe ich den Kopf dann jeden Monat mal unter die Lupe genommen und da waren Haare an Stellen, wo vorher überhaupt nichts war.

Hast du denn so richtige Stellen komplett ohne Haare?! Also nur Kopfhaut?

Mach dich bitte nicht verrückt, behebe den Mangel und sieh dann erst mal weiter
Du kannst auch gerne ein paar Fotos zeigen, dann können wir uns das mal ansehen

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Thu, 30 Jul 2015 11:04:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfannkuchen schrieb am Thu, 30 July 2015 12:32?! Und das kann er dann genau sagen, dass das nun seit 3 Jahren so ist?!

Es ist übrigens nicht gesagt, dass so eine Wurzel wieder kommen kann; habe ich bei meinem Mann beobachtet, der auch Regaine benutzt (leider hat er es nicht regelmäßig genommen, denn es half richtig gut bei ihm...), egal; auf jeden Fall habe ich den Kopf dann jeden Monat mal unter die Lupe genommen und da waren Haare an Stellen, wo vorher überhaupt nichts war.

Hast du denn so richtige Stellen komplett ohne Haare?! Also nur Kopfhaut?

Mach dich bitte nicht verrückt, behebe den Mangel und sieh dann erst mal weiter
Du kannst auch gerne ein paar Fotos zeigen, dann können wir uns das mal ansehen

Nein, eigentliche habe ich im Gegensatz zu anderen (zumindest was hier so im Forum zu sehen ist) gute Haare. (:

Stelle nachher mal ein Foto vom Scheitel oder so hoch.

Eben habe ich auch die Rückmeldung von meinem Dermatologen bekommen. Mein Ferritin liegt nach 100 Tage Ferro Sanol Duodenal 100mg Kapseln (eine pro Tag) bei 65. Er ist also von 27 doch so schnell gestiegen. Das freue ich mich gerade. (:

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 30 Jul 2015 11:09:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da bin ich mal gespannt

Schön, dass er so hoch gegangen ist! (weißt du zufällig ob du einen erhöhten CRP hast oder ist der okay?)

Um gesunden Haarwachstum zu haben sollte der Ferritin aber mind. bei 70, besser 100 sein, aber das weißt du ja bestimmt

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Thu, 30 Jul 2015 11:17:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pfannkuchen schrieb am Thu, 30 July 2015 13:09

Schön, dass er so hoch gegangen ist! (weißt du zufällig ob du einen erhöhten CRP hast oder ist der okay?)

Um gesunden Haarwachstum zu haben sollte der Ferritin aber mind. bei 70, besser 100 sein, aber das weißt du ja bestimmt

Ähh, nein, das weiß ich nicht. Vielleicht ist ja auf dem Blutbild drauf. Warum, ist das auch wichtig?

Ja, würde gern zwischen 80 und 150 kommen, meint auch der Arzt.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [Sissi](#) on Thu, 30 Jul 2015 12:15:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Ferro sanol hat mir auch sehr, sehr gut geholfen, den Wert an die obere Grenze zu steigern, aber trotz eines hohen Ferritinwertes habe ich wenig Nachwuchs.
Nicht nur auf Ferritin konzentrieren, Zink, Kalium, MG, Calcium, alle B-Vitamine etc...sind mind. ebenso wichtig.

LG
Sissi

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Thu, 30 Jul 2015 12:41:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sissi schrieb am Thu, 30 July 2015 14:15Hallo,

Ferro sanol hat mir auch sehr, sehr gut geholfen, den Wert an die obere Grenze zu steigern, aber trotz eines hohen Ferritinwertes habe ich wenig Nachwuchs.
Nicht nur auf Ferritin konzentrieren, Zink, Kalium, MG, Calcium, alle B-Vitamine etc...sind mind. ebenso wichtig.

LG
Sissi

Hallo Sissi,

wegen Zink, Magnesium, Biotin etc. habe ich eigentlich keine Bedenken. Zum einen habe ich über Monate Biotintabletten und Haar-Vitalkapseln (mit Zink) eingenommen. Zur Zeit mache ich auch eine 6-Monate-Kur mit Silizium-Gel (Auch wenn nicht sicher ist, ob es nun wirklich den Haare oder auch den Nägeln hilft). Zum anderen ernähre ich mich sehr gesund. Theoretisch ernähre ich mich nach dem DGE-Ernährungskreis. Ich esse zweimal Obst am Tag und reichlich Gemüse. Da ist auch Abwechslung dabei. In der Woche gehört bei mir auch zweimal Fisch und Fleisch auf den Teller. Täglich esse ich meine Käsestulle und an Milchprodukte hapert es auch nicht.

Meine Ernährung habe ich so umgestellt, als ich gemerkt habe, dass was nicht stimmt mit den Haaren. Seit Ende letzten Jahres achte ich daher darauf gesund zu essen. Ich denke nicht, dass es an anderen Nährstoffen liegt.

Eisen aber war glaubwürdig, da ich seit 2013 ungefähr zum Beispiel kein rotes Fleisch gegessen habe (nur Geflügel) und damals habe ich so gut wie nie Gemüse gesehen, also

relativ wenig.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 30 Jul 2015 15:54:50 GMT

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

Nun weißt du es

CRP und Ferritin sind beides Proteine, die sich gegenseitig bedingen; sprich: wenn CRP hoch ist, wird der Ferritin falsch hoch angezeigt, deswegen ist es wichtig, beide bestimmen zu lassen
In einem großen Blutbild wird er normalerweise nicht mitgemacht, aber es wird sich ja dann zeigen, ob der Arzt ihn vllt. doch mitgemacht hat.

Zur Ernährung: Ich esse viel Fleisch und habe trotzdem Eisen- und Vit B12 Mangel. Man kann leider nicht immer so darauf schließen; aber ich wünsche dir natürlich, dass dein Körper da mitmacht, wie er soll

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [Sissi](#) on Fri, 31 Jul 2015 06:49:42 GMT

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

Hallo plathii,

genau das finde ich auch..wer so viel Fleisch und Fisch isst, müsste einen supertollen Ferritinwert haben...womöglich sieht es mit Deinen anderen Werten genauso mau aus...es können tausend Dinge schuld sein..auch Vitamin-B12-Mangel..aber wenn Du das anders siehst, ist natürlich Deine Sache.

LG

Sissi

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [plathii](#) on Fri, 31 Jul 2015 07:08:13 GMT

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

Pfannkuchen schrieb am Thu, 30 July 2015 17:54Nun weißt du es

CRP und Ferritin sind beides Proteine, die sich gegenseitig bedingen; sprich: wenn CRP hoch ist, wird der Ferritin falsch hoch angezeigt, deswegen ist es wichtig, beide bestimmen zu lassen
In einem großen Blutbild wird er normalerweise nicht mitgemacht, aber es wird sich ja dann zeigen, ob der Arzt ihn vllt. doch mitgemacht hat.

Zur Ernährung: Ich esse viel Fleisch und habe trotzdem Eisen- und Vit B12 Mangel. Man kann leider nicht immer so darauf schließen; aber ich wünsche dir natürlich, dass dein Körper da mitmacht, wie er soll

Guten Morgen Pfannkuchen,
warum sollte mein CRP auf einmal hoch sein?
Hab mal geguckt und mein TSH war bei dem Blutbild davor 2,17 und davor sogar 3,9...
Grüße (:

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Fri, 31 Jul 2015 07:12:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sissi schrieb am Fri, 31 July 2015 08:49Hallo plathii,

genau das finde ich auch..wer so viel Fleisch und Fisch isst, müsste einen supertollen Ferritinwert haben...womöglich sieht es mit Deinen anderen Werten genauso mau aus...es können tausend Dinge schuld sein..auch Vitamin-B12-Mangel..aber wenn Du das anders siehst, ist natürlich Deine Sache.

LG
Sissi

Morgen Sissi,
auf dem Blutbild war doch noch einiges:

Kalium: 4,18

Natrium: 143

Calcium: 2,34

..ich glaube man sollte nicht auf jede Kleinigkeit achten. Meine Mutter zum Beispiel hat ständig Eisenmangel und die hat so volles Haar, dass der Friseur was raus schneiden muss.

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Fri, 31 Jul 2015 07:21:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das war vor Regaine am 16. Mai

File Attachments

1) [Scheitel MitteEnde Mai.JPG](#), downloaded 1107 times



Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Fri, 31 Jul 2015 07:24:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das war am 15. Juli. 8 Wochen Regaine

File Attachments

1) [Scheitel Mitte Juli.JPG](#), downloaded 968 times



Subject: Aw: Eisenmangel und AGA
Posted by [plathii](#) on Fri, 31 Jul 2015 07:26:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und hier mal von vorne.
Oben: 9. April
Mitte: 26. Mai
Unten: 15. Juli

File Attachments

1) [Vergleich.JPG](#), downloaded 960 times



Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 31 Jul 2015 11:37:27 GMT

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

Der CRP ist relativ sensibel, bei mir zumindest; ich habe ja keine Ahnung ob du Entzündungen hast; wenn man sich deinen TSH so anschaut, der mit 3,9 eindeutig eine Unterfunktion anzeigt und eine Unterfunktion auch Hashi anzeigen kann (und Hashi eine Entzündung der SD ist) kann schon eine Entzündung vorliegen, ohne dass du sie groß mitbekommst.

Wurden mal die Antikörper der SD bestimmt?

Bitte stell alle Werte mal online, immer mal wieder ein oder drei ist ehrlich gesagt zu blöde, da man viele Werte auch zusammen betrachten muss. Die Referenzwerte nicht vergessen

Ich finde deine Haare sehen erstmal ganz gut aus, vorne am Scheitel könnte es ein wenig dichter sein, das kann aber am Eisenmangel liegen.

Färbst du die Haare oder ist das deine Naturhaarfarbe?

Ich muss Sissi zustimmen, es ist schon wichtig auf alles zu achten. Haarausfall kann soo viele Ursachen haben, da muss man entweder Glück haben und gleich das richtige treffen oder sich dumm und dämlich suchen.

Wenn man aber hier im Forum schon mal Hilfe bekommt und gesagt bekommt, worauf man besonders achten soll, kann das eine sehr große Hilfe sein

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [plathii](#) on Thu, 07 Jan 2016 09:44:19 GMT

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

melde mich seit langem mal wieder... :>

ich war mittlerweile bei einem zweiten Hautarzt. Dieser hat gesagt, er habe noch nie ein 18-jähriges Mädchen mit AGA gesehen.. Meine Blutwerte wurden nochmal kontrolliert.

Ergebnis war: Ferritin bei 84, aber TSH bei 4,38..

Habe heute einen Termin bezüglich meiner Schilddrüse..vielleicht doch eine Schilddrüsenunterfunktion wie ihr schon vermutet habt.. :/

Subject: Aw: Eisenmangel und AGA

Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 07 Jan 2016 14:38:20 GMT

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

Na siehste, endlich mal einer, der noch n bisschen Ahnung hat.

Schön, wenn die SD "nur" schuld wäre. TSH von 4,38 ist auf jeden Fall ne UF.

Poste dann doch mal die freien Werte, die sind sehr wichtig.

LG
