

Hallo ihr,

ich bin gestern erst auf diese Seite gestoßen, obwohl ich schon seit längerem im Internet bezüglich dem Thema Haare und Haarausfall unterwegs bin. Ich konnte in den Beiträgen, welche bisher hier schon veröffentlicht wurden aber leider nichts brauchbares finden und hoffe, dass sich vielleicht ein paar von euch nun meinen zu Gemüte führen und mir helfen können.

Ich bin 28 Jahre alt und habe im Bereich des Scheitels/Oberkopfes sehr liches Haar. An den seitlichen und der hinteren Kopfpattie ist aber alles normal. Das Problem habe ich nun seit ca. 2 Jahren, also seit dieser Zeit nehme ich es bewusst war, ich denke das Problem hat aber bereits schon früher angefangen.

An den Stellen die licht sind, ist auch meistens meine Kopfhaut gerötet. Die Kopfhaut hat bis vor einigen Wochen auch wie verrückt gejuckt. Das war so schlimm, dass ich sie am liebsten heruntergekratzt hätte (ja das hört sich jetzt etwas abartig an, aber es war wirklich sehr krass). Das jucken ist die letzte Zeit aber erheblich besser geworden.

Ich war schon bei einigen Hautärzten, aber die konnten mir alle nicht so wirklich helfen. Die Erste wo ich war, das ist jetzt zwei Jahre her, hat mir Regain verschrieben, ich habs aber nicht vertragen und habs nach bereits 3 oder 4 mal benutzen absetzen müssen. Ehrlich gesagt, war ich damals auch noch der Meinung, dass man gegen Haarausfall nicht viel machen kann und es war zu dieser Zeit auch noch nicht soooo schlimm. Mir ist dann aber mit der Zeit aufgefallen, dass der Haarverlust immer schlimmer wird, außerdem war zu dieser Zeit mein Kopfhaut am Oberkopf einfach nur rot, sah aus wie ein Sonnenbrand. Ich bin dann zu einer anderen Ärztin, die hat mir dann Blut abgenommen und einen Allergietest gemacht. Da kam raus, dass ich gegen einen Stoff der in Modeschmuck enthalten ist, allergisch bin. Gut, hat mir auch nicht weitergeholfen. Sie hat mir dann für die rote Kopfhaut, was ihrer Meinung nach eine Entzündung war, Cortison verschrieben. Das hat natürlich geholfen, also zumindest gegen die Rötung. Für sie war das Thema damit erledigt. Sie wollte sich aber noch mit einem ihrer Praxiskollegen besprechen. Auf den Termin mit diesem Kollegen habe ich dann einen Monat warten müssen und der Typ war einfach nur ein A...., der sich für mich absolut nicht interessiert hat. Ich war dann so sauer, weil ich in diesen Termin so viel Hoffnung gesetzt habe. Letztlich bin ich wieder zu einem anderen Arzt. Wieder eine Gemeinschaftspraxis. Der erste Arzt dort meinte, ich hätte Neurodermitis, war gar nicht so abwägig war, denn ich hatte mal in der Kindheit etwas Probleme damit. Der zweite Arzt der Praxis meinte dann, ich hätte einen Hautpilz, er hat mir dann ein Shampoo verschrieben, außerdem Regaine und Pantostin. Das Shampoo hat mir erst mal sehr geholfen, der Juckreiz war weg, Kopfhaut war nicht mehr rot. Ich dachte echt, mein Problem ist gelöst. Regain hab ich wieder nicht vertragen weshalb ich nur noch Pantostin nehmen sollte. Hat letztlich bei mir nicht geholfen und mir war es dann auch zu blöd das Zeug zu nehmen. Nachdem das Shampoo alle war, hab ich nach ca. 2 Monaten wieder den Juckreiz bekommen und bin wieder zu dem Arzt. Der hat mir das wieder verschrieben und diesmal hat es nichts geholfen. Also hab ich mir mal Gedanken gemacht, ob das mit dem Hautpilz wirklich stimmen kann. Zumal ich ja wie gesagt nur am Oberkopf die Probleme hatte. Mich hat das alles so gefrustet, weil die zeit vergeht und nix passiert, außer dass die Haare immer weniger werden. Habe mittlerweile meine langen Haare abgeschnitten, weil es dann

nicht so auffällt mit den dünnen Haaren.

Ich habe mich jetzt entschieden, zu einer Heilpraktikerin zu gehen, weil die nicht nur die äußeren Symptome bekämpfen sondern auch mal gucken wo das ganze eigentlich den Ursprung hat. Hatte bereits zwei Termine und bin recht zufrieden. Ich selbst habe das Gefühl, dass es bei mir mit meinen Magen/Darm-Problemen zusammenhängt. Habe immer wieder Probleme mit der Verdauung, Magenschmerzen.....

Außerdem arbeite ich Schicht, was wohl auch nicht sehr förderlich ist. Habe jetzt von der Heilpraktikerin den Tip bekommen, einen Tee aus Anis, Fenchel, Kümmel und Koreander zu trinken, was gut für Magen/Darm ist. Außerdem nehme ich noch ein paar Sachen, welche auch für Magen/Darm sind und die Verdauung unterstützen sollen. Außerdem soll ich auf meine Kopfhaut Lavendelöl auftragen. Bin noch am Anfang und kann deshalb auch nicht sagen ob es hilft oder nicht.

Lange Rede kurzer Sinn, ich wollte wissen, ob jemand von euch ähnliche Symptome hatte oder hat und war ihr dagegen so unternimmt. Bin momentan echt sehr frustriert.

Habe schon in den ein oder anderen Beitrag bezüglich der verschiedenen Blutwerte gelesen, außerdem auch einige die die Pille abgesetzt haben. Ich selbst nehme die Maxim seit 5 Jahren und davor seit meinem 15ten Lebensjahr die Diane 35, da ich schlimme Akne hatte. Meine Frauenärztin meinte, dass die Maxim bezüglich Haarausfall eigentlich helfen sollte.

So, jetzt hoffe ich, ich hab euch nicht zu viel vollgejamert. Ich hoffe ihr könnt mir helfen.

Danke schon mal!!!!

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfankuchen](#) on Fri, 14 Aug 2015 20:21:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen xbox

Könntest du ein wenig mit Absätzen arbeiten, das liest so echt nicht so gut.

Tja... das Kopfhautproblem ist natürlich doof. Hast du das denn auf dem ganzen Kopf?! Ansonsten kann ich dir gar nichts raten, da man ja schon ein Blutwerte bräuchte. Wenn du Magen-Darm-Probleme hast, sind Mängel nicht sehr unwahrscheinlich. Die Pille nimmst du ja auch schon sehr lang, die wird auch nichts gutes für deine Haare tun (Haarpillen gibt es nicht, da solltest du dich mal ein wenig belesen (nicht böse gemeint!!); synthetische Hormone sind allgemein überhaupt nicht gesund! Dass deine Frauenärztin da anderer Meinung ist, ist normal)
Wie alt ist du denn eigentlich?

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Sat, 15 Aug 2015 12:35:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Pfannkuchen,

danke für deine schnelle Antwort!!!!

Ja, da hast du recht, ein paar Absätze hätten nicht geschadet, sorry

Also ich bin 28 Jahre. Seit ca. 2 Jahren nehme ich bewusst wahr, dass da was auf meinem Kopf nicht stimmt.

Die Probleme auf der Kopfhaut, zumindest die Rötung, habe ich nur am Oberkopf/Scheitelbereich. Da juckt es auch am meisten, außerdem ist meine Haut da sehr empfindlich und schmerzt auch immer wieder. Mal mehr mal weniger. Bisher habe ich aber nicht herausgefunden, warum es mal mehr, bzw. mal weniger ist.

Ja klar, dass es keine "Haarpille" gibt, ist mir schon bewusst. Hab jetzt im Internet aber auch schon zwei Seiten gehört. Die Einen sagen, dass Haarausfall durch die Pille entstehen kann, die Anderen berichten, dass sie Haarausfall bekommen haben, als sie die Pille abgesetzt haben. Ich bin momentan wirklich am überlegen, ob ich sie absetzen soll, aber ich habe etwas Angst, dass dann meine Akne wieder zurückkommt und mir ging es wirklich schlecht in dieser Zeit bis ich die Pille dann genommen habe.

Bezüglich der Blutwerte: Ich weiß nicht wirklich welche Werte da ausschlaggebend sind, klar Eisen ist natürlich wichtig, da bin ich im unteren Normbereich. Normal sei wohl ein Wert zwischen 50 - 170, ich habe 84. Meine Frauenärztin meinte, dass es zwar niedrig ist, aber nicht wirklich weiter ins Gewicht fällt.

Zwei Werte gibt es jedoch, die vom Normbereich abweichen. Das sind :
Neutrophile; Normbereich 42,9 - 74,3, ist bei mir bei 39,4
und die Lymphozyten; Normbereich 18,3 - 45,7, sind bei mir bei 50,7.

Auch das habe ich bereits bei meiner Frauenärztin abklären lassen, die meinte aber, dass das überhaupts nicht schlimm sei. Lediglich bezüglich der Lymphozyten sollte man was machen, sollte ich einen Kinderwunsch haben (hab ich zur Zeit nicht)
Der Rest des Blutbildes war unauffällig.

Ich habe auch schon an erblichen Haarausfall bei mir gedacht, aber bei mir in der Familie ist dahingehend nichts bekannt, außerdem hat man ja bei erblich bedingtem Haarausfall nicht diese Kopfhautprobleme, oder doch?

Was mich noch interessieren würde ist, ob ihr denn alle noch zum Hautarzt geht? Und ob ihr wisst, was bei euch die Ursache ist für den Haarausfall.
Ich finde es sehr zermürend, wenn man nur immer Vermutungen haben kann, an was es liegt.

Ich werde auf jeden Fall dran bleiben und weiterforschen, vielleicht habe ich ja irgendwann eine Lösung.

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Sat, 15 Aug 2015 13:59:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen xbox

Einsicht ist immer gut

Hast du mal mit natürlichen Sachen probiert? Ich hab auch Probleme mit einer Schuppenflechte und grade akut einem Ekzem und versuchs grad mit diversen Mittelchen (findest du in meinem Tagebuch). Vielleicht hilft da ja was? Ich find Nachtkerzenöl immer ganz toll.

Naja, dass erstmal Haarausfall kommt, wenn du sie absetzt, kann sehr gut sein. Hatte ich auch. Aber nicht lange, vllt. 2 Wochen, länger nicht. Die Sache ist die: Synthetische Hormone sind nicht gut für den Körper. Sei froh, dass du "nur" Haarprobleme hast.

Wurde da Eisen oder Ferritin bestimmt? Da ist ein großer Unterschied. Ein Eisenmangel fällt schon sehr ins Gewicht. Da sind Haarprobleme auch das kleinere Problem.

Hmpf, also ich weiß, dass die Lymphozyten z.B. bei einer Schuppenflechte erhöht sind; das weiß ich aber nur, weil ich Tabletten dagegen nehme und man da sehr auf die Lymphozyten achten muss, wenn diese in den Keller rutschen, ist das doch sehr gefährlich... Da solltest du doch nochmal mit einem anderen Arzt reden.

Oder hat dir deine Gyn nen Vorschlag gemacht, was man da machen kann?!

Was heißt denn unauffällig? Kannst du den Rest noch einstellen?

Kopfhautprobleme können vererbt werden, müssen aber nicht. Bei einem Hautarzt warst du schon? Sorry hab deinen langen Text nicht mehr so im Kopf.

Wegen Haarausfall gehe ich zu keinem Hautarzt mehr; der hat mir überhaupt nicht weitergeholfen. Gut.. alle anderen Ärzte auch nicht. Von daher. Es gibt ja nicht soo wahnsinnig viele Ursachen für Haarausfall (also Hauptursachen). Die sind, wenn man das nötige Kleingeld hat, relativ schnell abgeklärt.

Ich persönlich weiß die Ursache von meinem Haarausfall. Es hat aber auch über 1,5 Jahre gedauert, bis ich es wusste...

Liebe Grüße

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Sun, 16 Aug 2015 21:17:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Pfannkuchen

Ja ich war schon bei ein paar Hautärzten. Nur einer hat mir Blut abgenommen und eben die beiden Werte, die ich genannt habe angestrichen. Die sollte ich bei der Frauenärztin abklären lassen. Ihre Meinung war, dass diese Werte nicht besorgniserregend seien. Eine Lösung die Werte in den normalen Bereich zu bekommen hat sie mir nicht vorgeschlagen.

Es ist tatsächlich Eisen und nicht ferritin überprüft worden.was genau macht das für einen Unterschied? Dachte immer, dass das das gleiche ist

Ich habe ehrlich gesagt keine Lust mehr zu Hautärzten zu gehen, weil ich den Eindruck habe, dass sie mein Problem nicht wirklich interessiert. Außerdem behandeln die auch nur das was man sieht ohne wirklich der Ursache auf den Grund zu gehen. Zumindest habe ich diese Erfahrung gemacht.

Bin jetzt zu einer Heilpraktikerin gegangen, weil die sich ja das Problem ganzheitlich anschauen, also sowohl die inneren, als auch die äußeren sichtbaren Symptome betrachten. Außerdem wird man nicht nach 10 Minuten wieder aus dem Behandlungszimmer gedrängt.

Die Heilpraktikerin hat mir für die äußere Behandlung Lavendelöl empfohlen. Wirkt gegen gereizte Haut, Ekzeme und auch gegen Hautpilze. Ich wende es aber erst seit einer Woche an und kann noch nicht wirklich dazu sagen

Ansonsten meinte sie, ist bei mir die Leber sowie Magen/Darm ein großes Thema. Ich habe jetzt anfangen was pflanzliches dafür zu nehmen, aber ich denke das dauert erst mal, bis ich da Besserung spüre

Kannst du mir vielleicht sagen, welche Blutwerte bei Haarausfall eine Rolle spielen? Bin diesbezüglich ziemlich blank. Vielleicht sollte ich dann einfach erneut ein Blutbild erstellen lassen.

Viele Grüße

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Mon, 17 Aug 2015 10:45:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen

Da ist der Unterschied ganz gut erklärt:

<https://www.ht-mb.de/forum/showthread.php?1100343-Unterschied-zwischen-Eisen-und-Ferritin>.
Eisen sagt null aus! Schlimm, dass das manche Ärzte immer noch nicht begriffen haben!

Ich kann verstehen, dass du da keine Lust mehr drauf hast. Die Heilpraktikerin macht doch sicher auch ne BE?! Oder geh in ein Labor und lass es selbst bestimmen

Lavendelöl ist ne gute Sache! Ich werde es ab heute auch benutzen, gegen mein Ekzem. Mir hilft Nachtkerzenöl auch noch ganz gut, das lindert den Juckreiz zumindest.

Nur bin ich mit dem ÖL auch vorsichtig und wende es wirklich nur da an, wo die Stellen sind, weil ich einmal wieder massiven Haarausfall davon bekam, das fand ich gar nicht lustig. Ist ja aber für jeden anders.

Also Werte, die du brauchst wären: Ferritin (+CRP, das sind beides Proteine, CRP zeigt Entzündungen an, wenn der hoch ist, verfälscht er den Ferritin), B12, Zink. Das sind erstmal die üblichen Verdächtigen.

Wurde die SD mal untersucht?!

Nimmst du Hormone ein?

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Mon, 17 Aug 2015 21:40:39 GMT

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

Halli Hallo

erst mal DANKE, dass du dich so kümmerst und mir immer wieder antwortest, das finde ich echt total lieb!

Also, eine BE ist erst mal nicht angedacht, aber wie ich sehe, wäre es keine schlechte Idee

Mit SD meinst du Schilddrüse oder? Nein wurde noch nicht angeschaut, als ich beim Arzt nachgefragt habe, meinte der, dass diesbezüglich die Blutwerte okay sind. Scheinbar war das für den ein Grund nicht mehr näher zu gucken

Habe aber selbst auch schon drüber gelesen und hatte eigentlich schon ein wenig das Gefühl, dass da eventuell etwas nicht stimmt. Da hab ich mich dann wohl zu leichtfertig abspeisen lassen

Hormone nehme ich halt in Form der Pille ein, bin aber momentan echt stark am überlegen sie abzusetzen. Wie gesagt, habe halt Angst, dass meine Hauptprobleme dann wieder aufblühen.

Vielleicht probiere ich das Nachtkerzenöl mal aus, mag aber erst mal ein bisschen drüber lesen

Wie ist das denn eigentlich bei dir, wachsen bei dir die Haare wieder nach? Einer der Hautärzte meinte nämlich mal zu mir, dass die Chance schwindend gering ist, dass die bereits verlorenen Haare wieder kommen. Das hat mich echt fertig gemacht, weil ich bisher nicht den Eindruck habe, dass der Haarausfall bei mir gestoppt ist

Und wie genau zählst die ausgefallenen Haare. Also ich meine man verliert ja über'n Tag verteilt immer mal einige die man nicht auffangen und somit zählen kann.

Sorry dass ich mich anstelle wie der erste Mensch, dachte eigentlich, dass ich schon was über das Thema Haare weiß, aber irgendwie weiß ich ja fast nix. Bin leider auch nie von einem Hautarzt wirklich richtig dazu aufgeklärt worden und im Internet habe ich auch nie ein gescheites Forum oder eine gute Seite gefunden. Vielleicht hab ich falsch gesucht?

Hallöchen

Ich freu mich, wenn ich dir helfen kann

Ja doch, also um zu sehen, ob du Mängel hast, wäre ne BE nicht schlecht.
Ja genau die Schilddrüse. Aha, was für ein Gefühl hast du denn diesbezüglich?! Wenn du Werte hast, immer her damit!! Bitte lass dich aber nicht mit dem TSH abspeisen! Der reicht nicht aus, dient nur einem groben Überblick, die freien Werte sind wichtiger!

Ja gut, vonner Pille halte ich ja nichts (mehr), wenn du in mein Tagebuch mal reingelesen hast, siehst du, dass meine ganzen Probleme und der Haarausfall daher kamen. Die synthetischen Hormone haben mir meinen ganzen Körper zerschossen und ich knabber da noch länger dran, das ist leider noch lange nicht gut... Aber nun, im Nachhinein ist man ja immer schlauer. Ich ärgere mich auch, dass ich erst fast alle Haare verlieren musste, bevor ich alle anderen Sachen durch hatte und nur noch die Pille als Problem da war; wollte das früher auch nie glauben... Mit bioidentischen Hormonen erreicht man mehr, auch gegen deine Probleme
Man muss halt dran bleiben und auch was machen

Das Nachtkerzenöl ist ganz mild, da brauchste eigentlich keine Angst haben, aber belesen ist natürlich auch wichtig
Mein Ekzem ist nach 3 Behandlungen damit schon besser (im Sinne von: es juckt nicht mehr wie blöde!)

Meine Haare wachsen nach klar; den Hautarzt sollte man echt !!!! Was für ein Schwachsinn!
Mir wollte auch ein Hautarzt (der gar keiner war übrigens; in unserer Haarsprechstunde sitzen die Ärzte, die im KH alle Stationen mal durchgehen müssen... so frech! auf so einen Termin wartet man auch 3 Monate locker!) und der meinte, was nach 2 Jahren nicht nachgewachsen ist, wächst nie wieder... das glaube ich nicht! Nach dem Absetzen wuchs wirklich kaum noch was nach (die Haare, die da waren wuchsen umso schneller, einmal 2,5cm im Monat!), aber die lichten Stellen halt nicht.

Mittlerweile (also nach 6 Monaten) ist das aber schon besser geworden; es fallen zwar wieder viele kurze, aaaaber das heißt ja, dass die auch mal gewachsen sein müssen. Meine lichten Stellen sind, ich wills jetzt nicht beschreiben, doch schon besser geworden. Also es ist zumindest so, dass, wenn ich sie mal einen Tag nicht wasche, dass ich doch schon aus dem Haus gehen kann ohne Mütze (das wär vor 3 Monaten noch nicht gegangen). Deswegen: glaub das nicht, das wird wieder! Sobald du die Ursache gefunden hast, wächst das wieder. Musst halt Geduld haben

Ich zähle einmal morgens; über Tag mach ich mir nen Dutt, abends geh ich einmal mit den Fingern durch (da bleiben dann so 1-2 Haare hängen, dann alles schnell innen geflochtenen Zopf und fertig

So verlier ich über Tag max 10 Haare.

Aber: ich zähle wirklich nur morgens, den Rest lass ich weg. Denn das Morgenergebnis ist schon ok so (sind natürlich nicht alle Haare dabei), aber je weniger ich morgens verliere, dann verliere ich auch nicht viel über den Tag; das weiß ich mittlerweile ganz gut, weil ich letztes

Jahr schon mal ne gute Phase hatte mir den Haaren, da hab ich z.B. kein einziges übern Tag verloren.

Hilft dir das weiter?!

Ach naja, ich dachte auch, als ich mich über das Eisen-Thema gut belsen hatte, das reicht... pff, jetzt kamen die Hormone dazu... es hört irgendwie nie auf

Hautärzte klären einen auch nicht auf Sorry. Haarausfall ist denen, so hab ich das Gefühl, sowas von egal...

Was hast du denn für Seiten so gelesen?! Oder wonach hast du denn gesucht?

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich

Posted by [xbox](#) on Wed, 19 Aug 2015 13:12:19 GMT

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

Hallooooo

Wow, du hast echt fast alle Haare verloren?? Das ist schon krass oder? Da brauch ich mich ja dann gar net beschweren. Dann hast aber auch schon ganz schön viel hinter dir!? Und dann hat dir auch niemand richtig helfen können oder? Wie bist du drauf gekommen, dass die Pille die Ursache war?? War keine andere Möglichkeit mehr übrig?

Also Werte von der Schilddrüse, ich hoffe das sind die richtigen. T3 4,8 und T4 13,5
Laut meinem schlaun Zettel sind die Normalwerte bei T3 zwischen 3,0 - 7,8 und bei T4 11,8 - 24,6. Mehr wurde da nicht bestimmt. Oder sagen die Lymphozyten auch was darüber aus? Weil da wäre ich 5 überm normalen Wert.

Ich hab mal bezüglich Schilddrüsenproblemen gelesen und ich fand halt, dass ein paar Symptome gut gepasst hätten, aber das muss auch nix heißen, weil Abgeschlagenheit und übertriebenes Kältegefühl und und und, kann auch andere Ursachen haben.

Von einer Freundin weiß ich, dass es auch nicht gerade leicht ist, die richtigen Blutwerte zu bestimmen. Sie hat selbst Probleme mit der Schilddrüse und ihr Arzt hat ihr gesagt, dass man nur die richtigen Werte bekommen, wenn man sich körperlich und auch psychisch gut fühlt. Das heißt wenn man gerade Probleme hat und man nimmt Blut ab, werden die Blutwerte verfälscht. Ich denke ich lass es einfach überprüfen. Schadet ja nicht.

Ich bin mir auch sicher, dass meine Magen/Darm-Geschichte etwas mit meinem Haarausfall zu tun hat. Hab immer Probleme, Bauchweh nach dem Essen, bin immer so gebläht, egal was ich esse. Möglicherweise hab ich eine Unverträglichkeit, oder aber es ist der Schichtdienst. Der ist ja auch nicht gerade förderlich.

Ich merke schon, ich muss das einfach alles abklären lassen und sollte mich nicht einfach abfertigen lassen. Ich habe zwar den Ärzten auch immer gesagt, dass ich diese Probleme habe, aber das hat niemanden interessiert. Außerdem werde ich mit meiner Frauenärztin nochmal wegen der Pille sprechen.

Bezüglich meiner Suche im Internet: Ich habe halt immer die Symptome die ich habe in Google eingetippt und gesucht. Da kamen schon ein paar interessante Seiten, aber keine hat mir jetzt so

richtig weitergeholfen. Als ich in ärztlicher Behandlung war, habe ich dann auch nicht mehr gesucht, dachte ja ich bin in guten Händen.
Vielleicht habe ich auch falsch gesucht. Diese Seite hier habe ich jetzt eigentlich auch nur per Zufall gefunden.

Naja was solls, dass deine Haare nachgewachsen sind, lässt mich hoffen, dass es bei mir vielleicht auch wieder so ist. Das wäre soooo schön!!!!
Ich muss auch mal gucken, dass ich das mit dem Haare zählen anfangen. Bisher hat mir zwar niemand dazu geraten, aber schadet ja nicht.

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Wed, 19 Aug 2015 14:00:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen

Naja, ja, so theoretisch schon; mein Zopf, der damals bis unten 7,5cm Umfang betrug, hat oben noch 5cm, wird zum Glück auch nicht weniger, aber ein paar cm weiter runter sind es nur noch 2 cm.. das ist nicht mehr viel; und da ich als der Haarausfall anfangen schon eine Haarlänge von über den Schultern hatte, habe ich im Prinzip fast alles mal verloren. Außer was halt noch so an Fetzen dahängt...

Ich habe also keine Glatze, außer ich hätte echt alle auf einmal verloren, dann säh ich wohl aus wie die älteren Männer, die vorne noch so ein paar Fussel stehen lassen
Ja die letzten 2 Jahre waren nicht schön, das war eine einziger Ärztemarathon, der auch noch nicht vorbei ist leider, weil mir mein Gyn gekündigt hat... aber im Oktober hab ich dann endlich meine Ruhe von den Ärzten und kann die Haare Haare sein lassen.

Zuerst dachte ich an Eisenmangel als Hauptursache. Habe Infusionen bekommen, Haarausfall war 2 Monate weg, dann fing wieder an + Schmierblutungen, die nicht aufhörten und etliche andere Symptome, die vorher auch schon da waren, nur nicht so schlimm (das war letzten Dezember). Das ganze ging bis Februar und dann hatte ich die Schnauze voll, zumal meine SD ok eingestellt war (also so gut wie noch nie), ich hatte keine Mängel mehr, AGA schloss ich eigentlich schon immer aus und viel mehr bleibt da ja auch nicht mehr als eben die Pille. Dann habe ich mich ein paar Wochen belesen und festgestellt: Die Pille ist das letzte! Also abgesetzt. Und seit ca. 6 Wochen ist der Haarausfall so, dass ich damit leben könnte (also 30-50 Haare an Nicht-Waschtagen) Die lichten Stellen werden ganz langsam besser. Und das obwohl ich meine Östrogendominanz dank Pille noch gar nicht weg habe. Ich frage mich auch andauernd, wie das dann wohl wird, wenn ich auch diese nicht mehr habe.

Nein, ein Arzt hat mir nicht helfen können, keiner von all den (ich hab gar nicht mitgezählt) schätzungsweise 15-20, bei denen ich war. Und DAS finde ich richtig traurig.

So nun zu dir

Also deine SD Werte finde ich nicht so doll! Da ist ne Menge Platz nach oben. Sorry hab's nimmer im Blick: Nimmst du da schon was?

Weißt du deinen TSH? Der wäre hier doch mal recht interessant.

Lymphozyten weiß ich leider nicht; kenn mich nur in die andere Richtung aus (also wenn die

absacken)...

Ich glaube an der SD solltest du mal dran bleiben, wenn du schon ein paar Symptome hast. Hö? Wasn das für ne Aussage von dem Arzt??! Also wenn man Probleme hat, werden die SD Werte verfälscht? Also hat er niemals Probleme und lebt ein super Leben und deswegen hat er damit keine Probleme ja?..... Was für ein Arzt... mega..!!

Magen-Darm ist so ne Sache ja; kann gut sein, dass du da auch die Nährstoffe nicht so aufnimmst... wurde da schon mal geschaut? Muss doch ne Ursache haben.

Schichtdienst ist so ne Sache, meine Mutter macht das auch... die ist auch immer aufgebläht, aber auch bei ihr glaube ich nicht, dass es da dran liegt.

Kurzer Exkurs: Sie hat nen schweren Job inner Autofabrik. Rennt da den ganzen Tag rum. Vor 3 Jahren hatte sie dann ne Knie OP und kann trotzdem nicht gescheit laufen, nimmt jeden Tag Diclofenac.

So, ich hab ihr nun endlich beibringen können, dass sie doch mal bitte das Vit D testen lässt, zumal sie ja auch Nachtschicht hat. Es kam ein schwerer Mangel raus; sie nimmt nun das Zeug hochdosiert und braucht seit ganzen 6 Wochen!! keine einzige Schmerztablette mehr. Die OP war somit total unnötig.

Deswegen: Such bitte nach dem Problem. Vllt. hast du ja auch eine Glutenunverträglichkeit. Probier es mit einem Auslassversuch o.ä. Ich mach z.B. grade ne Darmsanierung, wär das vllt. was für dich?

Ja, lass dich nicht abfertigen; das machen die Ärzte gerne bei Frauen, da wir ja uns gerne alles einbilden oder alles viel zu stressig für uns armen Wesen ist. Wie oft habe ich schon gehört: Machen sie doch mal einen Tag gar nichts, das bekommt ihnen sicher gut; zur Info: Ich lese den ganzen Tag, weil ich grade meine BA Arbeit vorbereite, ich hab keinen Stress dabei, ich lese gerne... das macht alles keinen Sinn.

Ohje.. Frauenärztin und Pille.. sorry, aber lass dich da nicht bequatschen. Die haben keine Ahnung von Hormonen oder was synthetische Hormone mit dem Körper anstellen. Ich habe auch so lange an die Pille geglaubt, wurde mir ja auch brav eingeredet: Nein, das ist eine Haut- und Haarpille, die macht nie im Leben Haarausfall.

Ja, das sehe ich ja jetzt....

Achso, ja man muss gut suchen, damit man das findet, was man wollte

Wir haben hier ja auch eine kleine Infoseite zusammengesucht, vllt. hilft die dir ja ein wenig:

<http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/t/4632/>

Ja, gib die Hoffnung nicht auf! Das wird wieder

Wenn dich das Haarezählen aber stresst oder so, lass es lieber sein. Ich habe mich da auch oft verrückt gemacht, aber ich will halt den Überblick; bin n kleiner Kontrollfreak

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Thu, 20 Aug 2015 01:20:05 GMT

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

So ich nutze mal meine Nachtschicht für sinnvolle Dinge und schreibe

Wie lange hast du denn die Pille genommen?

Ahhhh, okay, dachte echt, dass du die Haare ziemlich auf einmal verloren hast, na gut, ist zwar dann net ganz so krass, aber macht die Sache auch nicht besser!!

Was machst du denn da, wenn du von Darmsanierung sprichst?

Die Heilpraktikerin meinte ich sollte über kurz oder lang meine Ernährung umstellen. Da wird sie mir aber helfen. Sie hat mir auch schon dazu geraten auf diverse Weizenprodukte zu verzichten. Ich packe das die nächste Zeit mal an, brauch leider immer etwas Unterstützung, da ich teilweise etwas un kreativ bin was solche Dinge betrifft.

Wow, das ist ja krass mit deiner Mutter. Woher kam der Vitamin D Mangel? Freut mich, dass es ihr jetzt besser geht. Das ist auch immer nervig an den Ärzten, sofort greifen die zur krassesten Methode, obwohl es das manchmal gar net braucht. Unmöglich. Aber klar, die machen ja sonst keine Kohle. Wobei ich auch nicht alle in eine Schublade stecken will.

Also der TSH-Wert steht gar nicht auf meinem Blutergebnis drauf. also ich seh schon, ich glaube die letzte Blutuntersuchung war fürn A....

Ich denke schon, dass mir der Schichtdienst nicht wirklich gut tut. Ständig unregelmäßiges Essen und auch net immer sehr gesund, oft mal hab ich auch keine Zeit zum Essen und muss "im Gehen" schnell irgendwas reinmampfen naja und allgemein die unregelmäßigen Schlafens- und Arbeitszeiten... ist ja auf Dauer nix..... Wenn ich mich recht erinnere, hat das mit meinen Magen-/Darmproblemen angefangen als ich mit meiner Ausbildung angefangen habe. Wahrscheinlich habe ich schon ein Mangel an irgendwas... die Betonung liegt auf "irgendwas". Das gilt es jetzt mal rauszufinden.

Lässt du dein Blut immer bei einem Arzt abnehmen und einschicken oder kümmerst du dich da selbst drum? Wie ist das, wenn man das selber bei einem Labor untersuchen lässt, nehmen die auch Blut ab? Hab zwar schon öfters gelesen, dass einige Leut ihre Blutuntersuchung selber in die Hand nehmen, aber ich hab mich weiterhin nicht damit beschäftigt.

Tjaaa und das mit der Pille.. ich muss mich echt mehr informieren, hört sich schon logisch an, was du sagst mit den Hormonen. Vielleicht sollte ich auch mal diesbezüglich das Blut untersuchen lassen. Wäre sicherlich interessant.

Also laut den Blutergebnissen, die ich letztes Jahr bekommen habe, liege ich mit den Werten bezüglich der SD im Normalbereich. Du meinst, dass die zu niedrig sind?

Eisen hab ich schon mal eingenommen, hmmm gut, ich muss gestehen nicht jeden Tag (vergesse sowas gerne mal) und auch höchstens über 2 Monate. Das reicht wohl nicht um eine Verbesserung zu erreichen oder? Vielleicht sollte ich das nochmal anpacken.

Auf den Link für die Infoseite werde ich gleich mal draufgucken, bin schon gespannt.

Ja du hast recht, man lässt sich von den Ärzten total leicht abspeisen. Manchmal hab ich das Gefühl die hören einem gar nicht zu, wie du gesagt hast, dass dein Arzt meinte das kommt vom Stress bei dir und du ihm versichern konntest, dass du dich in keiner stressigen Phase

befindest. Da hören die meistens gar net drauf, die sind dann so überzeugt und lassen keine andere MEinung gelten, verschreiben dir, wass sie jedem anderen Patienten auch verschreiben und hauen dich dann wieder aus ihrem Wartezimmer raus. Der Nächste bitte.....

Auf jeden Fall bin ich durch das Forum hier wieder total motiviert mein Problem anzugehen anstatt zu resignieren und es hinzunehmen.

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 20 Aug 2015 12:40:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen

Sehr schön, wenn man bei der Arbeit auch schönes machen kann

Ich hab die Pille 7 Jahre genommen; allerdings hatte ich sie schon mal mit 13 genommen, mit 15 auch noch mal, also kommen zu den 7 Jahren noch was dazu, aber das weiß ich nicht mehr so genau.

Ich mach grade ne einmonatige Darmsanierung mit Flohsamen, Gerstengraspulver und anderen Mittelchen (wenn du Interesse hast, schreib ichs gern genauer). Weizen esse ich auch keines mehr.

Ja, kann ich verstehen, dass du da Unterstützung brauchst, ich war da am Anfang auch echt perplex, was man da alles nimmer essen darf. Aber mittlerweile ist es so normal für mich z.B. die Beilagen beim Mittagessen wegzulassen (das hat mit Weizen jetzt nix zu tun aber halt so generell um Low-Carb)

Naja Vit D Mangel haben viele. Ich gehe z.B. nicht viel in die Sonne, weil ich eine sehr helle Haut habe und dann auch schnell Pickelchen und Ausschlag bekomme. Außerdem ists mir auch zu warm

Meine Mutter sonnt sich eigentlich recht gern, deswegen keine Ahnung, warum sie noch einen schlimmeren Mangel hatte als ich.

Naja, wenn du erst mal wirklich ein SD Problem hast, spielt der TSH ne untergeordnete Rolle, aber grade am Anfang sollte der doch mal mit dabei sein, weil er ne grobe Richtung angibt. Einfach um den Überblick zu haben

Es gibt Werterechner, die dir ca. zeigen, wo du so prozentual mit deinen Werten stehst; ich rechne mal für dich

fT3: 37,5%

fT4: 13,3%

Das ist schon sehr tief. So schlechte Werte hatte ich noch nie (außer beim T3; aber ich hab wohl ne Umwandlungsstörung). Bei Hashimoto Erkrankten sagt man, dass die freien Werte über 60% sein sollten; das ist aber auch nur ne grobe Linie, jeder fühlt sich mit anderen Werten wohl. Aber du fühlst dich ja anscheinend nicht soo wohl. Oder?

Hm, ja Schichtdienst ist sicher sch****. Ich kenne das zum Glück nicht.

Finde erst mal raus, was dir fehlt. Wenn es dann der Schichtdienst ist, ist es vllt. auch ne kleine Erleichterung? Weil man ja dann weiß, dass es nichts "schlimmes" ist.

Oh die Blutabnehmerie ist ein ganz schwieriges Thema, grade heute weider erlebt. Am liebsten gehe ich direkt ins Labor, die nehmen dann ab und du bekommst die Werte per Post + Rechnung. Die Diskutiererei beim Arzt geht mir seeehr auf die Nerven, zumal es ja auch oft nix bringt.

Blut unter der Pille untersuchen zu lassen, kannst du machen; wird dir aber nur anzeigen, wie die Pille deinen Körper regiert. Wahrscheinlich werden Progesteron und Östradiol sehr niedrig sein.

Eisen muss mind. 3 Monate genommen werden; wenn du aber mit dem Magen und Darm Probleme hast, bezweifle ich ehrlich gesagt, ob da was hängen bleibt...

Ja das Gefühl hab ich auch immer; wenn man die Ärzte dann drauf anspricht heißt es: ich hab so viel zu tun. Ja danke. Ich hab vor allem immer das Gefühl, dass sie es selbst nicht wissen (wobei dazu ja auch gehört, dass man es einfach nicht wissen will...), aber gut, will da keinem was unterstellen, ist nur meine Meinung.

Ich freu mich, wenn du motiviert bist, das ist schon mal das wichtigste!!

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Sat, 22 Aug 2015 10:01:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey hey

kannst du abschätzen wie lange es noch dauert bis sich deine Werte wieder normalisiert haben? oder ist das eher nicht vorhersehbar?

Ah, das hört sich ja dann eher nicht so gut an mit meinem Werten bzgl. der SD. Da werde ich mal dran bleiben

Ich bin auch nicht so der Sonnenanbeter, meine Haut ist auch recht empfindlich und ich kriege recht schnell nen Sonnenbrand.

Ich werde mir dann mal ein Labor suchen. Ich muss denen aber dann selber sagen, was genau untersucht werden soll, oder kann ich auch sagen um was es geht und die wissen das dann selber

Ich finde es aber Hammer, dass du es durchgezogen hast und zu so vielen Ärzten gegangen bist. Ich hatte nach 3 schon keine Lust mehr

Ich denke der Schichtdienst ist nicht für alles verantwortlich, aber es ist ja erwiesen, dass der für den Körper sehr schlecht ist. Nicht um sonst haben die Hälfte meiner Kollegen Magen/Darm-Probleme oder leiden unter Schlafstörungen. Aber hilft nix, ohne geht es net

So, ich wünsche dir ein schönes Wochenende!
Ich geh dann mal zur Arbeit

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfanckuchen](#) on Sat, 29 Aug 2015 09:48:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen

(war im Urlaub, da konnte ich leider nicht antworten)

Also mir geht es in diesem Zyklus schon richtig gut! Nach 3-4 Monaten soll das Progesteron ja auch seine Wirkung zeigen. Werde diesen Zyklus auch wieder zum Labor latschen und Östradiol und Progesteron bestimmen lassen. Hoffe natürlich, dass der Spuk bald vorbei ist.

Schneller Sonnebrand etc sollte mit einem guten Vit D Spiegel weggehen (hab ich zumindest gelesen... klappt bei mir bisher nicht; bin aber auch noch nicht im Normalbereich)

Hast du mittlerweile mal ein Labor gefunden?

Naja, ich hätte mir viele blöde Sprüche und Geld sparen können, wäre ich nicht zu diesen Ärzten gefahren... ein Haararzt bekam von mir 80€, um mir zu sagen, dass ich Haarausfall habe und soll Regaine benutzen soll; das hat mich soo geärgert!

Klar, Schichtdienst ist besch****! Tut mir auch immer leid, dass manche Menschen so arbeiten müssen. Sehs ja an meiner Mutter; die macht das nun auch schon seit bald 15 Jahren... (vorher 2 Schichten, dann kam die Nachtschicht dazu)

Liebe Grüße

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Wed, 02 Sep 2015 17:22:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

oh, dann hoffe ich du hattest einen schönen Urlaub!!!

Hast du nachdem du die Pille abgesetzt hast entgiftet? Meine Heilpraktikerin meinte, dass das sehr wichtig sei. Oder ist das gleichzusetzen mit der Darmreinigung die du gerade machst? Wie sieht die denn genau aus? Ich nehme immer mal wieder Flohsamen.

Ich denke ich habe ein gutes Labor gefunden, werde dort demnächst einen Termin ausmachen. Ich bin mir nur noch net ganz schlüssig, was ich alles testen lasse. Ferritin, ft3 und 4, tsh und die Hormone wahrscheinlich. Muss mal noch gucken, welche da genau getestet werden

müssen.

Meinst du, ich sollte noch mehr überprüfen lassen? Vitamin D oder so? Hab mal ein bissl im Internet gestöbert aber net wirklich was gutes gefunden. Vielleicht gibts auch hier im Forum was hilfreiches, ich guck gleich mal

Hast du schon mal Macapulver genommen? Soll wohl viele Mineralstoffe enthalten. Ich habs mir jetzt mal bestellt, bin schon sehr gespannt ob mir das was hilft.

Ach ja, jetzt noch eine Frage bezüglich Pille absetzen. Die Frage ist ja, wie man dann in Zukunft verhütet. Hast du schon mal von der Yams-Wurzel gehört? Da hat mir meine Heilpraktikerin mal einen Link geschickt. Ich weiß ja nicht, ob mal so einem natürlichen Verhütungsmittel vertrauen sollte.....

Naja, aber das ist ja auch wieder ein ganz anderes Thema. Hätte mich nur mal interessiert, weil ich persönlich von der Yams-Wurzel noch nie gehört habe.

Ernährst du dich eigentlich besonders? Ich glaube du hast schon mal was geschrieben. Ich habe mal gelesen das Basisch sehr gesund sein soll. Hab mich auch mal ne Zeit danach ernährt, aber mit dem Schichtdienst war das schwer es durchzuziehen. Und man muss halt immer vorrätig einkaufen, das ist mir nicht so gut gelungen. ABER vielleicht werde ich es nochmal in Angriff nehmen!

Wie oft lässt du denn dein Blut kontrollieren??

Phu, ganz schön viele Fragen

Ich sag schon mal Danke fürs beantworten!!!!

Viele Grüße

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Wed, 02 Sep 2015 17:59:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen

Naja, war mehr Familienfeier als Urlaub, von daher: leider nein Aber in 2 Wochen fahren wir ne Woche auf Usedom, das wird sicher schöner

Ne, hab nicht entgiftet; hab mein Körper dann erstmal in Ruhe gelassen. Was sollst du denn machen für die Entgiftung? Und warum? Ich meine.. sind synthetische Hormone, die gehen von alleine schon irgendwann raus Aber ich hab da auch keine Ahnung. Wird sicher nicht schaden Ne die Darmreinigung mach ich, weil ich als Kind echt viel Antibiotikum geschluckt habe (mein Heuschnupfen wurde oft als Lungenentzündung gewertet); musste diese aber unterbrechen, wegen dem Familienkram, da hatte ich keine Zeit und die nötige Disziplin etc. Werde aber nach dem urlaub von vorne beginnen. Ich nehme morgens als Frühstück einen Shake aus Saft, Flohsamen, Betonit und Gerstengraspulver zu mir. Dazu dann Probiotikum. Eigentlich noch Algen zur Entgiftung, als ich sie aber schon hatte, dachte ich: Hmm.. Algen.. Jod.. nix gut, deswegen

darf das jetzt mein Mann schlucken Zur Entgiftung sollte ich mir in der Tat noch etwas suchen; werde vllt. man das hier probieren: http://www.t-online.de/ratgeber/heim-garten/garten/id_69572770/knoblauch-zitronen-kur-als-natuerliches-heilmittel-.html ^^ Mal sehen..

Super mit dem Labor!!

Ich liste mal auf, was wichtig wäre:

Ferritin + CRP (wenn der CRP erhöht ist, muss der Ferritin anders interpretiert werden)

Zink

Kupfer

Selen

TSH + fT4 + fT3

Vit D unbedingt!

Östradiol

Progesteron

Testosteron

DHEA-S (mit dem S!! ganz wichtig!)

SHBG

(wenn du willst noch Prolaktin und Androstendion; muss aber nicht)

Wenn du noch willst: Magnesium, B12. B12 würde ich schon mal mitmachen, das haben doch recht viele.

Macapulver kenne ich nicht; berichte mal

Verhütung ist eine blöde Sache, aber wenn du da einen verständnisvollen Partner hast, geht das auch sehr gut ohne Pille bzw. ohne blöden synthetischen Hormone

Ich mache NER bzw NFP: Symptothermale Methode, d.h. ich messe Temperatur und beobachte meinen Schleim; man kann auch noch den Muttermund tasten, das lasse ich aber, weil ich 1. nicht schwanger werden will (man kann NER/NFP nämlich auch sehr gut für eine Schwangerschaft machen) und 2. wir auch noch mit Kondomen verhüten.

Ich hatte mal in der einen Sammlung einen Link hinzugefügt! Ist echt interessant, zumal man dann seinen Körper gut kennenlernt

Yams würde ich absolut lassen! Yams wirkt progesteronähnlich, d.h. es besetzt die freien Rezeptoren, das kannst du jetzt überhaupt nicht gebrauchen, da du ja jetzt erst mal eigenes Progesteron brauchst und nicht irgendwas, was so ähnlich ist. Dass man damit verhüten kann, ist mir neu Hast du da mal einen Link?

Hmm ich ernähre mich glaube ich ganz ok; ich lasse Weizen weg und jede Woche 2 Tage vegetarisch.

Basische Ernährung ist natürlich gesund; wenn du dazu Lust und Zeit hast, mach das Ich hab da nämlich auch ehrlich gesagt wenig Lust drauf. Ab und an brauch ich halt auch mal Schokolade Magnesiumcitrat wirkt z.B. auch basisch...

Ich lasse immer mal wieder testen.. die Hormone alle 3 Monate, Ferritin immer anders.. einige Zeit habe ich das monatlich gemacht; aber jetzt bekomme ich ja endlich diese tollen Mega-Infusionen, deswegen gehe ich da auch länger nicht zur BE. Den Rest immer nach Lust. Vit D immer nach Aufättigung und dann ca. 6 Monate, wenn ich aufgesättigt habe. Magnesium kann man sich so reinpfeifen Zink, Kupfer auch nach 3-6 Monaten, SD nicht soo oft, außer jetzt,

da ich gerade mit Thybon angefangen habe und auch LT mehr nehme; da muss man dann immer nach 6 Wochen mal nachschauen, ob man mehr oder weniger braucht.
B12 lasse ich jetzt erst wieder in 6 Monaten testen; das kann man sehr schwer überdosieren, ich spritze jetzt selbst, weil meine Hausärztin da immer diskutieren will
Und Selen lasse ich nicht mehr machen, das ist mir zu teuer und außerdem brauchen SD-Geplagte auch immer mal Selen, ich nehme 200µg. Das ist vollkommen okay.

So, ich habe hoffentlich nichts vergessen?...^^

Liebe Grüße

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Wed, 02 Sep 2015 18:52:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo xbox,

wenn Du die Werte selber zahlen musst und die Pille noch nimmst, würde ich mir an Deiner Stelle das Geld für die Sexualhormone sparen. Außer Testosteron sind die unter Pilleneinfluss Null aussagekräftig.
Lieber vielleicht B6 und oder Homocystein dazu.

LG

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Wed, 02 Sep 2015 18:57:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach nimmst du die Pille noch? (Sorry sowas vergesse ich immer mal, wenn da so viel zeit dazwischen liegt)
Unter Pille würde ich es auch lassen, das zeigt dir nur an, was alles nicht funktioniert (nämlich alles).

3 Monate würde ich schon warten; wenn du allerdings einen fähigen Arzt hast, lass es schon nach einem Monat machen; wenn du dann nämlich zu wenig Progesteron haben solltest, kannst du das auch schon gleich nehmen; ich hatte den Fehler gemacht und habe mich nicht gleich getraut, aber nach 3 Monaten kam dann das raus, was ich eh vermutet hatte (nämlich die Östrogen-Dominanz).

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Mon, 07 Sep 2015 08:52:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alles klar

Vielen Dank euch zweien. Kann ich dann eigentlich nur durchwegs Absetzten der Pille herausfinden, ob sie der Grund für meine Haarprobleme ist, oder geht das noch anders

Zum Thema Entgiften: also genau gesagt wieso ich das nach Absetzen der Pille machen soll hat mir meine Heilpraktikerin nicht gesagt, haben auch nur kurz zum Schluss darüber gesprochen. Aber ich denke, wie du schon sagtest, die Pille stellt ja einiges mit dem Körper an und da ist es natürlich gut den ganzen Müll raus zu bringen

Deine Zitronen-Knoblauch-Kur hört sich interessant an. Gibt's da schon Erfahrungen? Stelle mir den Geschmack nicht so toll vor

Über das maca kann ich leider noch nix berichten, musste es bestellen und es lässt auf sich warten....

Mehr gibt's momentan gar nicht zu berichten, außer dass meine Kopfhaut momentan wieder ziemlich gereizt und rot ist.keine Ahnung warum.vielleicht vom Stress des letzten Zeit? Hab aber jetzt Urlaub

Und den Urlaub nutze ich jetzt gleich mal um mich wieder basisch zu ernähren. Bringt vielleicht auch was.

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfankuchen](#) on Mon, 07 Sep 2015 10:26:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen

Ne, anders kannst du leider nicht rausfinden

Dann berichte aber bitte mal, wie du dann entgiften wirst
Jaa der Geschmack wird.. nicht soo toll sein, aaaber: Vor Vampiren brauchst man keine Angst mehr zu haben

Kopfhaut-Probleme hab ich ja auch genug, ich weiß auch nicht woher die immer kommen..
deswegen: Genieß jetzt mal deinen Urlaub und lass Kopfhaut Kopfhaut sein, mach vllt. mal etwas Kamille drauf mit ein wenig Apfelessig, das beruhigt

Wünsch dir einen ganz tollen Urlaub!

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Mon, 21 Sep 2015 11:09:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen, ich melde mich mal wieder, hab jetzt meine Blutwerte bekommen und wollte euch mal fragen was ihr so dazu sagt.

Ich schreib euch die Werte und die Normbereiche einfach mal der Reihe nach runter:

Kupfer +172 (Normbereich 80 - 160) Hier steht dabei dass der Wert beim letzten Drittel der Schwangerschaft oder bei der Einnahme hormoneller Kontrazeptiva erhöht sein kann. Also da würde letzteres zutreffen.

Magnesium 0,85 mmol/l (Normbereich 0,53 - 1,11)

IgA 102 (Normbereich 40-350) da zeigt es zusätzlich an, dass der Wert wohl im unteren Normbereich ist

TSH basal 1,898 (Normbereich 0,55 - 4,78) auch eher unterer Normbereich

Freies T3 3,06 (Normbereich 2,3-4,2)

Freies T4 0,92 (Normbereich 0,89 - 1,76) unterer Normbereich

Ferritin 18 (Normbereich 15 - 150) unterer Normbereich

Homocystein 6,10 (Normbereich 5-12) unterer Normbereich

Vitamin D 49,0 (Normbereich 30 - 70) da bin ich genau im Normbereich

Selen 86 (Normbereich 50-120) auch voll im Normbereich

Vit. B6 +30.9 (Normbereich 8.7 - 27.2) also eigentlich recht gut

Vit. B12 369 (Normbereich 246 - 911) unterer Normbereich, außerdem steht dabei, dass bei einem Wert zwischen 245 und 400 bereits ein Mangel vorliegen kann.

Dann hab ich noch bezüglich Zölliakie testen lassen. aber ich weiß nicht ob das bezüglich Haarausfall ausschlaggeben ist. Ich schreibs euch mal zam.

CRP quantitativ 0,18

Transglutaminase IgA-Ak <2,0

Endomysium-Ak IgA <1:10

Gliadin-IgG-AK <2,0

Gliadin IgA-Ak <2,0

Was meint ihr zu den Ergebnissen. Die SD-Werte sehen nicht so gut aus oder?? Naja und dann natürlich Eisen und Vit. B12.

Danke schon mal für eure Antworten.

LG

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich

Posted by [Pfannkuchen](#) on Mon, 21 Sep 2015 11:32:49 GMT

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

Hallöchen

Ui, das sind ja viele Werte! Toll.

Also zum Kupfer: ja, ist normal unter Pille.

Ferritin und B12 müssen unbedingt besser! Du hast einen starken Eisenmangel!! Der sollte bei mind 70 besser 10 liegen; der untere Normwert ist totaler Käse.

Das kann auch schon dein Problem sein; unter Eisenmangel habe ich auch einen breiten Scheitel bekommen.

Selen kann gerne auch höher Magnesium nehmen schadet auch nicht, das braucht man fast gar nicht messen lassen.

Also die SD sieht doch erstmal gut aus. Du nimmst ja keine Medis oder?

Zum Rest weiß ich leider nichts

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich

Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Mon, 21 Sep 2015 17:18:49 GMT

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

Hallo xbox,

mir gefallen Deine SD Werte nicht wirklich gut. Der ft4 liegt ganz weit unten (3,45%) und der ft3 ist bei 40%.

Bei Hashimoto Patienten ist es durchaus häufig, das der TSH völlig ok ist, die freien Werte aber im unteren Normbereich oder auch drunter. Der TSH ist auch ein recht schwankender Wert. Jetzt hast Du ja auch verschiedene Symptome, hattest Du mal geschrieben, u.a. auch Verdauungsprobleme.

Vielleicht könntest Du deinen Hausarzt überreden, dir eine Überweisung zum Nuklearmediziner auszustellen, der auch mal einen Ultraschall macht. Wenn die freien Werte besser wären, hätte ich nichts gesagt, aber so? Nur um sicher zu gehen, zumal Du eben Symptome hast.

Beispiel: Meine Werte waren damals : TSH 2,36, ft3 21,74%, ft4 1,33%. Alles noch im Normbereich, aber allerunterste Kante. Der TSH war 2 Wochen davor bei 5,59 gelegen. Also deutlich zu hoch. Im Ultraschall stellte man trotz der recht niedrigen, aber noch im Normbereich befindlichen Werte Hashimoto fest.

LG blueeyes

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich

Posted by [Pfannkuchen](#) on Mon, 21 Sep 2015 17:25:38 GMT

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

Oh, stimmt, den ft4 hab ich glatt übersehen!! Sorry!!

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Tue, 22 Sep 2015 18:31:34 GMT

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

Danke euch, für die schnelle Antwort !!
Dann werde ich wohl mal zum Arzt gehen wegen der SD.

Mich würde mal interessieren wie es euch so geht? Ihr habt ja beide schon die Ursache für euren Haarausfall oder? Bessert sich bei euch was? Habt ihr auch eure Ernährung umgestellt? Ich hab die letzten Tage dahingehend recht viel gelesen. Die Basische Ernährung wird ja geradezu angepriesen. Ich hab das schon mal probiert, weil ich auch schlechte Haut habe und auch da wurde das sehr angepriesen.

Und dann bin ich immer noch am überlegen ob ich die Pille absetze. Hab im Forum schon von vielen gelesen, dass es bei ihnen nach dem Absetzen mit dem Haarausfall noch schlimmer wurde.

Nehmt ihr eigentlich auch so Sachen wie Regaine?

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Tue, 22 Sep 2015 18:42:31 GMT

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

Ja ich denke ich habe meine Ursache gefunden. Künstliche Hormone. Das kann ich im Nachhinein recht gut an älteren Fotos sehen. Weil es erst bergab ging, als ich mit der Pille anfang. Es besserte sich auch nachdem ich die Pille abgesetzt hatte. Kannst Du auch in meinem Thread sehen, da habe ich letzten Sonntag Fotos reingestellt.

Ernährungstechnisch habe ich mich nicht großartig umgestellt. Ich ernähre mich recht ausgewogen, solche Kohlehydrate wie Nudeln, Reis, Süßigkeiten, Weißmehl mochte ich noch nie sehr.

Ich habe aber ein Laster. Rauchen. Das ist schon Säurebildner genug. Aber ich komme irgendwie nicht davon weg.

Regaine nehme ich auch seit knapp 1 Jahr. Bin auch sehr zufrieden.

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Tue, 22 Sep 2015 19:03:13 GMT

Hallöchen

Ja, mach das mal! Das wäre überaus wichtig

Bei mir auch: Künstliche Hormone!

Gleiche Leier wie bei Blueeyes: Haare wurden immer dünner, im Nachhinein betrachtet; aber nicht so schlimm wie bei Blueeyes; also ich habe keine richtig kahlen/lichten Stellen.

Meine Ernährung ist auch viel gesünder als vorher, aber ohne Schokolade oder mal ein Stück Kuchen kann ich nicht leben Und das lass ich mir auch nicht verbieten, ich habe mich schon so sehr umgestellt, die eine Sache wird mich jetzt nicht umbringen; ich esse keine Tonnen davon..

Ansonsten kannst du in meiner Signatur z.B. auch sehen, wie sich mein Haarausfall nach der Pille entwickelt hatte.

Ich hatte nach dem Absetzen erstmal keinen Mehr-Haarverlust, es wurde in der Tat direkt ein wenig besser!

Nach 3,5 Monaten hatte ich allerdings ein wenig Mehr-Haarverlust, aber wirklich nicht tragisch! Hätte da aber auch die Erstverschlimmerung vom Progesteron sein können (das kann die östrogen-Dominanz kurzzeitig verstärken)... das weiß ich leider nicht, also ob es von der Pille oder vom Prog kam.. war aber wirklich nicht schlimm und ging nur 3 Wochen.

Basische Ernährung ist immer gut; wenn du die Muße hast, mach das!

@Blueeyes: Du brauchst mal ne schöne Zahn-Op, nach der du deinen Mund nicht mehr richtig bewegen kannst Da hab ich aufgehört zu rauchen..

Regaine nehme ich nicht, weil ich es dann auf dem ganzen Kopf anwenden müsste.. das ist mir zu doof und ich hab auch Respekt vorm Shedding.

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Thu, 22 Oct 2015 19:28:17 GMT

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

Hallo!!!

Wie geht es euch so? Irgendwelche Vorkommnisse bezüglich eurer Haare?

Ich dachte, vielleicht interessiert es euch, dass ich letztens beim Internisten war wegen meiner SD.

Er hat sich erst mal meine Blutwerte angesehen und meinte, dass er die Werte jetzt nicht

besorgniserregend findet. Hat zwar gemeint, dass der TSH schon eher im unteren Bereich liegt, aber er sagt auch, dass davon wohl eher nicht der Haarausfall kommt. Er hat dann noch nen Ultraschall gemacht von der SD und der war recht unauffällig. Keine Knötchen oder ähnliches. Das einzige was er meinte war, dass ich für eine bayerische Frau recht kleine SD hätte, aber das fand er auch net wirklich tragisch.

Er hat dann allerdings gemeint, dass mein Ferritin ganz schön schlecht sei. Er sieht jetzt das Problem eigentlich darin, wohl auch weil ich meine Tage immer recht lange habe, also komplette 7 Tage und deshalb in der Zeit viel Blut verliere. Er hat mir empfohlen Eisentabletten zu nehmen (100mg). Seit ich meine Blutergebnisse habe, mache ich das auch schon, allerdings nur Tabletten mit 80mg. Also seit ca. einem Monat. Bislang ist mir noch nicht wirklich was positives aufgefallen bei meinen Haaren. Wobei wenn ich recht überlege, sind sie etwas griffiger, aber vielleicht bilde ich mir das nur ein.....

Hmmmm vielleicht ist auch meine Haut besser geworden?? Hab eigentlich nicht mehr so viele Pickel wie sonst..... hach jaaaa, das wäre schön, wenn das des Rätsels Lösung wäre....

Pfannkuchen du hast doch auch schon Ferritin bekommen oder?? Wie lange hat es gedauert, bis du eine positive Veränderung feststellen konntest?

Wie sieht das bei dir aus Blueeyes?

Der Arzt hat einen recht kompetenten Eindruck auf mich gemacht und war mal, welch Wunder, nicht einer der lediglich daran interessiert war, mich schnell wieder aus seinem Behandlungszimer zu schubsen. Er hat mir auch empfohlen, mitte Dezember den Ferritin-Wert wieder überprüfen zu lassen. Sollte er dann nicht wirklich auffällig gestiegen sein, empfiehlt er mir eine höhere Dosis, die er per Infusion geben will, weil er meint, dass die Meisten eine so hohe Dosis eher nur schlecht vertragen, vom Magen/Darm her.

Es wäre so schön, wenn mein Problem wirklich lediglich der Eisenmangel ist. Das wäre ja wirklich das kleinste Übel. Möchte jetzt mal abwarten, wie sich das mit dem Ferritinwert so einpendelt. Sollte mein Wert besser werden, die Haar aber nicht, dann bleibt mir als letzte Möglichkeit eigentlich fast nur noch die Pille. Oder was meint ihr?

Ach ja Blueeys, ich habe auch mal geraucht, zwar nicht so krass, aber wenns in der Arbeit stressig war oder beim Weggehen immer wieder. Ich bilde mir mein, dass meine Haare dabei noch dünner waren. Und meine Haut.... oh man. Seit über einem Jahr habe ich jetzt aufgehört und bin wirklich froh. Ich hoffe ich fange es nie wieder an. Ich weiß, dass ist leichter gesagt als getan. Vielleicht gibt es ja jemanden in deinem Umfeld der gemeinsam mit dir aufhört, mir hat das sehr geholfen.

Macht es gut!!

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Tue, 27 Oct 2015 13:22:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöchen

Eigentlich bin ich hier ja grad n bissl offline, aber ich antworte dir mal

Ohne Blutwerte direkt vor mir zu haben, ist das blöde. Für die Ärzte ist alles im Referenzbereich "ok"... Schreib die hier doch mal rein.

Kleine SD spricht nicht grade für "ok"..... Ach, haben nicht-bayrische Frauen größere/kleinere SDs?!

Hmpf, wenn er doch schon meint, dass du Eisen brauchst, warum dann als Tablette.. ne Infusion ist so schnell gegeben und wirkt sooooo schnell.. das ist ärgerlich. Dann hoff ich mal, dass du sie nicht verträgst, damit du bald ne Infusion bekommst!

Von Tabletten hab ich nix gemerkt. Die Infusionen allerdings hab ich schon nach 3 Wochen nach der letzten gespürt. Haartechnisch gings nach 2 Monaten bergauf!

Ja, Pille ist n großes Ding, würd mir das überlegen
Ich kanns Absetzen nur empfehlen, mein Haarausfall bleibt seit 4 Monaten weg

Ich hatte, als ich rauchte, keinen Haarausfall; wollte ich mal noch dazu schreiben Und meine Oma (Kettenraucherin) und meine Mutter (packt auch ne Schachtel am Tag) haben beide keine Haarprobleme. Beide haben dickere Haare, als ich je hatte... aber das soll jetzt kein Mut machen fürs Rauchen sein

Lieben Gruß

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [blueeyesdeluxe](#) on Sun, 01 Nov 2015 10:57:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo xbox,

also das die Größe der SD bundeslandabhängig ist, davon habe ich auch noch nichts gehört. War wohl ein kleiner Scherz deines Artes was?

Naja prickelnd waren deine SD Werte ja nicht, aber das Ferritin auffüllen hat Vorrang. Da kann sich noch einiges Positives an der SD tun.

Pfannkuchen du hast doch auch schon Ferritin bekommen oder?? Wie lange hat es gedauert, bis du eine positive Veränderung feststellen konntest?

Wie sieht das bei dir aus Blueeyes?

Ich hatte noch keinen Ferritinmangel, kann dazu leider nichts sagen. Obwohl ich jetzt auch aufpassen muss, da mein Ferritin von über 135 auf 89 und jetzt auf 71 gefallen ist. Hab noch ne Packung Ferrosanol zu Hause (die hatte mir mal ne Ärztin verpasst, obwohl sie den Ferritinspiegel gar nicht gemessen hat), die ich wohl mal nehmen werde, damit der Wert stabil bleibt.

Ich drücke Dir die Daumen, dass es am Ferritin liegt. Vielleicht merkst Du bald ne Wirkung. Du hast ja doch nen ordentlichen Mangel.

Ach ja und mit dem Rauchen. Ich habe jetzt schon mal ab und zu das Gefühl gehabt, das es mir nicht mehr schmeckt. Das ist ja schon mal ein gutes Zeichen. Kenne einige denen hat es mit 40, Mitte 40 nicht mehr geschmeckt und die konnten von einem Tag auf den Anderen aufhören. Vielleicht ist das dann auch bei mir so. So eine Abhängigkeit ist schon Sch.....! Aber es muss halt wirklich von innen kommen dieser Wunsch, und so 100ig ist es noch nicht.

LG Blueeyes

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Fri, 27 Nov 2015 13:22:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr zwei,

sorry, dass ich mich so lange nicht gemeldet habe, bei mir is zur Zeit ein bissl stressig.

Wie geht es euch denn so? Blueeys, schon das Rauchen aufgegeben?

Also das mit der SD war glaube ich kein Scherz vom Arzt, er meinte, dass Bayern wohl eine Jodarme Region sei. Scheinbar hat Jod auch was mit der SD zu tun. Meine alte Frauenärztin hat mir auch immer empfohlen zusätzlich Jod zu mir zu nehmen, eben mit der gleichen Begründung. ALso wie dem auch sei, kann schon sein, dass da nix dran ist

Werde jetzt dann wieder meine Blutwerte überprüfen lassen und dann mal schauen, ob die Eisentabletten was gebracht haben. Kann aber leider nix positives beobachten bisher. Vielleicht sind die ja zu niedrig dosiert, wir werden sehen.

Ja ein bisschen hoffe ich ja, dass sich mein Ferritin nicht groß verändert hat, bei dem was Pfannkuchen so über die Infusionen schreibt.

Ich denke der Arzt wollte mir die Infusion erst mal nicht geben um mir das ständige zum Arzt gelaufe für die Infusion, erst mal ersparen wollte. Aber das wäre mir auch egal, hauptsache es hilft.

Habt ihr euch schon mal überlegt, was ihr macht, wenn eure Haare nicht mehr so dicht nachwachsen sollten? Wollt ihr das dann einfach so hinnehmen, oder z. B. sowas wie eine Haartransplantation in Betracht ziehen? Habt ihr euch schon mal drüber informiert?

Ach ja Pfannkuchen, die Blutwerte habe ich schon mal ein paar Nachrichten vor dieser aufgeschrieben. Aber ich kopier sie dir einfach nochmal rein.

TSH basal 1,898 (Normbereich 0,55 - 4,78) auch eher unterer Normbereich
Freies T3 3,06 (Normbereich 2,3-4,2)

Freies T4 0,92 (Normbereich 0,89 - 1,76) unterer Normbereich

Bezüglich Haare und Rauchen: Ich hatte damals das Gefühl, dass meine Haare etwas strähniger und dünner aussahen. Außerdem war meine Haut viel schlechter. Aber das muss natürlich net bei jedem so sein. Ich denke wenn man damit eh Probleme hat, verstärkt es das Rauchen. Aber ich kann schon verstehen, dass das halt nicht so einfach ist mit dem Aufhören. Machmal hätte ich selber noch Lust mal wieder eine zu Rauchen und Blueeys du hast recht, wenn man nicht von innen her bereit ist mit dem Rauchen aufzuhören, dann bringt das nix.

Na denn, euch ein schönes Wochenende!! Ich habe diesmal auch frei

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 27 Nov 2015 14:32:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hello

Mit gehts haarmäßig grade gut, kann gerne so bleiben!

Hmpf, sorry, aber von dieser Aussage des Arztes halte ich absolut gar nichts! Ich würde kein Jod zusätzlich nehmen...

Ich glaube auch leider nicht, dass der Arzt bezüglich Eiseninfusionen soo selbstlos ist... aber gespannt auf deine Blutwerte bin ich auch!

Oh echt? Sorry... der Thread ist ja schon so lang und du schreibst nicht soo regelmäßig, da vergesse ich doch vieles.

Der TSH muss im unteren Normbereich sein, sonst hat man eine UF; sieht hier aber auch ein kleines bissl hoch aus, wenn man sich den ft4 dazu betrachtet. ft3 sieht ok aus, kann aber auch gerne höher, nur der ft4 gefällt mir nicht! Der ist zu niedrig. Wie sieht denn deine SD aus? (Sorry.... wenn du das schon mal geschrieben hast)

Aber die SD kann auch vonner Pille geschrottet sein.. da kann man noch warten, WENN die SD unauffällig aussieht!

Viel Spaß an deinem freien WE

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [xbox](#) on Thu, 14 Jan 2016 14:03:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Pfannkuchen

Sorry, ich hab jetzt ewig wider nicht mehr geantwortet

Also ich hab mittlerer meine ferritinwerte. Sie sind von 18 auf gerade mal 21 gestiegen. Habe 3 Monate lang Eisentabletten genommen Tardyferon 80mg.
Also so mächtig ist ja der Wert nicht gestiegen. Ich nehme die Tabletten jetzt trotzdem weiter, aber zwei am Tag. Solange ich keine Probleme mit dem Magen bekomme. Werde dann bald wieder zum Blutabnehmen gehen, sollte der Wert wieder nur so wenig gestiegen sein, werde ich auf die Infusion bestehen

Die Schilddrüse sieht auf dem Ultraschall unauffällig aus. Der Arzt meinte, das die Blutwerte nicht besorgniserregend sind, möchte sie aber beim nächsten mal Blutabnehmen nochmal mitkontrollieren.

Warum meine Kopfhaut so gereizt und gerötet ist weiß ich leider immer noch nicht.

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Annina](#) on Tue, 02 Feb 2016 13:19:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,
Bei mir hat sich jetzt auch bereits seit einigen Jahren Haarausfall eingestellt. In meinem Alter muss man zwar evtl. damit rechnen. Zuvor hatte ich immer sehr dichtes festes Haar, dass meine Friseurin immer wieder betont hat.

Da meine Schwiegermutter immer sehr dünnes Haar hatte und mit 90 fast kal war, habe ich einen Heidenrespekt vor diesem Zustand.
Kann man da nur mit Hormonen was dagegen machen?

Subject: Aw: Wenig Haare im Scheitelbereich
Posted by [Sani](#) on Sun, 24 Apr 2016 11:39:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, also Regaine half bei mir kein bisschen und zum Thema Pille habe ich Ich die Meinung,dass es generell dem Körper schadet! Habe nun angefangen dem Haarausfall durch Biotin und Bepanthen,welches 3 mal in der Woche bei der Hautärztin gespritzt wird entgegenzuwirken, habe jetzt schon eine Besserung gemerkt! Nebenwirkungen soll es anscheinend kaum geben
