

---

Subject: 19 und gebrochen...

Posted by [sarahkk](#) on Fri, 25 Sep 2015 20:43:12 GMT

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

---

Hallo ihr lieben,

Ich bin gerade ziemlich geknickt und muss irgendwo meine Leidensgeschichte loswerden. Es folgt ein längerer Beitrag, ich hoffe, es findet sich jemand in meine Geschichte wieder und weiss mir Rat, ich wäre unendlich dankbar!!!!!!

ich bin 19 Jahre alt und habe seit ca. 1.5 Jahren Haarausfall. Meine Schwester meinte damals zu mir, es sehe merkwürdig aus, wenn ich die Haare zusammennehme; merkwürdig deshalb, weil ich an den Seiten lichtetes Haar hatte. Ab zum Arzt, Blutabnahme. Der Arzt hat dann einen argen Eisenmangel festgestellt (Ferritinwert 8 - normal wäre so ab 70) und mir Eisentabletten verschrieben. Ferritinwert nach 3 Monaten war 9, hat also nichts genützt. Habe mir vom Hautarzt eine Eiseninfusion und Vitamin B12 Spritze geben lassen, Haarausfall ging weiter. Der Hautarzt meinte dann, es könne sein, dass ich zwar das Eisen aufnehme, es aber mit der Monatsblutung wieder verliere; was sinnvoll klingt, weil ich starke Monatsblutungen habe (hatte). Der Frauenarzt hat meine Hormone überprüft, alles i.O. und mir die Pille 'Valette' verschrieben. Sie sollte meine Blutungen (und damit den Eisenverlust) ausgleichen, was gut klappt, weil mein Wert neulich bei 50 lag. Auch meinte er, die Pille könnte mir helfen, wenn ich genetisch bedingten Haarausfall hätte, weil sie antiandrogen ist.

Aber mein Haarausfall ist nicht besser geworden, meine Haare sehen licht und ungesund aus. Ich habe allerlei Mittelchen ausprobiert und geschluckt; Biotin, Priorin, Tinkturen, verwende abwechselnd milde Shampoos/Koffeinsampoos/Shampoos für erblich bedingten Haarausfall. Ich strähne sie nicht häufig, strapaziere sie nicht mit Wärme oder sonstigen Haarmitteln. Ernähre mich gesund. Aber sie fallen aus.

Ich zweifle an mir selber momentan, weil ich weiss, dass Haarausfall behandeln viel Geduld braucht. Aber ich bin mir nicht mal sicher, ob ich noch objektiv einschätzen kann, ob sich der Ausfall verbessert hat; einfach weil ich mir dauernd selbst Panik mache und mir vorstelle, keine Haare mehr zu haben. Von allen Hautärzten, bei denen ich war, habe ich mich nie ernst genommen gefühlt; niemand hat sich meine Haare genau angeschaut. Die meinten alle nur, ja, sie würden schon etwas licht aussehen, das werde schon wieder. Ich versuche so viel Volumen wie möglich in meine Haare zu bekommen und rede mir ein, dass es nicht so schlimm wäre; aber ich habe eben diese Bilder gemacht und heule mir nun die Augen aus.

Mein Hautarzt meinte, der nächste Schritt wäre ein Trichogramm, damit könne er feststellen, was für eine Art von Haarausfall vorliegt und mich entsprechend therapieren. Aber ich habe Angst davor, mir so viele Haare ausreissen zu lassen, zumal überall im Internet steht, dass ein Trichogramm keine Ursachen aufzuzeigen vermag, sondern nur bestimmt, wie stark der Haarausfall ist.

Meine Bitte an diejenigen, die Ähnliches erlebt haben:

- Was für eine Art von Haarausfall habe ich? Mein Scheitel ist doch etwas breiter als früher. Scheitel-Haarverlust spricht für erblich bedingt, aber meine Seiten sind auch sehr licht.

Ausserdem hat niemand in meiner Verwandtschaft Probleme mit Haarausfall. Kann das jemand von euch einschätzen?

- Erfahrungen mit Trichogramm, lohnt es sich, sich Haare ausreissen zu lassen, wenn die ganzen Haare nur so eine dünne Strähnen ausmachen wie bei mir? Kann ich mich nicht selbst mit Minoxidil behandeln, ohne die Diagnose 'erblich bedingt' zu haben?

- Wie soll ich weiter vorgehen? Warten bis Ende Jahr, ob sich etwas tut, und dann allenfalls ein Trichogramm machen lassen? Oder schreit mein Haarstatus nach Soforthandeln?

Ich danke von ganzem Herzen für jede Antwort!!!! Und entschuldigt die vielen Bilder und meine prominenten Ohren, aber ich musste mal mein Leiden umfassend loswerden  
Ganz herzlich, Sarah

### File Attachments

---

1) [haare1.jpg](#), downloaded 875 times



Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [sarahkk](#) on Fri, 25 Sep 2015 20:45:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [haare2.jpg](#), downloaded 792 times



Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [sarahkk](#) on Fri, 25 Sep 2015 20:48:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [haare3.jpg](#), downloaded 727 times



---

Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [sarahkk](#) on Fri, 25 Sep 2015 20:50:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [haare4.jpg](#), downloaded 716 times



---

Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [sarahkk](#) on Fri, 25 Sep 2015 20:53:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

## File Attachments

---

1) [haare5.jpg](#), downloaded 692 times



---

Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [sarahkk](#) on Fri, 25 Sep 2015 20:56:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

## File Attachments

---

1) [haare6.jpg](#), downloaded 637 times



---



Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Fri, 25 Sep 2015 21:53:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallöchen Sarah

Also erst gleich mal zu deinen Fotos: Das sieht ja sehr diffus aus; dein Scheitel ist dabei aber recht gut geblieben oder wie empfindest du das?

Also: Erst mal, stell bitte alles alles was du an Blutwerten hast hier rein Grade die "guten" Hormone bitte.

Den Ferritin solltest du unbedingt mit Infusionen, da du solche ja schon hattest, dauerhaft auf mind 70, besser 100 halten. Wurde dein CRP je mal gemessen??

Was macht die Schilddrüse??

Deinen Arzt würde ich ja gerne mal....

Also als erstes: Die starken monatsblutungen sind sehr wahrscheinlich Grund für deinen Eisenmangel; die haben aber hormonelle Gründe und sind eindeutig nicht durch die Pille zu reparieren; diese kaschiert nur alles und macht es im Endeffekt nur schlimmer, ich spreche das aus Erfahrung.

Die andere Sache: Die antiandrogene Pille ist bei "normalen" Haarausfall echt unnötig, weil der meist andere Ursachen hat... ich habe diese auch leider genommen und jetzt hab ich den Salat.

Trichogramm würde ich lassen; da sieht man nur, dass man Haarausfall hat, mehr nicht; und das weißt du ja; das Geld würde ich in besseres investieren.

Wie du vorgehen solltest: Lasse alle mögliche Blutwerte kontrollieren, also Vit D, Ferritin + CRP!!, B12, Zink, die SD!! (wurde die schon mal untersucht?).. wenn das schon mal ausgeschlossen ist, ist das gut.

Erstmal stell aber deine Blutwerte ein, die du schon hast, dann sieht man weiter

Liebe Grüße

---

Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [sarahkk](#) on Sat, 26 Sep 2015 12:27:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo! Ganz herzlichen Dank für Deine schnelle Antwort! (Und danke, dass Du allgemein so aktiv bist im Forum, das schätzen alle sicher sehr.)

Ich hätte auch auf diffus getippt, allerdings meint meine Mama immer, mein Scheitel wäre früher nicht so breit gewesen und ein sich verbreitender Scheitel spreche für erblichen HA. Aber Du hast recht, der Scheitel an sich sieht nicht so arg schlimm aus.

Ferritinwert war im August bei 63 (hat sich wahrscheinlich verbessert durch die weniger starken Monatsblutungen), mit diesem Wert will mir kein Arzt mehr Infusionen geben. Ich glaube, jeder

Arzt hat da seine eigene Meinung, wie hoch der Wert sein muss; aber überall, wo ich nach Infusionen gefragt habe, bin ich auf Ablehnung gestossen...

Ich lade Dir gleich meine Hormonwerte vor der Pille hoch, laut Arzt war alles ok und bei starken Blutungen verschreibt er immer gleich die Pille.. Bisher hat sich die Pille nicht positiv auf den HA ausgewirkt, hat aber den Ferritinwert erhöht; und wenn fehlendes Ferritin wirklich die Ursache für meinen HA ist, dann sollte sich demnächst mal was tun.  
Was meinst Du mit jetzt hab ich den Salat? Hat die androgene Pille Deinen HA verschlimmert?

Also, hier meine Blutwerte, vielleicht wirst Du daraus eher schlau als ich... ganz liebe Grüsse

Juni 2014

CRP 4.3, Referenzbereich 0.07-8.2

November 2014

Ferritin - 8, Referenzbereich 15-150

C-reaktives Protein - 0.7, Referenzbereich <5.0

Vitamin B12 - 272, Referenzbereich 130-665

Februar 2015

Ferritin - 46

C-reaktives Protein 0.9

(Vitamin D leicht zu niedrig, deshalb Tröpfchen verschrieben)

April 2015

Ferritin - 36.4

August 2015

Ferritin - 63

Transferrin - 351, Referenzbereich 174-348

Transferrin-Sättigung - 12%, Referenzbereich 16-45%

- bei Eiweiss-Elektrophorese die Werte Albumin, Beta 1 und Alpha-2 abs. und Beta-1 abs. leicht erhöht (was auch immer das heissen mag ... Arzt: "irrelevant")

CRP 0.0

## File Attachments

1) [hormone\\_april2.jpg](#), downloaded 406 times

Entnahme  
Eingang  
Probenmaterial:  
Klinische Angaben:

22.04.2015 um 10:30  
22.04.2015 um 17:34  
Nativblut  
-

Analyse	Resultat	Einheit	Referenzbereich
# Folgende Analysen verfügbar ab dem 23.3.2015 über geändert			
Bemerkung : <b>KLINISCHE CHEMIE</b> Ferritin	36.4	ng/ml	13.0 - 150.0 < 13 Eisenm 13 - 49 Eise ≥ 50 Eisenm Fehr et al.;
<b>ENDOKRINOLOGIE</b>	27.9	µg/l	6.0 - 29
Prolactin	6.1	U/l	Follikelpha Ovulations
LH			Lutealalpha Postmen
FSH	5.3	U/l	Follikelph Ovulation
TSH	1.90	mU/l	Lutealph Postmer 0.51 - Währer
Freies T4	16.3	pmol/l	1. Trim
Oestradiol (E2) #	118	pmol/l	2. Trim 3. Trin 12.6
Freies Testosteron	6.8	pmol/l	Follik
Androstendion	5.3	nmol/l	Ovul
DHEAS	• 10.6	µmol/l	Lute Pos 0 1 1

---

Subject: Aw: 19 und gebrochen...  
Posted by [Pfannkuchen](#) on Sat, 26 Sep 2015 16:10:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallöchen Sarah

Lieb von dir, was du geschrieben hast

Gut, ist ja auch egal: Der Rest ist sehr diffus.

Ich persönlich halte erstmal nicht viel von AGA, weil dieses Ding, dass der Scheitel nur dann breiter wird etc.. das ist doch Quatsch. Mein Scheitel war auch breiter geworden, ist doch aber

auch kein Wunder, ich habe schließlich überall Haare verloren. Wenn NUR der Scheitel breiter wird.. das ist dann nochmal was anderes.

Ne mit 63 bekommste kaum ne Infusion vonnem Arzt. Hast du schon mal in einem Eisenzentrum versucht? Die geben da auch schon Infusionen.. oder bei nem richtig guten Arzt. Mein jetziger Eisenarzt gibt mir Infusionen bei 136 (erhöhter CRP), weil ich einen Mindestwert von 200 anstrebe.

Ja, die Ärzte haben von Eisen echt keine Ahnung. Ich hoffe sehr, dass das schweizer Ding auch mal nach Deutschland überschwappt, gut, ist ja schon ein bisschen.. aber halt noch mehr. Ich war mal bei einem Hämatologen, der meinte, ich solle bitte wieder kommen, wenn mein Ferritin wieder unter 100 sackt.. Ohne Worte, ehrlich!

Aber super, dass du den Wert nur mit Tabletten so hoch bekommen hast. Wie viel nimmst du denn an Tag??

Ich habe erst HA durch die Pille bekommen. Nach einem Pillenwechsel (nur ein Generika) gings 3-4 Monate später los, dass ich Büschel in der Hand hatte. Vorher, wurde mir im Nachhinein bewusst, hatte ich auch schon Haarprobleme.. habe das aber nicht wahrgenommen, erst mit dem schlimmen HA wurde mir das langsam klar. Naja, nun habe ich eben ein schönes Hormonchaos, dank Pille... gibt schöneres. Aber auch schlimmeres, es wird mit der Zeit immer besser.

Zu deinen Blutwerten:

B12 sollte höher! Das kann gerne an der oberen Norm kratzen.

Hm mit den Eisenwerten bin ich grade unsicher, aber ich glaube, dass die Konstellation mit Transferrin und dessen Sättigung immer noch auf einen deutlichen Mangel hinweist. Wurde jemals ein Hämoglobin, MCH und MCV gemacht??

Vit D: Was denn für Tröpfchen? Wie hoch dosiert? Was heißt denn leicht niedrig?? Das ist wieder Interpretationssache, da sollte man möglichst auch im oberen Drittel sein.

Wurde deine SD mal untersucht? Der TSH sieht noch okay aus, der fT4 ist aber bei nur 44%... könnte besser.

Dein Arzt ist ja super.. irrelevant.. warum wurde es dann überhaupt mitbestimmt?!

Joar, die Hormone sind ja dann nicht so einzuschätzen.

Das Prolaktin ist etwas zu sehr anner oberen Grenze m.E.... hast du öfter mal Brustschmerzen?

Oder hat dir der Arzt vorher an der Brust irgendwas gemacht? Abgetastet oder so?

Dass das DHEA-S zu hoch ist.. weiß ich jetzt ehrlich gesagt nichts. Aber unter Pille ist das eh alles nicht so gut zu sehen. Dafür müsstest du sie schon 3 Monate mal absetzen..

Was anderes: Wie sieht denn deine Pflegeroutine aus? Wäscht du oft? Mit was wäscht du? Da kann man auch einiges falsch machen bzw. Haare "retten"

Liebe Grüße

---