
Subject: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Karina](#) on Mon, 28 Sep 2015 19:44:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was für ein Thema... Ich weiß gar nicht, wo ich anfangen soll...

Ich habe schon immer sehr dünnes und feines Haar gehabt und bin auch erblich vorbelastet - meine Mutter hat schon in ihren 20ern angefangen Perücke zu tragen und hat seitdem ich denken kann nur noch einen ganz winzigen Flaum auf dem Kopf. Ich bin nun 36 und habe immer noch keine Perücke, aber ich denke, lange werde ich nicht mehr drumherum kommen, denn das was ich auf dem Kopf habe, kann man kaum mehr eine Frisur nennen...

So richtig extrem fing es an mit Ende 20 als ich die Pille abgesetzt habe, weil ich hormonfrei verhüten wollte. Ich habe zu dieser Zeit mal kurz Regaine für Frauen genommen. Bei mir ist so richtig viel nachgewachsen, aber nach kurzer Zeit fiel das alles wieder aus, obwohl ich Regaine regelmäßig genommen habe, und deswegen habe ich es dann abgesetzt. Danach habe ich bis jetzt nix mehr gegen meinen HA unternommen und so ging er schleichend weiter.

Die Tage hat mich meine Mutter ganz direkt auf das Thema Perücke angesprochen - ob ich mir nicht langsam auch mal eine zulegen wöllte... Ich meine, sie hat ja Recht, aber trotzdem hat mich das sehr getroffen. Ich habe eben einfach die ganzen Jahre versucht das auszublenden... Weil man ja doch nichts dagegen machen kann... Mit der Perücke, ich weiß nicht... Auf der einen Seite kann das ja schön aussehen, wenn man eine passende gefunden hat, und eine neue Tür öffnet sich im Leben... Aber auf der anderen Seite schließen sich dann gleichzeitig wieder mehrere andere Türen: Ich bin z. B. Cabrio- und Achterbahn-Fahrerin und mag sehr gerne Extremsport unterschiedlicher Art - wie soll denn sowas als Perückenträger möglich sein?! Ich würde zwar auf der einen Seite mit Perücke an Lebensqualität gewinnen, aber auf der anderen Seite wiederum so viel davon verlieren... Ich bin deswegen total zwiespalten und überlege sogar, ob ich erstmal versuche mich mit Sprühhaar und Regaine Männer Schaum über Wasser zu halten, denn dieser allerletzte Schritt - den zur Perücke - den traue ich mich irgendwie (noch) nicht. An diese ganzen Probleme im Alltag, wenn man dann z. B. mit der Perücke auf der Arbeit auftaucht, mag ich gar nicht denken! Ich habe bisher leider nur so richtig volle Perücken gesehen und keine einzige, die eben feiner, dünner, natürlicher, aber eben doch dicht auf der Kopfhaut ausschaut. Der Unterschied wäre einfach zu krass bei mir! Und anderer Haarersatz als Voll-Perücke geht bei mir nicht, weil ich oben fast nix mehr zum Befestigen habe... Und reich genug für NatureNet bin ich leider nicht...

Deswegen frage ich mal ganz gezielt die Perückenträgerinnen unter euch: Wie habt ihr den Einstieg geschafft und wie geht ihr mit diesen ganzen Einschränkungen um, für die man sich durch den Schritt zur Perücke automatisch mit entscheidet?

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Pechmarie](#) on Fri, 09 Oct 2015 13:57:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Karina,

ich stimme Dir in allen Punkten völlig zu.

Irgendwann war es dann aber doch so, dass ich mich entschloss, eine Perücke zu kaufen, da man mir im Haarstudio glaubhaft versichert hat, dass das für mich wohl die beste Lösung sei wegen meiner ausgeprägten Geheimratsecken..... Eine Perücke jedoch wollte ich nie. Andererseits habe ich auch keinerlei Lust, morgens vor dem Spiegel zu clipsen, da die Zeit ohnehin knapp ist.....

So herumlaufen wollte ich auch nicht mehr, da ich seit vielen Jahren die Haare hinten zusammenbinde. Offen tragen geht nicht mehr, dann dürften sie nicht länger als kinnlang sein, ansonsten kann man durchschauen.

Nächste Woche kann ich meine Perücke abholen, d.h. sie wollten mir noch irgendwas einnähen, damit ich sie auch beim Sport tragen kann. Ich werde auf jeden Fall hier berichten, ob ich sie trage oder nicht - vielleicht trage ich sie auch nur, wenn ich weggehe abends oder wegfahre, keine Ahnung. Vielleicht aber liegt sie auch nur im Schrank, was ich fast befürchte. Irgendwie habe ich Angst vor diesen Ersatzteilen oder dem Gefühl, nur eine Attrappe zu sein. Aber das ist mein ureigenes Gefühl, an dem ich nichts ändern kann.

Wenn ich durch die Stadt gehe, dann fällt mir jede Perücke auf, allein deshalb kann ich mir schwer vorstellen, dass man es ausgerechnet bei mir nicht sehen soll - die anderen sind doch nicht blind!!! Neulich morgens an der S-Bahn war ein junges Mädchen mit Haarband, was mich sofort aufmerksam werden ließ. Dann sah ich, dass sie ein Haarteil im Oberkopfbereich trägt. Leider war dieses entweder so günstig oder so unprofessionell gearbeitet, dass es sehr unvorteilhaft wirkte. Das Mädchen tat mir leid und mir fiel sofort wieder diese Perücke ein.

Es ist ein ganz schwieriges und sensibles Thema, und ich wünsche mir und allen Betroffenen so sehr, dass es irgendwann bezahlbare Lösungen geben wird, die uns das Haartheme vergessen lassen.

Pechmarie

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...

Posted by [Wintersonne](#) on Sun, 25 Oct 2015 20:36:30 GMT

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

Hallo Karina,

sofern du ja noch über Sprühhaar nachdenkst - probier DAS doch mal aus oder Concealer. Ich kann mir jetzt nicht vorstellen, wie genau dein Haarzustand ist. An mir habe ich einen beträchtlichen Unterschied erlebt, als ich erst für etwa zwei Jahre auf Sprüh/Streuhaar zurückgriff und das dann sehr eindeutig nicht mehr ging, da einfach wirklich VIEL zu wenig Haar da war und man die Flocken/ die Farbe auf der Kopfhaut schlicht deutlich sah. Die ersten Male angesprochen zu werden auf "Huch - wo hast du dich denn da dreckig gemacht?" und wohlgemeinte Finger meines Gegenübers an meiner Stirn zu haben waren ziemlich unangenehm.

Alles Gute wünscht die wintersonne

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Karina](#) on Sun, 25 Oct 2015 21:41:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr beiden,

danke für eure Antworten! Darf ich fragen, wie alt ihr seid?

@Pechmarie

Ich würde mich freuen, wenn du weiter über deine Perückenkonfrontation berichtest!

@Wintersonne

Trägst du mittlerweile schon eine Perücke und wenn ja, was genau für eine und wie kommst du damit zurecht?

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Wintersonne](#) on Mon, 26 Oct 2015 14:45:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, ich trage eine billige. SEHR billige. Seit fast genau zwei Jahren inzwischen und wie ich vor einigen Monaten feststellte GIBT es nun die, die ich mir bereits 4 mal gekauft hatte (die gleiche, kostete nur 18 EUR plus Versand) nicht mehr - was mich mal wieder verzweifeln lässt bzw. ich muss jetzt nach einer Lösung suchen, die mir die KK übernimmt. Ich habe enorme finanzielle Probleme und es stehen andere Ausgaben an bzw. noch andere Gesundheitskosten von anderen Krankheiten in der Pipeline. Ich kriege ALG2 und habe keinen Plan wie ich das alles wuppen soll, weil ich aktuell auch noch umziehen muss. Eigentlich kam IMMER etwas dazwischen, etwas gravierendes (eine OP zb) weswegen ich mich nicht nochmal aufrufen konnte zu einer Hautärztin oder so zu gehen, nachdem der seit Jahren endlich mal wieder mutig getraute Endokrinologenbesuch SO furchtbar war und man mir da auch noch einen falschen Bericht schrieb. Ach, ich MAG die ganze Geschichte jetzt nicht nochmal erzählen.

Ich habe so eine ähnliche wie die hier, gleiche Firma, das Modell was ich noch gerade habe (aber nur noch hochgesteckt tragen kann, da ziemlich verfilzt, das geht schnell bei Billigteilen, wenn man sie immer trägt) hat weniger enge Locken:

http://www.ebay.de/itm/350992009627?_trksid=p2055119.m1438.l2649&ssPageName=STRK%3AMEBIDX%3AIT

Für den Preis sieht sie schon super aus - also die die ich habe. Vor allem auch weil sie drei verschiedene Haarfarben hat, das macht sie SEHR natürlich. Ich clipse mir meine Seitenhaare rechts und links hoch, so dass man den Ansatz am Ohr NUR meine eigenen Haare sieht, da lässt sich der Betrachter schnell und gut täuschen und trage immer zusätzlich ein Haarband, so dass man wenig von dem 'schnurgeraden' Haaransatz auf dem Kopf sieht. Dieser ist allerdings für SO eine Billigperücke doch ziemlich GUT gemacht und mit einem Stückchen

Kopfhautimitat unterlegt.

Sieht die ersten vier bis sechs Wochen auch relativ okay aus. Ich habe schon Komplimente bekommen von Menschen, die das NICHT als Perücke erkannt haben, ich denke, wenn man es NICHT weiss und nicht aus den Branchen/Berufsfelder kommt, wo man es eben erkennt oder einen Blick dafür hat, geht es. Aber nach ein paar Wochen fängt die Verfilzerei an.

Tragekomfort? Ich muss dazu sagen, ich bin glaub ich recht unempfindlich, meine Kopfhautexzeme haben schon vor vier bis sechs Jahren nachgelassen, die hatte ich teilweise mal mehr mal weniger schlimm. Ich habe öfter Gluten- und milchfreie Phasen eingelegt, derzeit esse ich zwar wieder alles, wenn der MEGAstress vorbei ist (ist er das je?) will ich wieder auf PALEO oder glutenfrei wenigstens umschwenken. Also - unempfindlich ist meine Basis - ich gebe dem ganzen eine (leider nur sehr mässige) 4 in Schulnoten. Aber was will man machen? *seufz

Deutlichstes Kappengefühl, nicht an meine Kopfgröße angepasst (geht ÜBER den oberen Ohrrand, das nervt), die ersten Wochen zu eng - aber dann durchaus das GUTE Gefühl, da kann NICHTS rutschen - leiert es schnell aus hin zu 'oh je, da KÖNNTE was rutschen". Man kann zwar verstellen mit Häkchen, aber durch das Ausleiern sind die schnell viel zu weit. Deshalb: Clipse einnähen (Handarbeit, Geduldsspiel, nervig). OHNE Clipse kann ich damit schlafen - sollte man auch nicht, aber ich konnte mir NICHT vorstellen mich OHNE meinem (Ex)Freund zu zeigen - und ich habe NULL Plan sollte ich mein Herz wieder geheilt haben (*Seufz) wie das dann mit dem nächsten Partner geht ... - MIT Clipse kann ich eher nicht schlafen. Demnach schaffte ich mir alle 3-5 Monate eine neue identische an. Gibts nicht mehr, sonst hätte ich sie mal verlinkt, aber recht ähnlich wie die oben.

Und Haarband oder Tuch drum. Steht mir, von daher, okay. Die doch recht feste Tresse juckt im Sommer ziemlich obwohl durchlässig (also ausser der oberen Kopfhautimpitatseinarbeitung von ca 10 x 2 cm ist es komplett durchlässig). Ich treibe kaum Sport, ich war zwei oder dreimal MIT dem Teil in der Sauna (sollte man nicht, habe es trotzdem gemacht), sie ist zwar dann nicht sofort hinüber, aber ich bin sicher, das trägt zum schnelleren aufrauhnen/aufquellen und verfilzen bei. Wer also wöchentlich schweißtreibend Sport macht und Saunen geht - vergesst es mit so einem Modell.

Tja, und jetzt muss ich mir eine Alternative ausdenken und überlege wenigstens an der HIER herum:

http://www.ebay.de/itm/250827142186?_trksid=p2055119.m1438.l2649&var=550032550094&ssPageName=STRK%3AMEBIDX%3AIT

aber noch keinen Plan und Mut mir ein Rezept ausstellen zu lassen und wenn ich in VORKASSE gehen müsste kann ich das auch nicht und wenn ich das bis jetzt richtig recherchiert habe OHNE Vorkasse geht ja nur bei zertifizierten Studios, die wiederum HORRENDE Preise verlangen, die weit, weit über dem liegen, was ich mir leisten kann - es geht nicht mal mehr RATENZAHLUNG. Ich war mal in zweien, da hatte ich Mut gehabt (und saß da trotzdem heulend) - aber die Kassenperücken waren SO DERART schlimm ... da gefällt mir tatsächlich frisur- und haartechnisch zumindest die, die ich habe/hatte besser.

hach, ratlos - ich muss mich um SO viel anderes kümmern, aber das Thema ist ja TÄGLICH präsent ...

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Blueray1970](#) on Tue, 27 Oct 2015 12:24:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Wintersonne,
ich habe deine Geschichte eben gelesen und mir tut das echt leid, dass du so agieren musst. Kannst du denn nicht bei der Krankenkasse mal nachhaken, ob du nicht für diese Geschichte eine Härtefallregelung beanspruchen kannst? Ich finde das nicht zumutbar mit ALG2 noch draufzahlen zu müssen in einem Haarstudio für eine gescheite tragbare Perücke. Klar brauchst du ein richtig ausgefülltes Rezept, aber ich würde das versuchen. Schließlich könnte man auch so argumentieren, dass durch eine gute Perücke die Chancen für einen Job wieder steigen? Denn mal ehrlich, das Selbstbewusstsein ist doch im A..... und wie ist das mit der Jobsucherei? Normalerweise sollte das Jobcenter da was beisteuern, meine Meinung. Aber da kämpft man ja gegen Windmühlen. Deshalb meine Idee mit der Krankenkasse. Die Härtefallregelung greift bei Zahnersatz schließlich auch.
Viele Grüße
Jana

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Wintersonne](#) on Tue, 27 Oct 2015 13:04:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke dir, kannst du mir mehr über die Härtefallregelung schreiben? Ich habe einfach keine Kraft mehr. Und ja, Selbstbewusstsein? Was IST das? Meine KK legte mir ja schon bei der Therapeutensuche zig Steine in den Weg ... Dann sind da noch diverse andere Krankheiten, eine gewesene OP ...

Ich /habe/ zwar jetzt einen halben Job in Aussicht, es steht ein Umzug an, da mir die Wohnung (mein einziger Halt nach all den Scheiss Erlebnissen diesen Jahres) gekündigt wurde, aber ich habe große Angst, ob ich das überhaupt packe ... und müsste mir dann im neuen Ort nochmal eine neue Therapeutin, DAS war auch schon eine Odysse ... suchen. (Pardon, ich will den Thread nicht mit meinen Problemen 'kapern'.)

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Blueray1970](#) on Tue, 27 Oct 2015 17:59:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Wintersonne,
bei welcher Krankenkasse bist du denn?
Die Härtefallregelung greift zb. bei Zahnersatz bei ALG2 Bezug bzw. wenn man unter einem bestimmten Einkommenssatz liegt, dann legen die das doppelte wie normal drauf. Dies kenne ich

vom Zahnersatz so. Ob diese Regelung für andere Heil und Hilfs bzw. Ersatzmittel greift, kann ich leider nicht sagen. Da würde ich vielleicht mal direkt bei der Kasse fragen und ein Rezept vom Arzt ist mit Sicherheit ein Muss.

Das ist natürlich schwierig wenn man keine Kraft mehr hat weil man einfach fertig ist. Verstehe ich schon. Aber ich denke auch, dass man nicht immer alles hinnehmen sollte und auch mal egoistischer sein sollte. Fragen kostet nix.

Mit Therapeuten ist es auch so ein Ding, das Theater kenne ich. Zum Glück hab ich eine gute, aber ich wüsste nicht was wäre wenn ich wegziehen müsste oder würde. Drück dir die Daumen und lass dich nicht unterkriegen.

Grüße

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...

Posted by [Pechmarie](#) on Wed, 28 Oct 2015 06:56:03 GMT

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

@Wintersonne: Wir haben bereits 2013 PN's ausgetauscht, wie ich gerade feststellen konnte. Ich habe noch nie gehört, dass man in Vorkasse gehen muss und denke, das ist auch eine Sache, die man mit dem Haarstudio absprechen kann, wenn es sein muss. Ich wüsste auch nicht, warum die KK bei ALG2-Empfängern andere Leistungen erbringen sollte als bei Menschen, die einen Job haben. Mach Dich da doch mal richtig schlau. Meine neue Perücke, die ich erst mal in den Schrank verbannt habe, kostete knapp 1000 Euro, Die Kasse zahlte etwas über 900, ich den Rest.

@Karina: Ich melde mich demnächst, wohl auch über PN. Derzeit habe ich mit einem Krankheitsfall große Sorgen und werde schreiben, sobald eine Besserung eintritt.

Pechmarie

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...

Posted by [Wintersonne](#) on Wed, 28 Oct 2015 09:41:08 GMT

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

Danke dir, Pechmarie - mal gucken, ob ich die noch finde die PMs. Hattest du mir geschrieben bei welcher Kasse du bist? Da gibt es ja erhebliche Unterschiede, leider. Ich plane auch gerade einen Wechsel eventuell, da es bei mir ausserdem auch noch um andere nötige Hilfsmittel geht. Und bei welchem Haarstudio du warst?

Da ich ja günstige/billige Teile such(t)e, war/bin ich auf ebay unterwegs und dort ist es doch SICHER so, dass man in Vorkasse geht und dann erst bei der KK einreicht oder gibts da andere Infos? Bei meiner KK bei der ich Mitte diesen Jahres in einer Beratung war hiess es jedenfalls so.

Und bei einem Haarstudio wo ich war, bot man mir zwei verschiedene Lösungen an, die absolut VÖLLIG jenseits des leistbaren waren. Perücke, wie teuer weiss ich nicht mehr, Einweblösung mit alle 6 Wochen nochmal ich glaube 80-100 EUR hochsetzen. Bei einem zweiten sagte man mir, es wäre möglich, wenn ich warten mag, zu warten bis eine gebrauchte

Perücke, die mir passen und gefallen würde zurück käme, die noch gut ist, die wäre dann recht günstig zum Kassensatz zu haben. Ich konnte mich dazu nicht durchringen, weil ich dachte: und wenn die dann so gar nicht passt, gefällt? Dann 'darf' ich zwei Jahre keine passende über KK haben?

Ja, Ende 2013/Anfang 2014 ging es erst mal wieder aufwärts, hatte einen neuen Freund, aber seit Anfang diesen Jahres bin ich die meiste Zeit ziemlich unten. Ich muss sehr darauf achten, die Balance zu halten und mich dosiert mit dem Thema befassen ... und doch wieder Kräfte sammeln, es anzugehen.

Und deine ist immer noch im Schrank, Pechmarie?

Wie es aussieht werde ich bald eine Umschulung anfangen und dann nochmal zwei Jahre kaum Geld haben.

@blueray1970: DANKE Dir!

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Pechmarie](#) on Wed, 28 Oct 2015 10:14:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wintersonne, ich bin bei der DAK. Aber ich habe den Eindruck, dass dieser Betrag um die 900 Euro allgemein von den Kassen gezahlt wird. Leider habe ich noch nicht raus, ob einmal oder zweimal jährlich. Neulich sah ich eine Frau ins Haarstudio kommen, die sah hinten so zerrupft aus, als hätte sie da ein Vogelnest. Nein, so möchte ich nicht rumlaufen, dachte ich mir. Dann ja fast lieber Glatze.....

Für so was kannst Du doch nicht auf ebay gehen..... Diese Verkäufer arbeiten doch nicht mit den Krankenkassen zusammen.....und ich kann mir auch nicht vorstellen, dass irgendeine Krankenkasse einen ebay-Verkäufer akzeptiert. Man kauft außerdem nicht die Katze im Sack, man muss die doch vor dem Kauf zumindest mal aufprobieren.

Natürlich ist meine immer noch im Schrank, ganz einfach weil ich Perücken mehr als gewöhnungsbedürftig empfinde und mir auch für die anderen Lösungen das Geld fehlt. Der Idealfall wäre für mich alles abzurazieren und dann verkleben zu lassen, was ich mir leider nicht leisten kann, obwohl ich relativ gut verdiene. Man hat schließlich noch andere Kosten und Verpflichtungen außer den Haaren.

So wie ich jetzt herumlaufe kennen mich alle, und ich glaube das ist weniger auffällig, als wenn ich plötzlich diesen Fiffi trage. Am 2.11. wird das Ding noch zurechtgeschnitten, aber ich kann mir kaum vorstellen, dass es für mich danach attraktiver sein wird. Es ist das Gefühl des Ersatzteils, das ich nicht haben möchte..... Abends nach Hause kommen, absetzen und auf den Kleiderhaken - so in etwa denke ich dann immer. Und das empfinde ich als Zumutung mir und meiner Umwelt gegenüber.

Als ich sehr jung war hatte ich eine schwere Hautkrankheit, bekam eine Art Chemo und trug in der Folge recht lange Perücken, die damals sicher noch schlechter als heute waren, aber

Perücke ist für mich Perücke. Kurz und gut, ich war seinerzeit schon mit meinem Exmann zusammen und ging auch mit diesen Dingen ins Bett, weil ich mich ohne nicht zeigen wollte. Eine sehr erniedrigende Situation, die überdies zur Folge hatte, dass die Dinger nach kürzester Zeit wie ein Besen aussahen Für mich eine untragbare Situation.

Mittlerweile ist mir klar, dass ich mir nie die für mein Lebensgefühl optimale Lösung leisten kann. Ich habe nicht resigniert, sondern ich lebe damit ganz gut. Ich lebe ganz gut damit, dass ich erstens weiß, dass es keine Neubildung der Haare für mich gibt (Regaine, die ganze Palette der Geldschneiderei durch), Perücke zum Absetzen keine Alternative, Haarteile nicht möglich wegen der Geheimratsecken, denn wenn der Wind weht, dann weht er auch ein Haarteil zurück, wohingegen eine verklebte Perücke das abdecken würde. Ich habe nicht resigniert, sondern akzeptiert und mache mir nichts mehr vor.

Alles Gute für Dich, auch für die Umschulung!

Pechmarie

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Wintersonne](#) on Wed, 28 Oct 2015 11:03:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke, Pechmarie, habe dir eine PM geschrieben.

Was ich interessant finde, dass du ja schon mal eine hattest und trotzdem sagst/fühlst, es sei eine Zumutung für dich und deine Umwelt ...

Ich schwanke wie ich dazu stehe.

Ich KANN mich ohne kaum im Spiegel anschauen ohne zu heulen. MIT ist okay, wenn ich gut drauf bin auch GUT. WENN ich alleine bin. Beim Arbeiten gehts ja auch. JE nach Branche! Ich bin zuvor, auch im Studium vor längerem, viel zu oft auf sehr negative Reaktionen gestossen - mir wurden Friseur Gutscheine geschenkt, Shampoos, Heiler empfohlen, ich habe mich eine zeitlang etwas näher in der 'Esoszene' bewegt, das war teilweise GANZ schrecklich, wie einem subtil die 'Schuld' an solchen Erkrankungen aufgeladen wird. Zunächst habe ich auch das geglaubt und mich teils intensiv damit befasst. War ja auch in Therapie. Hat durchaus an anderen Stellen was gebracht. Aber gerade diese psychosomatisch 'Schuld' - mit der in den meisten Bereichen der Esoterik auch herumgewedelt wird - mich widert das so an, dass ich inzwischen davon ABSTAND halte. Mit der Szene, den Büchern UND so denkenden Menschen.

Und ich beschäftige mich auch nicht mehr mit 'welche Form der Alopezie hast du denn nun genau?' - weil - hilft das in irgendeiner Weise, wenn man in 22 Jahren so gut wie alles, was es bis dato gab DURCH hat? Ich habe noch keine kostenpflichtigen Tests gemacht, ein Schilddrüsenspezialist sagte mir kürzlich, es gäbe inzwischen einen Test, wo man feststellen könnte, ob das genetisch sei, wenn alles sonst nichts helfe. Dann zahle ich dafür, ich glaub 85 EUR - und dann?

Okay, zurück zu Perücke:

wenn es denn nun nötig IST, fände ich ein nächstes Zeil von mir DIESE dann anzugehen, Finanzierung und Akzeptanz.

Ich meine, wenn zb jemand sein Bein oder Hand verliert, dann ist er halt AUCH gezwungen mit der Prothese zu leben. So beschissen auch DAS ist und einen das wohl sehr einschränkt, da käme aber selten jemand auf die Idee dem irgendeine 'Schuld' zuzuschreiben, das finde ich so perfide bei dem Thema. Oder bei Zahnersatz. Wie machen DIE das denn?

Ich möchte auch gerne wieder eine Beziehung haben - und ich kann mir AUCH NICHT vorstellen, die/eine Perücke nachts abzunehmen. Punkt. Da muss man es dann halt in Kauf nehmen, dass sie schneller verfilzt. ODER - zurück zum Thema Pragmatismus in den Details: so hatte ich das kurze Zeit gemacht als ich noch mit meinem Freund zusammen war, nachts auf eine andere, billigere (kurze) zurückzugreifen.

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...

Posted by [Blueray1970](#) on Wed, 28 Oct 2015 16:54:59 GMT

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

Zitat:@Wintersonne: Wir haben bereits 2013 PN's ausgetauscht, wie ich gerade feststellen konnte. Ich habe noch nie gehört, dass man in Vorkasse gehen muss und denke, das ist auch eine Sache, die man mit dem Haarstudio absprechen kann, wenn es sein muss. Ich wüsste auch nicht, warum die KK bei ALG2-Empfängern andere Leistungen erbringen sollte als bei Menschen, die einen Job haben. Mach Dich da doch mal richtig schlau. Meine neue Perücke, die ich erst mal in den Schrank verbannt habe, kostete knapp 1000 Euro, Die Kasse zahlte etwas über 900, ich den Rest.

In Vorkasse geht man nur bei Friseuren und anderen Studios die keine Berechtigung zur Direktabrechnung mit der Kasse haben. Das wurde mir vor kurzem in einer Haarpraxis erklärt, alle Studios und Haarpraxen die diese Zulassung und Zertifizierung haben verlangen keine Vorkasse, sondern rechnen direkt mit der Kasse ab und man trägt nur die Differenz. Der Höchstbetrag an Zuzahlung liegt bei Mitte 900 Euro und wird von den Ersatzkassen bei Vorlage eines gescheit ausgefüllten Rezepts auch so dazu bezahlt. Kassen wie die AOK und so ein paar andere wenige versuchen sich da gerne zu drücken und speisen die Leute mit weniger ab. So wurde mir das erklärt und das kann man auch nachlesen im Netz zb. hier <http://www.bvz-info.de/Endverbraucher/Krankenkassen/>

Ich war auch bei einem Friseur fragen und die wollen Vorbezahlung, machen einen Kostenvoranschlag und den soll man der Kasse einreichen. Genau das wollte man mit den neuen Richtlinien den Patienten ersparen, deshalb sollte man das vorher immer fragen wenn man über Haarsersatz nachdenkt. Deshalb denke ich das es mit Ebay und Co. zum Problem werden kann. Fakt ist, und das wurde mir schon mehrfach in den Studios gesagt, dass die Techniker Krankenkasse am wenigsten Probleme macht und das höchste an Zuzahlung leistet.

Zitat:Ich wüsste auch nicht, warum die KK bei ALG2-Empfängern andere Leistungen erbringen sollte als bei Menschen, die einen Job haben.[/quote]

Doch das ist so gesetzlich geregelt. Aber ich wiederhole es nochmal, in Bezug auf Zahnersatz ist

es so. Ob es bei Haarersatz auch greift, kann ich nicht sagen, wäre aber mal interessant zu wissen obs da nicht auch eine Möglichkeit gibt.

Das gilt nicht nur für ALG2 sondern für Menschen die unterhalb eines gewissen Einkommens liegen und somit in der Bedürftigkeit hängen. Das kann genauso gut auch ein Rentner oder sonst was sein. Aber so wie ich unsere Kassen kenne, ist die Härtefallregelung bestimmt ausgehebelt.

Und zu der psychosomatischen Schuld kann ich auch was sagen, die wurde mir in meiner psychosomatischen Reha im Sommer auch von meiner Bezugspsychologin "auferlegt" samt Unverständnis und abtun der Sache. Dieses Thema werde ich psychisch nie mehr ansprechen. Man Sorge für den Ausfall schließlich selber weil man ja so ist wie man ist. Mal frei übersetzt.

Gruß

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...

Posted by [Pechmarie](#) on Wed, 28 Oct 2015 19:08:29 GMT

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

Jana, ich fasse es nicht!!! Das hat tatsächlich jemand zu Dir gesagt, dazu noch eine Psychologin - das darf ja wohl nicht wahr sein.

Ich glaube, der hätte ich ein paar Takte erzählt und ihr überdies ein Familienfoto gezeigt, auf dem meine Eltern und ich zu sehen sind. Mein Vater mit seinen ausgeprägten Geheimratsecken, genau wie ich sie heute habe. Der Vater meiner Mutter hatte beizeiten Vollglatze, also ich habe es wohl von allen Seiten geerbt.

Aber ansonsten wüsste ich nicht, was ich selbst dazu beigetragen hätte !

Pechmarie

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...

Posted by [Blueray1970](#) on Thu, 29 Oct 2015 12:47:47 GMT

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

Ja Pechmarie, dass wurde mir so vermittelt. Und das in einer psychosomatischen Reha. Ich war fix und fertig, dass war ja nicht das einzige, da kamen ja noch andere Sachen dazu. Habe mehr wie einmal im verborgenen geheult. Deshalb ist das Thema für mich bei Psychologen gestorben.

Ich bin mir auch ziemlich sicher das es bei mir auch teilweise vererbt ist und die Pille gab mir halt den Rest.

LG

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Wintersonne](#) on Fri, 30 Oct 2015 18:22:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh ja. Auf eine sehr vergleichbare Weise wurde auch mir das in meiner ersten Therapie vermittelt. Das hat - im Nachhinein betrachtet (seinerzeit habe ich das ja noch versucht zu glauben) tiefe, tiefe Spuren hinterlassen.

Sie fragte mich beständig in verschiedensten Variationen, was denn meine Seele versucht über den Körper auszudrücken - das ging von 'zeigen, dass ich etwas besonderes sei' (nö, das würde ich gerne anders, DARAUF kann ich verzichten' - über 'mehr Profil zeigen' (wegen hoher Stirn) - nun, da war was dran. zu dem Zeitpunkt machte ich mich damals das erste mal selbständig - über (SIE fing da gerade eine Psychoanalytiker.Weiterbildung an) im kleinen 'Sie möchten (oder gerade NICHT) so sein wie Ihr Vater' (ach!) über im Großen 'Sie möchten das Erbe der Familie - 'jetzt kommts - erst 'annehmen' - dann 'ausschlagen' (wegen Ausfallen) - und als all das nicht wirklich bei mir auf fruchtbaren Boden traf: Das Thema 'Loslassen' generell und 'Angst vor Veränderung'. Ja, Bingo! (Irgendwann muss man ja /irgendeinen/ Zusammenhang und ein passendes Thema finden, ne?)

Inzwischen - auch weil ich zb gelernt habe, dass Nacken- und (JAHRELANGE!) Muskelschmerzen (an denen auch fleissig heruminterpretiert wurde und ja, auch da traf man ab und zu auf ein passendes Thema - und ich will nicht sagen, dass es immer /nur/ somatisch ist) mit verschiedensten erfolglosen Behandlungsmethoden erst so richtig und NACHHALTIG (jetzt seit knapp 4 Jahren) wegblieben, als ich meinen Magnesiumhaushalt massiv auffüllte - glaube ich, dass man schlicht auch einfach mal sagen muss "Shit happens". Nicht dass ich soweit wäre ...

Ist das nicht einen eigenen Thread wert?

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Karina](#) on Sun, 08 Nov 2015 19:41:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mädels,

ich habe beschlossen, zunächst Schadensbegrenzung zu betreiben:
Leider sehen die Haare, die ich noch habe, meist aus wie das Fell einer kranken Katze. Gerade jetzt in der Heizperiode sind sie staubtrocken, spröde und die ganz kurzen am Ansatz und am Wirbel stehen immer nach oben ab. Leider gibt es keine NK-Gelwaxe und ich mag einfach kein Silikon mehr an meine Haare lassen und unter den NK-Produkten gibt es nur so Zeug, was fest wird - mag ich so nicht, weil es so strähnig aussieht. Also bin ich auf die Suche nach einem NK-Leave-In gegangen und habe gleich 3 gefunden: "Ihre Klassiker Henna Balsam plus", Phyto 3 und Phyto 9. Ersteres ist ein Volltreffer - es versorgt meine Haare mit viel Feuchtigkeit und wirkt bei mir gleichzeitig noch fixierend, wird aber nicht so richtig fest. So ähnlich wie Schaumfestiger, nur eben eine Haarchreme. Ich verreihe immer nach dem Waschen einen erbsengroße Menge auf meinen Fingerspitzen und gehe damit dann durch die Haare, die dadurch leicht entwirrt und leicht kämmbar werden (so geht auch weniger aus). Dann kann ich meine handtuchtrockenen Haare mit einer Rundbürste so legen, wie ich sie haben will - durch die Haarchreme bleiben sie

dann auch so, wenn sie getrocknet sind. Wenn ich nun noch Sprühhaar zum Füllen der Löcher vorne und an den Seiten habe, kann ich mich - denke ich - erst mal wieder eine Weile ohne Perücke über Wasser halten. Dazu nehme ich nun seit gestern noch El Cranell. Ich erhoffe mir dadurch nichts, aber andererseits weiß ich auch, dass in meiner Familie der Haarausfall hormonell ist. Vielleicht hilft es ja doch ein kleines bisschen.

Wie ich zu dieser Entscheidung kam? Ich war am Wochenende in der Therme. Dort bin ich auch viel gerutscht und habe das sehr genossen. Als ich mit Karacho durch die Röhrenrutsche gefegt bin, kam mir der Gedanke, dass ich so was mit Perücke für immer und ewig vergessen kann. Mir wurde wieder einmal mehr bewusst, dass es bei mir immer darauf hinauslaufen wird, dass ich durch eine Perücke zwar einerseits an Lebensqualität dazu gewinnen, aber andererseits auch wiederum welche abgeben muss. Das ist dann unterm Strich eine Milchmädchenrechnung; ich bin eben ein Mensch, dessen Lebensstil nicht auf das Tragen einer Perücke ausgelegt ist und Haarersatz, der damit kompatibel ist, werde ich mir zumindest auf Dauer niemals leisten können.

Dann würde ich vielleicht doch erst noch einmal Regaine - allerdings diesmal den Schaum für Männer - ausprobieren. Dann muss ich auch nur 1x täglich schmieren - das wäre für mich vertretbar. Das würde ich aber nur machen, wenn ich für den Notfall doch eine Perücke daheim hätte, mit der ich mich auch einigermaßen wohl fühle, da bei meinem ersten und letzten Regaine-Versuch das Shedding sehr extrem war und ich mir sowas mittlerweile erst recht nicht mehr leisten kann. Ich habe bei wigsbuy eine wunderschöne Perücke gefunden. Hat da schon mal jemand bestellt und kann mir etwas dazu sagen? Da kommt doch bestimmt noch Zoll drauf, oder? Ich habe keine Ahnung, wo die sitzen... Ansonsten würden mir Informationen weiterhelfen, wo ich Lace-Wigs (Front-Lace reicht erstmal, weil ich nicht komplett alles abrasieren möchte) mit einer geringen Density beziehen kann - ich bräuchte höchstens 80%; alles Andere würde bei mir extremst künstlich aussehen. Und nein, ich möchte mich NICHT fachmännisch vor Ort von einem Haarstudio beraten lassen. Die Erfahrungen, die ich hier gelesen habe, haben mir gereicht und außerdem bin ich noch nicht so weit. Ich bräuchte ja die Perücke erst mal nur für den Notfall und da muss ich nicht gleich das volle Programm fahren.

Die beiden Phyto-Haarchremes sind im Übrigen wesentlich teurer aber zumindest für meine Haare von der Wirkung her nicht halb so gut wie der Henna Plus Balsam - sie machen die Haare viiiieel zu leicht und weich! Ich habe auch mal das Phyto-Volumenshampoo und -Spray getestet, aber beides war ein Reinfluss bei mir. Ich denke, die Phyto-Produkte eignen sich eher als Luxus-Pflege für gesundes Haar, aber weniger für "Problemfälle" wie uns hier. Ich werde sie also in meinem Freundeskreis weitergeben.

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Blueray1970](#) on Mon, 09 Nov 2015 11:29:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Karina,
Ich kann dich voll und ganz verstehen. So richtig vorstellen kann ich mir auch nicht, dass die Haarteile alles mitmachen sollen. Das wird zwar immer so gesagt, aber ich denke das man da seine Erfahrungen machen muss. Wenn die Dinger nicht so teuer wären, könnte man das ja

auch versuchen, aber nicht für solche Preise.

Ich behelfe mich so lange es geht mit Toppik und selbst das nervt mich schon, gebe ich ehrlich zu.

Habe mir wigsbuy mal angesehen und ich finde auch das die schöne Wigs anbieten und vom Preis auch ok. Da kommt mit Sicherheit noch Zoll usw drauf, aber wenn ich mir die Wig die mir gefällt angucke, die kostet um die 250 Dollar und selbst wenn da noch was drauf kommt, wäre es immer noch billig. Obs halt was taugt, muss man wohl auch ausprobieren.

Mir hat in einem anderen Forum eine Dame die viel Wigs trägt und kauft noch RPGShow und Bestlacewig empfohlen, sie ist mit beiden Anbietern zufrieden. Wird wohl ähnlich sein wie bei wigsbuy. Bestellt habe ich selber noch nie, kann also nichts dazu sagen. Reizen würde mich so ein Teil auch.

Viele Grüße
Jana

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Karina](#) on Mon, 09 Nov 2015 19:25:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Jana & alle Anderen,

ich habe jetzt erfahren, dass es als Frau gar nicht so aussichtslos ist an Finasterid heranzukommen, wie ich dachte... Deswegen werde ich erst mal versuchen, das ganze Perücken-Gedöns zu vergessen und mich auf eine Finasterid-Eigenmedikation konzentrieren... Das Einzige, was bei Frauen dagegen spricht, ist ja das Schwangerschaftsrisiko und das hat man als Frau zumindest zum Großteil selbst in der Hand. Und ganz ehrlich: Mich hat es nie gedrängt Kinder zu bekommen und ich bin nun schon fast 37! Das Leben hat einfach zu viele Vorteile ohne Kinder! Und wenn ich dann noch meine Haare behalten kann, dann umso mehr... Für mich ist es also nicht tragisch meine Familienplanung zu den Akten zu legen, da ich einfach diesen Kinderwunsch nicht habe... Vielleicht ist Fin für mich die Lösung.

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...
Posted by [Blueray1970](#) on Tue, 10 Nov 2015 22:08:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
wie soll das gehen mit dem Fin? Wo das Rezept hernehmen? Ich verstehe eh nicht, wieso man da so ein Terz macht, ich bin jetzt 45 und Kinder will ich jetzt auch keine mehr ... also von daher gesehen sollte man den Frauen schon selber die Entscheidung überlassen ...

Subject: Aw: Perücke, Alltag, Lebensqualität...

Posted by [Pechmarie](#) on Wed, 11 Nov 2015 06:14:44 GMT

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

Wenn man einmal in Sachen Finasterid und Kontraindikationen recherchiert, dann wird man bald herausfinden, dass es nicht gerade gesund ist und das nicht nur mit Schwangerschaft und Kinderwunsch zu tun hat. Fatal finde ich auch, dass man es genau wie Regaine dauerhaft anwenden muss, damit es wirkt. Auch Regaine ist durchaus nicht harmlos, wie mein Hautarzt mir vor Jahren erklärte. Doch muss jeder selbst wissen, ob er zugunsten der Haare seine Gesundheit aufs Spiel setzt oder nicht.

Gestern bekam nun meine Perücke endlich eine Frisur. Ich trug sie dann hinten zusammengebunden wie sonst meine eigenen Haare, allerdings hatte ich mir einen Pony schneiden lassen, was bei meinen Haaren nicht mehr möglich ist mangels Fülle. Es hat mich niemand schräg angeschaut, sie hat auch dem Wind standgehalten. Von Weitem okay, auf Fotos wohl auch, aber für mich ist es keine Alternative. Dieser "Wirbel" oben stört mich gewaltig, auch wenn die Lace Kopfhaut vortäuschen soll. Dazu die Clips, die hineingenäht wurden! Die Eigenbefestigung fällt mir nicht leicht, beim Absetzen reiße ich mir weitere Haare aus, fürchterlich. Wenn ich sie offen trage, erkennt man für meine Begriffe schon von Weitem, dass ich mich mit fremden Federn schmücke. Nein, das ist nichts für mich.

Auch ich bin häufig auf den Seiten von wigsbuy, habe auch schon mit denen korrespondiert. Vielleicht bestelle ich mir dort noch eine, die keine 950 Euro kostet und vielleicht etwas kürzer besser aussieht, aber viel Hoffnung habe ich nicht. So langsam ist mir völlig klar, dass ich mich mit meinen verbliebenen Haaren anfreunden muss. Es lässt sich einfach nichts erzwingen.

Dann schickte ich an eine Freundin ein Foto mit Perücke. Sie schrieb zurück, dass sie mich "ohne" genauso mag, und das hat mich sehr gefreut.

Pechmarie
