
Subject: Erster Versuch meine Geschichte loszuwerden + Laborwerte

Posted by [WeisseBlume](#) on Wed, 18 Nov 2015 18:27:15 GMT

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

Hallo alle zusammen

Das ist meine erste "öffentliche" Bekenntnis zu meinem Haarausfallproblem und trotz der Anonymität irgendwie schwer...

Ich bin 25 und leide seit 3 Jahren unter Haarausfall.

Im Sommer 2012 fiel mir zum ersten mal auf, dass ich bei direkter Sonnenbestrahlung meine Kopfhaut sehen konnte, was ich vorher nie kannte.

Wenige Monate vor diesem ersten Erlebnis hatte ich die Pille (Juliette) bekommen.. Aus Angst, es könnte von der Pille kommen, setzte ich diese sofort ab.

Der Haarausfall blieb aber auch ein halbes Jahr später nicht aus, ich lies mich von einer neuen Gyn zu einer weitem Pille bequatschen (Maxim) und merkte

nach 9 Monaten der Einnahme zum ersten Mal einen Stopp in Sachen HA. Ich war überglücklich. Nach der Dusche vielleicht 2(!) Haare in der Bürste. Traumhaft.

Zwei Wochen nach dieser Feststellung hatte ich dann entweder (ist bis heute nicht ganz klar)

Migräne mit Aura oder eine "zelebrale Thrombose" womit die Maxim und jede

andere Pille für immer vom Tisch waren (Bin nun seit über 18 Monaten Pillenfrei). Ich hatte

fürchterliche Angst nach absetzen wieder schlimmen HA zu bekommen. Den bekam ich auch.

Nach dem Erlebnis schleppte ich mich dann endlich zum Endo und ließ mich Untersuchen.

Gerinnung, Hormone, Schilddrüse, alles abgeklappert. PCO, leichte Inusilinresistenz und SD-Unterfunktion wurden festgestellt

Bezüglich der SD bin ich seit Anfang diesen Jahres gut eingestellt

FT3 3,2 pg/ml (2,00-4,40)

FT4 11,4 pg/ml (9,3-17,0)

TSH basal 1,52 mIU/l (0,27-2,5)

Nehme L-Thyrox Henning 0,5 und 0,25 jeweils im Wechsel seit Februar und fühle mich damit gut.

Der Haarausfall wurde, wenn überhaupt, aber nur negativ dadurch beeinflusst.

Metformin nahm ich ein halbes Jahr ohne Kinderwunsch, hab 8 Kilo abgenommen und war gefühlte 20 mal in der Einnahmephase Erkältet/mit Grippe im Bett.

HA blieb unverändert (was ja zu erwarten war bei Met) und so beschloss ich es wieder abzusetzen, weil ich keinen Sinn mehr darin sah.

Letzer Hormontermin beim Endo (ich hatte inzwischen die verloren Pfunde wieder wunderbar auf den Hüften zurück): "Ja, Ihr Testosteron ist ja wunderbar gesunken, aber das DHT ist zu hoch, sie müssen abnehmen."

DHEAS 5,1 yg/dl Norm 98,8 - 340,0

SHBG 59,7 nmol/l Norm 32,4 - 128

Estradiol 47,5 pg/ml Norm 12,5 - 498,0

Progesteron 1,7 ng/ml Norm 0,5 - 81,2

FSH 4,1 mIE/ml

LH 6,1

Testosteron 0,41 ng/ml Norm 0,08 - 0,48

F.Androgenindex 2,4 Norm 0 - 3,5
Dihydrotesto. 451,1 pg/ml Norm 24 - 368

Vielleicht noch ein (12 Monate alter) Cortisol Wert von 208,6 ng/ml bei Norm von 24,7 - 195 interessant?

DHEAS und Cortisol finde ich schon seltsam von den Werten, kann mir das aber alles nicht so richtig erklären?!

Habe die Werte erst nach dem Gespräch mit der Ärztin bekommen und muss jetzt auf einen neuen Termin warten um sie nach ihrer Meinung zu fragen.

Lange Rede kurzer Sinn: Ich verzweifel langsam an meinem lichten Oberkopf und möchte endlich mal ernst genommen werden

Kann mir irgendjemand irgendein Stöckchen zuwerfen, dass mir eine Perspektive eröffnet das sich doch noch alles bessert und der Ursprung der ganzen Misere behandelt werden kann?

Ich danke euch im Voraus über jede Antwort!

Subject: Aw: Erster Versuch meine Geschichte loszuwerden + Laborwerte
Posted by [Pfankuchen](#) on Wed, 18 Nov 2015 19:18:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Hier wirst du ernst genommen
Und klar wird das alles besser, musst nur dran bleiben!

Ohje Migräne und Thrombose... Na gut, dass du das Ding nimmer nimmst.

Schön, dass du alles abgeklappert hast und gleich so viele Blutwerte hier anbringst

Also: Wechseldosen bei LT sind nicht wirklich gut; versuche lieber zu splitten, das ist viel besser!
Deine SD ist nicht wirklich gut eingestellt, dein TSH ist für eine LT-Einnahme zu hoch und dein ft4 zu niedrig, also: mehr LT!

Die Hormone sehen ähnlich wie meine aus... ganz schöner Mist.

Das Testosteron ist auch grenzwertig hoch; DHT ja.. furchtbar! Schöner Progesteronmangel... herje, da ist ja viel am Brennen.

Gegen DHT hilft: Progesteron = zwei Fliegen mit einer Klappe. Progesteronmangel kann auch Haarausfall verursachen!

DHEA-S niedrig und Cortisol hoch.. hmm.. deine Nebennieren müssten mal untersucht werden, nicht dass die kurz vorm Zusammenklappen sind.. da kenne ich mich aber leider nicht aus.

Wie sieht dein Vitamin- und Mineralhaushalt so aus? Mit SD Problemen hat man ja auch gerne mal da Probleme... also Eisen, Zink, B12, Vit D z.B.

LG!

Subject: Aw: Erster Versuch meine Geschichte loszuwerden + Laborwerte
Posted by [WeisseBlume](#) on Wed, 18 Nov 2015 19:29:10 GMT

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

Hallo Pfannkuchen

Das mag jetzt etwas überemotional wirken, aber als ich deine Antwort gelesen habe ist mir tatsächlich eine kleine Träne runtergelaufen. Vielen Dank, dass du dir die Zeit genommen hast. Dieser ganze Informationsdschungel im Internet kann manchmal sehr überfordernd sein. Thema Schilddrüse würde ich auf jeden Fall nochmal mit einem anderen Arzt durchsprechen... Meine Antikörper sind alle ziemlich hoch, was wohl auf Hashi deutet(?) aber davon hörte ich beim Endo nie etwas... die Hausärztin hatte direkt den Verdacht und wird demnächst mit den Werten "beglückt".

In Sachen Progesteron und Sexualhormone muss ich mir noch überlegen, welchen anderen Arzt ich da zu Rate ziehen könnte :/

Wie ergeht es dir denn derzeit, wenn du ähnliche Hormonverhältnisse hast?

Vielen Dank und Grüße

Edit: Vitamin D, B12, Eisen etc. scheint alles gut, wobei Eisen im untersten Normbereich liegt...

Subject: Aw: Erster Versuch meine Geschichte loszuwerden + Laborwerte
Posted by [Pfannkuchen](#) on Wed, 18 Nov 2015 20:15:10 GMT

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

Hallöchen

Och du arme, lass dich mal drücken!!
Japp man sucht sich dumm und dämlich im Internet.

Ich weiß ehrlich nicht, ob du mit der SD groß zu den Ärzten rennen brauchst; wir Hashis dosieren uns grne selbst (bin auch eine), weil die Ärzte nur den TSH betrachten und die freien Werte außen vor lassen... Wobei den TSh mit LT immer noch zu hoch ist!! Der sollte max. bei 1 liegen, eher drunter. Das würde heißen Mehr LT, was auch gleichzeitig deine ft4 hochpusht, dahin, wo er hingehört.

Am allerbesten wäre es, wenn du dir einen Arzt suchst, der mit bioidentischen Hormonen arbeitet; die haben echt viel mehr Ahnung als "normale" Ärzte.

Mir geht's haartecnisch ok, Haarausfall liegt bei 30-40 Haaren a Tag, also ok. Aber ich habe grade

viel anderer Scheiß, der echt nervt (kann nicht durchschlafen, bin aggressiv und launisch, kann mich nicht konzentrieren). Ich hab hier einen eigenen Thread, kannst gerne mal stöbern, wenns dich interessiert

Ich schmiere seit 6 Monaten Progesteron, aber es will einfach nicht so anschlagen; erst schoss es ins Östradiol, jetzt ins Testosteron; DHT habe ich noch nie gemessen bekommen, leider, würde mich auch interessieren; aber egal: ich muss halt noch mehr Prog schmieren..

Kannst du da Werte posten oder weißt du, dass die ok sind; de Ärzte finden leider vieles ok, was es aber nicht ist.

Eisenmangel macht auch Haarausfall, wusstest du das?

LG

Subject: Aw: Erster Versuch meine Geschichte loszuwerden + Laborwerte
Posted by [WeisseBlume](#) on Thu, 19 Nov 2015 20:06:35 GMT

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

Danke dir Pfannkuchen

deinen Thread schaue ich mir nachher an, scheint mir sehr interessant zu sein!

Die SD werde ich wohl mal auf 50 testen statt 25/50 im Wechsel und schauen was so passiert. Mit der Kontrolle davon sollte ja sogar die Hausärztin klar kommen

Thema bioidentische Hormone finde ich super interessant, in meiner Region finde ich da aber nur Privatpraxen, muss mich mal informieren was dort für Kosten auf mich zukommen würden..

30-40 klingt doch wirklich toll, aber die anderen Beschwerden nicht gerade so schön.. Stelle ich mir

anstrengend vor, wenn ich so darüber nachdenke.

Was meinst du damit, dass das Progesteron in das Testo schoss? Hat es den Testosteronwert erhöht?

Hier meine aktuellsten Werte bezüglich Vitamine und Mineralien (sofern ich sie mit den Kürzeln richtig identifiziere)

25-Hydr.Vit.D: 39,9 nmol/l Norm: 13,2 - 118

Ferritin: 35,5 ng/ml Norm: 15 - 150

Kreatinin: 0,63 mg/dl Norm: 0,5 - 0,9

Vitamin B12: 381 pg/ml Norm: 197 - 771

Eisen ist bestimmt zu wenig? Womit verbessert man das am besten?

Viele liebe Grüße

Subject: Aw: Erster Versuch meine Geschichte loszuwerden + Laborwerte
Posted by [Pfannkuchen](#) on Thu, 19 Nov 2015 22:46:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallöle

Bist du im hashi Forum? Wenn nein, würde ich mich an deiner Stelle da auch mal anmelden, die kennen sich richtig gut mit der richtigen Einstellung aus! Hier sind aber auch ein paar Expertinnen

Wie gesagt: Wechseldosen sind nicht optimal, splitten wäre viel besser. Ja nimm immer mal 50; wobei 50 echt nur ne Einsteigerdosis ist; ich nehme z.B. mittlerweile 150 + extra T3, weil die Umwandlung nicht mehr funktionierte, also von ft4 in ft3; ich weiß nicht, wie sehr du dich da so auskennst....?

Ja bioidentische Hormone gibts gaaaaaaanaanz selten von "normalen" Ärzten... das ist leider meist privat Die Beratung kann umsonst sein, weil es ja eh niedergelassene Ärzte meist sind, manchmal aber auch nicht; in der Regel so 70-80€ Beratung + Hormonstatus (ca. 150€) + die Hormone (Prog 10% kosten ca 50€ für 3-4 Monate).

Ja, die anderen Beschwerden sind ehrlich zum Kotzen grade, aber was solls, ich schmiere dagegen an Die Haare machen aber auch nicht 100ig mit, grade beim Waschen sind es wieder immens mehr... muss ich leider durch, bringt ja nix, der Horrorhaarausfall von 200-400 ist vorbei und das ist wichtig.

Ja, Progesteron ist ein Vorhormon, d.h. aus ihm werden die anderen (mal so einfach formuliert). Dann gibt es ein paar Enzyme die verhindern, dass es z.B. zu Östradiol wird, dann schießt es aber mehr ins Testosteron... wie die Hormonschienen laufen (also welches aus welchem wird.. das hab ich noch nicht so überblickt, aber da bekomm ich im Januar Nachhilfe und stell das bei Bedarf auch gerne hier rein).

Progesteron wirkt trotzdem antiandrogen; was man da aber akut machen kann Mehr Prog halt, das muss hoch und dann muss man weiter sehen.

So zu deinen Vitaminen und Mineralien:

Also ok finde ich keines davon, sorry...

Vit D: in einer andere, bessere Einheit gerechnet wäre das: 16,00 und das ist richtig schlecht (<http://www.melz.eu/index.php/formeln/vitamin-d-substituierung>, hier kannst mal nachschauen), Zielwert ist mind. 50!! Aber das ist schnell gefüllt.

Ferritin: Oh ja, viiiiiieeel zu wenig; bitte schnellstmöglich auffüllen; ich empfehle Infusionen (leider meist auch privat, aber lohnt sich jeden Cent!) oder Tabletten, da würde ich meine pflanzlichen nehmen, die wirken sehr gut und gehen nicht auf Magen oder Darm (MoFerrin21 aus Österreich, leider ein wenig teuer....)

Kreatinin... dazu kann ich gar nix sagen; ist n Nierenwert oder?....

B12 kann auch gerne höher, ich merke zum Glück, wann ich wieder brauche.. aber gegen nervenschäden vorzubeugen sollte der Wert doch etwas höher; aber schlecht ist er auf keinen Fall! Da gibts unterschiedliche Meinungen, ich hab die Vitamine eben sehr gerne oben

LG!
