
Subject: Endlich eine Lösung??

Posted by [HaareSindDoof](#) on Sat, 05 Dec 2015 19:38:25 GMT

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

Hallo alle zusammen!!!

Ich will es kurz machen:

Dieser sch***** Haarausfall bestimmt fast mein ganzes Leben...und das seit ich 18 bin...jetzt bin ich 30...

Es fing langsam an..damals machte ich mir zwar schon Gedanken,aber ließ mich von den Ärzten mit Pille, Kieselerde und Regaine abspeisen..und ach ja: Dem niedrigen Eisenwert.....nichts half....irgendwann ignorierte ich den Ausfall, weil ich ja nicht merklich weniger Haare hatte und man auch von aussen nix sah....mit 23 ging es dann nochmal offensichtlicher los...aber irgendwie (worauf ich ja heute schon etwas stolz bin) hat sich das nicht negativ auf mein Leben ausgewirkt. Damals zählte ich noch nicht jedes ausgefallene Haar und stand jeden Tag gefühlte 100mal vor dem Spiegel,um den Haarstatus aus allen Perspektiven zu checken. Mit 27 ließ ich mir die Haare dann mal kurz schneiden (inzwischen ging der Haarausfall wohl weiter, was man aber bei offen getragenen Haaren in der Längenicht unbedingt bemerkt hat, wenn man nicht den kompletten Tag damit verbringt, sich durch die Haare zu fahren und erst aufhören kann, wenn beim dritten Durchfahren immer noch kein Haar in der Hand war) Es hat sich schon zu einem echten Zwang entwickelt.Mit 29 wurde es dann extrem. Die Haare waren etwas länger und ich bekam einen Schock,als ich mir einen Zopf machen wollte und ich nicht mal mehr einen Seitenscheitel machen konnte.Die Haar waren nämlich im Stirnbereich viel zu dünn.Die Ursachenforshung und der Ärztemarathon begann also von vorne. Es wurde alles gecheckt....ihr wisst ja wahrscheinlich, was man alles so testen kann und was dann trotzdem nichts damit zu tun hat.

Naja jedenfalls war ich fast schon depressiv und ging auch kaum mehr weg. Ich hätte den ganzen Tag nur noch kotzen können...die Pille setzte ich auch ab (Maxim) nachdem sie nach 6 Monaten keinerlei Erfolg brachte. Der Ausfall wurde aber auch nicht schlimmer...er blieb immer gleich stark

doch dann wurde ich schwanger: Zuerst fielen die blöden Haare etwa mehr(hab sie da nicht regelmäßig gezählt..nur gesammelt,um anhand der Busch-Größe dann das Ausmaß meiner schlechten Stimmung zu regeln. Im vierten Monat jedoch wuchs scheinbar ALLES was ich je an Haaren verloren hatte, wieder nach..und zwar schöner und glänzender als je zuvor.Ich hatte einen richtigen Busch auf den Kopf. Haare waschen und stylen machte wieder Spaß und ich vergaß für die restlichen Monate der Schwangerschaft meinen ganzen vorherigen Kummer. DAS ALLES sagte mir: Meine Haare können ja scheinbar noch wachsen (auch aus den Wurzeln,wo vorher alles rausfiel) ich müsste nur rauskriegen, was sie dazu bringt, um es ihnen nach de Schwangerschaft (künstlich) wieder zuführen zu können)Also ließ ich während der Schwangerschaft meine Hormone checken ,um rauszubekommen wie der Status sein muss, der die Haare auf meinem Kopf lässt und nicht in der Bürste. Zum Vergleich ließ ich die Hormone auch nach der Entbindung checken (als Vergleich inwiefern sich welches Hormon verändert hat), denn da fingen sie ja wieder an auszufallen.Man hatte mich zwar vor einem verstärkten Ausfall gewarnt....aber DER übertraf alle Erwartungen! Mit dem Tag der Entbindung fing es an...und in dieser Zeit, wo man vor Glück über das kleine Baby gar nicht

weiß, wo einem der Kopf steht,verlor ich in drei Monaten fast die Hälfte meiner Haare (als Beweis habe ich sie aufgehoben.Ein riesengroßer Haarball,denn man mit beiden Händen halten muss)Es war so schrecklich,dass ich mich kaum noch unter die Dusche traute und am liebsten nur noch geheult hätte.Der Stirnbereich war fast kahl und ich hatte auch keinerlei Hoffnung, dass da jemals noch was wachsen sollte...auch Monate später hörte es nicht auf.Es fielen zwar minimal weniger aus (bei 200 hörte ich auf zu zählen) aber es war ja auch kaum noch was da. Also fing ich in meiner Not mit der Pille "Neo Eunomin" an....ohne Erfolg.ich wartete zwei Zyklen und erinnerte mich dann an die Worte meines Hausarztes: "Die Pille ist nichts anderes, als eine künstliche Schwangerschaft für den Körper"... "So",dachte ich "mein Körper du alter A****ich kann ja nicht den Rest meines Lebens schwanger sein,nur um meine Haare nicht zu verlieren...also kam ich auf die Idee,dass der Körper ja nur dann denken kann, er wäre schwanger, wenn er auch keine Periode mehr bekommt und dies erreicht man ja, indem man die Pille durchnimmt.Die Neo Eunomin ist zwar ein Zwei-Phasen-Pille, aber ich nahm dann über ca 3-4 Monate die zweite Phase durch. Nach ca 8-9 wochen (also vier wochen nach dem Übergehen der ersten Periode) fühlten sich die Haare plötzlich wieder kraftvoller an. Der Ausfall ging ganz langsam auf akzeptable 60-80 Haare am Tag zurück (Klar ,den Schwangerschaftsstatus erreichen zu wollen, wäre unmöglich .Da spielen ja auch noch ganz andere Hormone mit) aber ich konnte mich endlich wieder auf das Leben konzentrieren und nicht nur auf das Haare zählen. Es ist schon verdammt hart, sich als junge Mama über den Tag hinweg, wenn der Kleine wach ist,nichts anmerken zu lassen.Da ist man zwar die ganze Zeit mit seinem süßen kleinen Knubbel beschäftigt,aber in jeder ruhigen Minute drehen sich die Gedanken wieder um die blöden Haare.

Jedenfalls fielen zwar immer noch genug Haare aus...aber trotzdem konnte ich gut damit Leben. Da die Neo Eunomin allerdings hoch dosiert ist,wusste ich auch, dass ich sie ja nicht ewig durchnehmen konnte.Ich setzte dann nach den paar Monaten für 6 Tage aus.In dieser Zeit kam auch ganz normal meine Regel und ich hoffte,dass die paar Tage Pause meinen blöden Haaren schon nichts ausmachen würden.....das DACHTE ich auch nur. Pünktlich nach dem vierten Tag fielen sie wieder aus wie bescheuert..waren nur noch fettig,ekelig,schwach,kraftlos und lose....meine Laune war im Keller und alles war einfach nur zum kot*en. Für mich war klar: Wenn ich meine Haare behalten will,brauche ich scheinbar einen konstanten Hormonpegel und dieser lässt sich eben nur durch konstante Hormonzufuhr herstellen.Übrigens hatte ich in der Zeit des Durchnehmens auch keine Stimmungsschwankungen oder migräne wie sonst. Jetzt aktuell nehme ich sie wieder seit ca 8 Wochen und es wird laaaaangsam etwas besser. Aber was bringt es, wenn ich die Pille regulär nehme,mir in der Pillenpause wieder alles anfängt auszufallen und es dann erst wieder 8 Wochen Durchnehmen braucht, damit es langsam wieder besser wird...ich weiß nicht, wie das noch weiter gehen soll.Jetzt habe ich erstmal vor,sie ein halbes Jahr durchzunehmen, was ich danach mache....keine Ahnung...mit graut es aber schon vor dem nächsten Absetzen,zumal in ein bis zwei Jahren nochmal Nachwuchs geplant ist..Mein Körper bekommt seine Periode und BÄÄÄÄÄM alles fällt wieder aus,

Jetzt ist es doch so ein langer Text geworden,aber es hat gut getan,sich den ganzen Mist mal von der Seele zu schreiben

Subject: Aw: Endlich eine Lösung??

Posted by [greeneyesbln](#) on Sun, 06 Dec 2015 18:39:50 GMT

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

Wenn ich mir Deinen Text so durchlese, könnte er original von mir stammen! Ich kann dich wirklich sehr gut verstehen. Seitdem ich 23 bin, ärgere ich mich mit dem Haarausfall rum. Erstmals letztes Jahr in der Schwangerschaft hatte ich wieder "normale" Haare. Es war ein Traum... der leider 3 Monate nach der Geburt mit einem Supergau endete. Man wird zwar von allen gewarnt und man versucht sich bestens darauf einzustellen, aber was da an Haaren runterkommt, ist sehr schwer zu verkraften. Ich weiß genau was du meinst: man hat diese kleine Wunder auf die Welt gebracht und dennoch wird alles von diesen schei** Haaren bestimmt. Es verlangt sehr viel von einem ab mit dem Haarproblem umgehen zu können.

Meine Kleine ist jetzt 10 Monate. Der HA dauerte bei mir 4 Monate an. Dann hörte er von alleine auf (was ich mir nicht vorstellen konnte...). Ich habe viel Neuwuchs, aber bei weitem nicht mehr den Status wie vor der Schwangerschaft. Das ganze Haar ist sehr licht. Die Pille nehme ich nicht mehr. Ich möchte jetzt erstmal schauen wie mein Haar sich ohne Pille regeneriert und wir wollen im Frühjahr für das zweite Kind üben. Ich freue mich sehr darauf, noch einmal (vermutlich das letzte Mal in meinem Leben) volles Haar zu haben. Aber vor der Zeit danach habe ich wieder sehr viel Angst.

Leider kann ich dir keinen Rat bezüglich deinem Problem mit der Pille durchnehmen geben. Aber ich wollte dir sagen, dass ich ganz genau verstehe, wie du dich fühlst!

Subject: Aw: Endlich eine Lösung??

Posted by [HaareSindDoof](#) on Mon, 07 Dec 2015 10:14:55 GMT

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

Wenn dieser Mist doch nur endlich ein Ende hätte...oder wenn man wüsste,wie man am Ende aussieht,bzw. was das Endstadium ist...dann wüsste ich wenigstens,ob ich die schei** Haare einfach jetzt schon abrasiere oder ob man bis zum Tode noch einigermaßen mit den Flusen leben kann....ich finde es einfach nur schrecklich, dass sich jeder Tag nur darum dreht.Manchmal denke ich mir: wenn sie einfach komplett weg wären,dann würde man sich irgendwann damit abfinden aber hat nicht mehr diesen Stress jeden Tag ein bißchen mehr zu verlieren. Hat irgendwer Tipps zum Thema Haareratz? Wie lebt es sich damit? Sieht man es dolle? Ein Haarteil habe ich zwar auch schon, aber habe es ausser an dem Tag, als ich es vom Frisör bekam,nicht mehr getragen.Ich fühle mich so unwohl damit und habe angst, dass es jedem auffällt

Subject: Aw: Endlich eine Lösung??

Posted by [Blueray1970](#) on Tue, 08 Dec 2015 10:24:26 GMT

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

Was sagt denn dein Arzt dazu das du die Pille einfach so durchnimmst? Der muss das doch merken, du musst doch zur halbjährlichen Kontrolle? Sorry das ich das so frage, aber meine Ärztin hätte mir da kein Rezept mehr gegeben, bin ich mir sicher.

Ich habe über 20 Jahre die Maxim genommen, die letzten Jahre auch im Langzeitzyklus, also durchgenommen. Allerdings ist die Maxim dafür auch geeignet. Das bringt für den Ausfall überhaupt nix, im Gegenteil es fördert, ich würde die Hormone nie mehr nehmen. Les dich mal hier im Forum durch die Pillenbeiträge, da findest du allerhand dazu.

Warst du schon bei einem Endokrinologen? Alle Werte gecheckt? Schilddrüse etc?

Grüße

Subject: Aw: Endlich eine Lösung??

Posted by [HaareSindDoof](#) on Tue, 08 Dec 2015 10:59:01 GMT

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

Ja, mit den Werten war immer alles ok. Bis auf das Eisen. Da nehme ich aber schon seit längerem Tabletten und ich weiß auch, dass es damit nichts zu tun hat.

Mein Frauenarzt sagte nur, ich solle aufpassen, wenn meine Beine anfangen weh zu tun. Ansonsten mache ich das auf eigene Regie hin mit dem Durchnehmen. Wenn die Blutung nicht jeden Monat kommt, habe ich auch nicht ständig diese Kopfschmerzen und Stimmungsschwankungen. Mir geht es so eigentlich besser.... bis auf die Haare.. gestern mal wieder 250... Heute morgen kämmen-waschen-kämmen Ca 70.. aber der Tag ist ja noch lang. obendrauf und an der Stirn ist nicht mehr viel... an den Schläfen kann ich locker 4-5 von den kurzen haaren auf einmal rausziehen... mich kotzt das alles einfach nur an.... würde sie am liebsten abrasieren und verbrennen... aber dafür sind es wiederum noch zu viele.... nix halbes und nix ganzes...
