

---

Subject: Hilfe bitte ...

Posted by [Madl](#) on Mon, 15 Feb 2016 10:27:15 GMT

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

---

Hallo liebe Schwarmintelligenz,

ich hoffe ich darf euch mal um eure Hilfe bitten. Folgendes:

Eine mir sehr sehr wichtige Freundin hat mir gebeichtet dass sie ihren Haarausfall seit einiger Zeit gar nicht mehr unter Kontrolle hat. Sie wird wohl künftig ein Haarteil tragen müssen. Sie ist psychisch total am Ende.

Bisher weiß sie auch nicht woher der Haarausfall kommt (hat sie schon lange wurde nach der Geburt der Tochter vor 5 Jahren aber viel schlimmer). Der Hormonspiegel, den die Frauenärztin gemacht hat, ist völlig in Ordnung. Ich weiß dass sie auch einen sehr sehr unregelmäßigen Zyklus hat. Ich möchte sie sehr gerne unterstützen indem ich ihr Wege aufzeige, die sie noch gehen kann um die Ursache zu finden. Sie ist so verunsichert wegen der Kosten und der mangelnden Information durch bisherige Ärzte dass sie kurz vorm Aufgeben ist obwohl sie ja noch nicht einmal weiß woher es kommt.

Daher möchte ich euch einfach um Ratschläge bitten

- wo ich mich informieren kann
- welche Untersuchungen bei euch zu Ergebnissen geführt haben
- welche alternative Medizin vielleicht geholfen hat
- welche Ärzte ihr in Süddeutschland empfehlen könnt
- und alles was ihr sonst noch denkt, was mir für sie helfen kann

Vielen Dank & einen tollen Start in die Woche euch allen!

---

---

Subject: Aw: Hilfe bitte ...

Posted by [Toppik](#) on Tue, 16 Feb 2016 12:52:04 GMT

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

---

Das ist ein sehr komplexes und schwieriges Thema. Also ersteinmal: Die Untersuchungen bei den Ärzten werden natürlich von den Krankenkassen abgedeckt. Frauenarzt und Hormone abchecken ist der erste richtige Schritt. Besonders wenn der Zyklus unregelmäßig ist. Dann der Hausarzt. Kommt noch Müdigkeit oder Gewichtsschwankungen hinzu? Dann könnte es die Schilddrüse sein. Aber auch Niere und Leber werden bei einer Blutuntersuchung gescheckt. Genauso wie die üblichen Verdächtigen: Eisenmangel, Zink-/Biotinmangel etc.

Hautarzt ist auch immer sinnvoll. Es gibt Pilzerkrankungen, die sich durch Haarausfall bemerkbar machen. Der Hautarzt kann das gut sehen und wird auch den Haarstatus beurteilen.

Manche haben auch wegen psychischer Probleme, Streß, Haarausfall. Mal in sich hören, ob das ein Grund sein könnte....

Und dann kommt das weitere Vorgehen auf die Diagnose an.  
Wird etwas gefunden oder nicht. Wird etwas ganz konkretes gefunden, kann man es behandeln lassen. Ob die Haare wieder kommen, wird man nicht sagen können.

Aber: Haarausfall ist nicht immer eine Krankheit. Es kann das Symptom einer Krankheit (wie Schilddrüse) sein, aber es muss nicht. Es kann auch an der Genetik liegen. Das das Haar empfindlich auf Hormonschwankungen (die normal sind im Leben einer Frau) reagiert. Bei mir ist das so. Und ab da stellt sich die Frage, wie man weiter vorgeht.

Mir hat man als junge Frau Hormontabletten gegeben. Hormone haben starke Nebenwirkungen und die schlugen bei mir voll ein. Bevor man also die ganz harte Tour fährt, überlegen, hinsetzen, durchatmen, nachdenken. Wie hoch ist das persönliche Risiko bei Hormontabletten? (Hormone + Übergewicht oder Rauchen oder Migräne = stark erhöhtes Schlaganfallrisiko. Hormone= erhöhtes Risiko an Brustkrebs zu erkranken). Wie wichtig sind einem die Haare im Verhältnis zur restlichen Gesundheit?

Es gibt auch noch Regaine. Für manche ist das Zeug wirklich super. Ich habe viel gutes davon gehört. Aber auch viele die Probleme damit haben. Ich darf es gar nicht nehmen, wegen meiner Neurodermitis. Es ist frei verkäuflich, aber ich rate dringend, VORHER den Hautarzt dazu zu befragen. Bevor man Allergien oder sonst was bekommt. Da sollte sich Deine Freundin auch sehr gut drüber informieren und dann überlegen, ob sie das Risiko von Nebenwirkungen eingehen möchte.

Was ich einfach nur sagen will: Keine Panik!! Nicht aus der Angst heraus irgendetwas machen!! Was vielleicht hinterher einem schadet. Sondern wirklich informieren und sich bewusst dazu entscheiden. Auch nicht alles ungefragt tun, was die Ärzte so sagen. Hinterfragen, nachdenken, Risiken abwägen. Kritischer Patient sein. Eine Ärzteodyssee (wie ich es gemacht habe. Ich bin von Hautarzt zu Hautarzt gehüpft über Monate.) bringt auch nicht unbedingt etwas. Außer Kummer.

Das ist mein Ratschlag. Vielleicht ist es ja nur eine Kleinigkeit und gibt sich wieder. Ich drücke fest die

Heilpraktiker habe ich keine guten Erfahrungen mit gemacht.

Bei mir ist es einfach so, das ich mich damit abfinden muss. Und das geht mit der Zeit immer besser.