

---

Subject: Die verdammten Hormone... :(  
Posted by [Kris12](#) on Thu, 08 Sep 2016 09:40:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr Lieben,

ich bin wirklich froh dieses Forum und damit Gleichgesinnte gefunden zu haben.  
Mein Haarausfall fing 2012 an. Damals wurde viel rumgedoktert, habe zig Präparate bekommen und letztlich hat natürlich nichts geholfen. Ich habe irgendwann wieder angefangen, die Pille zu nehmen und Regaine verwendet. Es wurde nach etlichen Monaten und großem Haarverlust schließlich halbwegs besser - was nun wirklich geholfen hat... keine Ahnung. Die Ärzte sagten, das alles sei hormonell bedingt... Näher erklären konnte mir das jedoch keiner. Weder die unzähligen Hautärzte, bei denen ich war, noch ein Haarspezialist noch mein Endokrinologe, der wiederum meinte, dass das nichts mit den Hormonen zu tun habe...  
Ein Wechsel der Pille brachte schließlich den nächsten großen Schub und als ich die Pille letztlich absetzte ebenfalls... Irgendwie scheint das also doch alles mit den Hormonen zusammenzuhängen?!

Ende 2015 würde ich schließlich schwanger und hatte ab dem 3. Monat wundervolle Haare. Kein Haarausfall mehr, sie wurden wieder richtig schön voll und sahen einfach großartig aus (für meine Verhältnisse).

Nach der Schwangerschaft habe ich quasi schon darauf gewartet, dass es wieder losgeht und was soll ich sagen? Jetzt, drei Monate nach der Geburt, ist es richtig richtig schlimm... Klar, das ist nach der Schwangerschaft nicht unüblich, aber wenn man sowieso schon damit zu kämpfen hat, ist es eine kleine Katastrophe... Inzwischen kämme ich nach dem Waschen eine kleine Hand voll Haare aus. Wenn das so weitergeht... oh man.

Zu mir ist noch zu sagen, dass ich 26 Jahre alt bin, ich einen Hypophysentumor habe und eine Schilddrüsenunterfunktion. Ich nehme L-Thyroxin 50 ein. Regaine und co kommen derzeit leider nicht in frage, da ich stille.

Jetzt meine Fragen:

Was würdet ihr mir grundsätzlich empfehlen?! Irgendwelche Tipps oder Erfahrungen?  
Ich möchte eigentlich auf Hormone verzichten... Oder sollte ich vielleicht doch über die Pille nachdenken, um die fehlenden Hormone auszugleichen?!

Oder gibt es gar Hormone, die man einnehmen kann? Östrogene?

Mein Haar wird immer dünner und ich denke darüber nach, evtl Extensions einarbeiten zu lassen. Ich befürchte aber, dass das meinen Haaren eher noch mehr schaden würde. Gibt es schonende Methoden? Vor allem auch fürs Deckhaar? Ich habe viel davon gehört, sich ein Haarteil annähen zu lassen... Wäre das eine Möglichkeit?!

Ich bin so langsam wirklich verzweifelt... Mein kleiner Mann ist ständig voller Haare von mir und jeder Blick in den Spiegel macht mich traurig...  
Ich wäre also wirklich für jeden Tipp dankbar!!

---

Subject: Aw: Die verdammten Hormone... :(

---

Posted by [Alice90](#) on Thu, 08 Sep 2016 14:47:24 GMT

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

---

Hey du,

ich kann dich und deine Verzweiflung echt nachvollziehen und mir geht es mittlerweile genauso. Auch ich denke über Extensions usw. nach aber kann dir hier leider keine Infos zu geben. Ich hoffe hier werden ein paar Frauen ihre Erfahrungen zu diesem Thema teilen

Ich nehme schon seit Jahren die androgene Pille Cyproderm. Als ich einmal auf eine andere gewechselt bin, hat sich binnen kürzester Zeit immenser Haarausfall entwickelt, woraufhin ich sofort wieder zurück gewechselt bin. Nun nehme ich die Cyproderm ununterbrochen seit Jahren und habe trotzdem vor einigen Monaten Haarausfall bekommen. Ich habe ziemlich mit meiner Ernährung experimentiert, was denke ich meinen Hormonhaushalt durcheinandergebracht hat.

Ich kann leider keine antiandrogene Pille mehr nehmen, um gegen den HA anzugehen, da ich sie ja schon nehme. Mit zusätzlichen DHT-Hemmern möchte ich nicht arbeiten, das wäre zu viel des Guten. Aber auch wenn hier im Internet immer alle die Pille verteufeln, würde ich dir raten, sie wieder zu nehmen. Vorausgesetzt du hast keine Nebenwirkungen und hast sie gut vertragen. Oder du versuchst es vorerst allein mit natürlichen DHT-Hemmern wie z.B. Saw Palmetto. Aber ich glaube nicht, dass das nach der Schwangerschaft ausreicht.

Ich hoffe du findest den richtigen Weg und kannst die kommende Zeit mit deinem Baby genießen - ohne Haarausfall!!

---

---

Subject: Aw: Die verdammten Hormone... :(

Posted by [Cheetah74](#) on Thu, 08 Sep 2016 16:08:51 GMT

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

---

hey

solange Du noch stillst, wirst Du wahrscheinlich noch etwas ein hormonelles Durcheinander haben.

Die Frage ist, ob Du bis nach dem Abstillen wartest und dann einen Hormonstatus machen lässt.

Hier gab es eine Zeitlang Einige, die recht fit mit den Hormonanalysen sind.

wenn zum Beispiel ein Östrogenmangel vorhanden ist, gibt es Präparate mit bioidentischem Östrogen. Diese gibt als Pille oder transdermal. Das gleiche gilt für Progesteron.

Hast Du jemals einen Hormonststus machen lassen, als Du Pillenfrei warst?

LG

---

---

Subject: Aw: Die verdammten Hormone... :(

Posted by [Kris12](#) on Thu, 08 Sep 2016 16:18:42 GMT

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

---

Hallo! Vielen Dank erstmal für eure Ratschläge.

Leider konnte ich noch keinen Hormonstatus ohne Pille machen lassen bzw. hat mein endokrinologe das alles etwas runtergespielt. ./ Es wurde immer nur Prolaktin kontrolliert, weil ich ja diesen Tumor habe... und natürlich die Schilddrüsenwerte.

Wo könnte ich das nach dem Stillen denn machen lassen? Auch beim Gynäkologen? Die war bisher immer sehr verständnisvoll und bemüht und ist eigentlich die einzige Ärztin, der ich vollkommen vertraue.

Die Pille möchte ich wirklich ungern wieder nehmen... Mir geht es ohne einfach wesentlich besser. Und gesund ist das natürlich auf Dauer auch nicht...

Dann gibt es im Moment wohl nichts, was ich machen kann, solange ich stille? Ich möchte meinem ja deswegen auch nicht die Muttermilch verwehren... ./

Ach man, ist das alles ein Jammer... Ich möchte einfach mal wieder normales Haar haben und nicht nach jedem Waschen Panik bekommen. Ihr wisst sicher, was ich meine...

---