
Subject: Bitte um Hilfe! Regaine und diffuser HA
Posted by [Rk0421](#) on Fri, 16 Dec 2016 19:15:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo liebe Mitglieder!

Ich bin 28 Jahre und weiblich und habe nun auch entschlossen hier zu schreiben. So kurz wie möglich:

Habe seit 1 Jahr starken diffusen HA (Depression, OP, Eisenmangel - also genug Ursachen) war bei 100 Ärzten, 100 Meinungen und keiner konnte helfen. Nun habe ich mich dazu entschlossen eine Biopsie zu machen um endlich die Ursache zu finden (ich kann es nur jedem empfehlen der verzweifelt auf der Suche nach der Ursache ist, dauert 5 min, keine Schmerzen und die Narbe ist so klein dass man sie nicht sieht).

Meine Ärztin hat die Probe am Oberkopf genommen und die Diagnose ist, AGA im frühen Stadium, also ganz am Anfang gepaart mit einem diffusen HA der das eigentliche Problem darstellt. Nun hat mir meine Ärztin Regaine vorgeschlagen damit sich das ganze wieder reguliert, ich soll es ein Jahr nehmen und dann ausschleichen, da sie meint, dass ich mit dem AGA erst in den Wechseljahren wirkliche Probleme bekommen werde und jetzt der diffuse HA überwiegt. Nun bin ich sehr unsicher, nachdem ich viel über Regaine gelesen habe, ob ich das dann jemals wieder absetzen kann und ob es auf meine gesunden haare auch Auswirkungen hat?? Habe irgendwie Angst, dass sich auch meine gesunden Haare daran gewöhnen und ich damit vl alles noch schlimmer mache??

Da mein Aga ja nicht akut ist sondern der diffuse überwiegt, überlege ich ob ich überhaupt anfangen soll...auch aus Angst vor dem Shedding (verliere jetzt schon 400 Haare am Tag)!! kann man davon eine Glatze bekommen??

Und noch dazu kommt, dass ich erst 28 bin und irgendwann schwanger werden möchte, da muss man es ja auch absetzen...

Vielleicht kann mir hier jmd weiterhelfen!

Danke fürs Lesen und sorry für den langen Text, bin nur total verzweifelt!

LG

Subject: Aw: Bitte um Hilfe! Regaine und diffuser HA
Posted by [Nicky2704](#) on Sat, 17 Dec 2016 23:14:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo RK,

Ich dachte ich schreib Dir mal meine Erfahrungen zum Thema Haarausfall diffus auf Grund mehrerer Faktoren und von dem was mir diverse Ärzte (Hautärzte, Gyn, Endokrinologe und Hausarzt) so gesagt haben.

Also erstmal aber noch:

Ob Du in den Wechseljahren vielleicht mal eine AGA entwickelst kann Dir eine Kopfhautbiopsie nicht sagen, das ist ziemlicher Unfug, eine AGA kann eigentlich gar nicht zu 100 % diagnostiziert werden, man kann sie nur vermuten anhand des Haarstatus bzw. des Lichtungsmusters, der Familienhistorie und nach Ausschluss aller anderen HA verursachenden Faktoren (und da gibt es ja gerade genug...guck mal unter Wikipedia und Haarausfall oder Google mal "deutsches Ärzteblatt" und Haarausfall und les dir das mal durch!)

Nun ja und Spekulationen ob dich in 20 oder 30 Jahren mal ne AGA ereilt ist, mit Verlaub, lesen in der Glaskugel!

So, ursachen wie deine Depression, OP und der Eisenmangel sind ja schon mal Volltreffer für den diffusen HA und bei mehreren Faktoren ist auch eine hohe Ausfallzahl nicht ungewöhnlich und keine Angst, kahl wirst du nicht werden und es wird sich wieder regulieren!

Ich hatte letztes Jahr im März einen ziemlich fiesen Burn Out (mit allen möglichen körperlichen und seelischen Symptomen...richtig ekelhaft kann ich dir sagen!)

Nach ca 8 Wochen hatte ich dank verminderter Nahrungsaufnahme und ständigem Durchfall knapp 10 KG verloren!

Tja und dann hat der Spaß begonnen, schlechte Haut, struppige Haare, ständiges Frieren, kleine Zipperlein im Monatszyklus und letzten Endes haben meine Haare angefangen eine Massenflucht zu begehen (hab nette Haarwäschen gehabt nach denen ich teilweise bis zu 800 Haaren verloren habe und hatte mega Panik und Angst, was es zu meinem eh schon vorhandenen Stress natürlich nicht besser gemacht hat).

Hinzu kamen dann auch noch medikamente (aber die waren nicht Schuld weiß ich heut) und auch mein Ferritinwert war nicht so optimal, zusätzlich hatte ich noch einen vitamin D Mangel und mein Zinkwert war auch nicht grad der Tollste!

Der ganze Spaß ging von Mai-Mitte Dezember fing aber bereits im August schon langsam an nachzulassen als die ersten 4 KG wieder drauf waren!

Im Dezember hatte ich wieder 8 KG mehr und der HA war weg!

Es hatten mir sehr viele Ärzte (auch ein Professor darunter der auf das Thema Haare spezialisiert ist) erklärt was Stress und unkontrollierte starke Gewichtsabnahme so alles mit dem Körper anrichten kann und das allerletzte an was der Körper dabei denkt ist die Versorgung der Haare!

Stresshormone (Stichpunkt depression und op) sind wahnsinnige Energieräuber und wenn dann noch ein Mangelstand dazu kommt...in deinem Fall Eisen, in meinem Fall Gewicht, dann ist das Chaos perfekt!

Dieses Jahr ist mir übrigens der gleiche Mist nochmal passiert, wieder 9 KG verloren, wieder HA, diesmal Gott sei dank nicht so lang und stark wie letztes Jahr da ich sofort dagegen gesteuert habe und bereits nach 6-8 Wochen wieder ordentlich essen hat es nachgelassen, hab auch

wieder 6 KG zugenommen und nun bin ich seit 3 Monaten wieder stabil unter 100 Haaren, also wie du siehst es geht vorbei wenn der Körper sich wieder einpendelt und wenn du was gegen den Eisenmangel tust und vorallem gegen die Depressionen dann wird sich das auch bei dir wieder einpendeln!

Zu dem Thema Regaine...mir haben alle Hautärzte auch die Hautklinik davon abgeraten, denn ein diffuser HA hat einen Grund den man von Grund auf angehen sollte und Regaine ist ja eigentlich ein "Haarbooster" bei AGA oder ein Behandlungsansatz bei sehr hartnäckigem diffusen HA (Stichwort chronisches telogenes Effluvium)!

Ein Shedding, solltest du Regaine verwenden wollen, kann muss aber nicht sein, alles was ich an erfahrungen gelesen habe war sehr sehr unterschiedlich!

Aber kahl ist keiner davon geworden, die Haare die dir da ausfallen die wären sowieso ausgefallen geht mit Regaine halt dann schneller!

Allerdings ist noch zu erwähnen dass Regaine ganz schön die Kopfhaut reizen kann, ich selber habe, so fürs Gefühl, Pantostin verwendet, hab dank der langen Anwendung nun ziemlich trockene und schuppige Kopfhaut (also ich denke zumindest dass pantostin hier der Hauptverantwortliche dafür ist)

Wenn du mich fragst?!?

Lass es erstmal mit dem Regaine, kümmere dich um den Eisenmangel (ist ja das kleinste Problem), lass die Depression behandeln und tu deinem Körper und deiner Seele so viel Gutes wie nur geht (Ernährung, genug Trinken, viel Bewegung und ausreichend Schlaf!)

Ggf kannst du ja noch, falls du das noch nicht getan hast noch die anderen möglichen HA Geschichten abklären lassen wie die Schilddrüse, die Hormone und so Dinge wie Vit B 12, Zink, Vit. D und vielleicht noch Selen)

Aber es wird sich mit Sicherheit wieder regulieren!

Hat es sich bei mir letztes Jahr und dieses Jahr auch wieder ohne regaine und ohne optische Schäden und ich hab letztes Jahr teilweise echt Büschel verloren dass ich mir sicher war bald kahl zu sein!

LG

Subject: Aw: Bitte um Hilfe! Regaine und diffuser HA
Posted by [Rk0421](#) on Sun, 18 Dec 2016 08:28:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebe Nicky!

Wow vielen vielen Dank für deine Antwort, es tut gut sich mal etwas auszutauschen.

Naja also es ist so - ich habe nun seit 1 Jahr HA und einen Ärztemarathon hinter mir, ALLES untersuchen lassen und behoben...also zB habe ich Eiseninfusionen bekommen, habe Prp versucht, Pantovigar nehme ich seit 4 Monaten und noch andere Vitamine usw, also mein HA sollte laut Arzt seit 2/3 Monaten eigentlich gestoppt sein...es hört aber nicht auf und das hat mich so fertig gemacht, dass ich eine Biospie gemacht habe - dabei kam eben Aga im frühen Stad. raus + diffuser HA... meinst du dass das trotzdem nicht 100% sicher ist???

Ich dachte mir ich probiere Regaine und setze es wieder ab so wie meine HÄ gesagt hat...weil eigentlich sollten danach ja nur die von Aga befallenen Haare wieder ausgehen oder??

Nur das Thema Shedding macht mir furchtbare Angst, habe Panik, dass ich dann noch lichtereres Haar/Glatze bekomme!

Habe mittlerweile schon so liches Haar, dass ich einfach nicht mehr zusehen kann...seit einem Jahr denke ich mir, warte ab es wird wieder aber ich kann glaube ich nicht mehr...vor allem gehen mir alle neuen Haare wieder aus - ganz kurze!

Vielen vielen Dank für deine Hilfe!!

LG

Subject: Aw: Bitte um Hilfe! Regaine und diffuser HA
Posted by [Nicky2704](#) on Sun, 18 Dec 2016 13:39:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey du Liebe,

oh weh, da hast du ja schon Einiges durch, das ist natürlich nicht schön!

Also zu dem Thema AGA:

Alles was ich weiß (durch Ärzte und Internetrecherche) ist, dass man das wirklich nicht 100 %ig diagnostizieren kann, durch keine Bluttests, keine Haarwurzelanalysen und auch nicht durch Biopsien!

Und auch die Aussage dass du irgendwann in den Wechseljahren mal AGA bekommst ist Unfug (ohne deine Ärztin jetzt beleidigen zu wollen!)

AGA ist eine Ausschlussdiagnose!

Wie gesagt, wenn das Lichtungsmuster passt, wenn alle anderen möglichen Ursachen nicht gegeben sind und wenn die Familiengeschichte passt wobei man auch hier aufpassen muss, gibt z.B. Männer die mit 30 schon Licht sind und die Eltern haben beide volle Haare, genauso auch andersrum!

Und was mir der Professor bei dem ich damals war sagte war dass bei der reinen AGA nicht auf einmal die Haare haufenweise ausfallen sondern die Haare einfach nicht mehr ausreichend bzw.

feiner und mit kürzerer Lebensdauer nachwachsen und so entsteht im Lauf der Zeit eben eine Lichtung aber das passiert nicht so dass innerhalb von einem Jahr zig Haare ausfallen und dann ist das Endstadium erreicht!

Ebenso sind die hinteren Haare nicht betroffen von der AGA!

Das was du schilderst ist ein diffuser HA, hohe Mengen, überall und auch kurze Haare die aus irgendeinem Grund ausfallen!

Und hier sind wir schon beim Thema!

Aus irgend einem Grund!!!!

Das dich das Thema belastet glaub ich dir sofort mich hat es auch fertig gemacht, mir ging es seelisch und körperlich schon schlecht genug und dann auch noch sowas!

Wenn du wirklich an dem Punkt bist wo du sagst du hältst es nicht mehr aus dann starte den Versuch mit Regaine auch wenn du Angst vor dem Shedding hast, ich habe wirklich noch nie irgendwo gelesen dass die Mädels von Regaine kahl geworden sind!

Eine Freundin von mir hat auch schon seit nun fast einem Jahr HA und auch sie ist nicht kahl!

Kopf hoch, es geht irgendwann und irgendwie vorbei!

LG

Subject: Aw: Bitte um Hilfe! Regaine und diffuser HA
Posted by [Rk0421](#) on Mon, 19 Dec 2016 09:37:55 GMT

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

Liebe Nicky!

vielen vielen Dank für deine Hilfe! Deine Worte haben mich etwas beruhigt.

Ich denke ich werde es mal mit Regaine versuchen und hoffe dass es zumindest ein bisschen hilft.

Ich glaube manchmal hilft es vielleicht schon, dass man weiß man tut etwas dagegen und schaut nicht einfach nur zu.

Wie sieht es denn bei dir aus?? Geht es dir schon besser und was hast du bis jetzt gegen deinen HA unternommen?

Kann man hier eigentlich auch persönliche Nachrichten schreiben?

LG