
Subject: Am verzweifeln

Posted by [thinkPositive](#) on Mon, 31 Jul 2017 20:04:16 GMT

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

So sehen meine Seiten aus ... Haarausfall seit 2 Jahren . Könnte das auch Aga sein ?

File Attachments

1) [NeBQfQ49f6Y.jpg](#), downloaded 1269 times



Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 13:02:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich kann dir leider nicht sicher sagen, ob das AGA ist oder nicht. Aber meine Seiten sehen genauso aus und das ganze fing mit 16 an. Mittlerweile sind 12 Jahre vergangen, rechts ist schlimmer als links und oben sieht man es mittlerweile auch. Die Ärzte meinten zu mir, dass das eher nicht nach AGA aussähe, aber selbst die Experten konnten nichts genau sagen. Man wollte eine Biopsie machen, aber dazu konnte ich mich bisher nicht durchringen. Wozu auch, eindeutige Ergebnisse und Ursachen bringt die auch nicht unbedingt. Ich sollte mal Regaine und Cortisonschaum 4 Monate probieren, da ich wohl auch MikroEntzündungen hätte. Gebracht hat das nichts und ich möchte meine Gesundheit mit diesem Zeug auch nicht aufs Spiel setzen. Angefangen hat das Ganze bei mir 3 Monate nachdem ich mit der Pille begonnen hatte (zufällig sogar eine antiandrogene, die man mir trotz reiner Haut und dickem Haar verschrieb, war wohl damals gerade in). Laut allen Ärzten reiner Zufall...na klar. Außerdem habe ich Hashimoto (Autoimmunerkrankung der SD) und hatte sämtliche Vitaminmängel, u.a. Eisen und Vit. D. Ich weiß, das hilft dir nicht weiter bei der Ursachenfindung, aber du kannst gewiss sein, du bist mit dem Mist nicht alleine. Sind bei dir nur die Seiten betroffen?

LG

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 13:26:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank für deine Antwort! So schlimm sehen bei mir nur die Seiten aus und das auf dem Bild ist die rechte Seite. Mein Ansatz ist normal also ich merke nicht, dass er breiter geworden ist in den zwei Jahren. Klar, die Fülle der Haare hat sehr abgenommen und an den Seiten habe ich wirklich das Gefühl, dass da nichts wächst. Regaine habe ich über ein halbes Jahr genommen was mir überhaupt nichts gebracht hat. Jetzt wurde mir Regaine 5% verschrieben.. Im Dezember wurde bei mir Eisen, Zink und Vit. D-Mangel festgestellt. Im Mai war dann mein Eisen wieder im Normalzustand aber Zink und Vitamin D noch nicht. Nehme jetzt nur noch Zink und D Tabletten zu mir. Hast du die Pille da abgesetzt und es hat nichts gebracht?

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 13:54:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da ich sehr dickes Haar hatte und mir der Ausfall am Anfang nur beim Waschen so stark auffiel, habe ich erst 1 1/2 Jahre später reagiert. Nochmal ein Jahr später war dann die SD richtig eingestellt und die Pille habe ich auch gewechselt. Da wurde der Ausfall dann weniger, aber nachgewachsen ist nie etwas. Eisenmangel usw. wurde erst Jahre später festgestellt. Mein Eisenspeicher war quasi bei null. Aber das Auffüllen hat gar nichts geändert. Vor 6 Jahren habe ich die Pille abgesetzt. Nachdem ich mit Vit. D begonnen habe, war es für 4 Monate komplett weg. Habe da nur um die 10-20 Haare am Tag verloren. In den letzten drei Monaten meiner Schwangerschaft war der HA auch weg sowie fast das ganze erste Jahr nach der

Schwangerschaft, während ich gestillt habe. Hatte nur drei Monate nach der Schwangerschaft den normalen Ausfall, den man durch den Hormonabfall kriegt. Der hielt auch nur 3 Monate an und war auch nicht zu stark. Jetzt habe ich seit etwa 6 Wochen wieder Haarausfall und warte gerade ab und hoffe, dass es sich nur um die Hormonumstellung nach dem Abstillen handelt.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 14:31:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach den 4 Monaten Stille durch Vit. D hat dann dein Haarausfall wieder kompelt angefangen . Vitamin D ist meine letzte Hoffnung . Ich verliere jeden Tag mind. 150 Haare und ich denke wenn es aufhören würde, würde da schon mehr Fülle kommen .

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 15:14:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, der Haarausfall stoppte etwa 2/3 Monate, nachdem ich mit Vit D angefangen hatte und blieb dann 4 Monate weg. Dann fing ich wieder an so um die 60-80 Haare pro Tag zu verlieren und an Waschtagen um die 300. Manch einer würde meinen, das wäre noch normal, ich weiß aber, dass das für mich keine normalen Ausfallzahlen sind und man sieht es ja auch auf meinem Kopf. Daraufhin habe ich dann mit dem Regaine und cortisonschaum auf Empfehlung eines spezialisierten Hautarztes begonnen. Nach vier Monaten sah dann auch er keinen Unterschied. Ich habe es dann wegen Kinderwunsch wieder abgesetzt und wurde kurz darauf schwanger. Momentan verliere ich auch wieder um die 80 Haare pro Tag, manchmal etwas weniger, manchmal auch über 100. An Waschtagen (wasche jeden 4. Tag) manchmal über 300. Ich drücke die Daumen, dass Vit D deine Lösung ist. Hast du die Schilddrüse mal checken lassen und generell die Hormone?

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 15:45:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Meine Schilddrüse ist okay und Hormone habe ich schon lange nicht checken lassen da ich die Pille nehme seit langer Zeit . Habe sie auch schon paar jahre enommen bevor es mit HA anfang. Dünnen deine Haare aus ? Bei mir sehe ich mal dickere mal dünnere Haare aber ich finde keine bestimmten Bereich wo sie dünner sind oder dicker . Am ganzen Kopf finden man mal dünnere Haare.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 16:37:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, ganz genauso ist es bei mir auch. Dicke und dünne Haare, kürzere und längere Fallen aus. Böse Zungen würden meinen, das spricht eindeutig für AGA, aber überzeugt bin ich davon nicht. Dünne kurze Haare finde ich vor allem an den Seiten, aber sie sind überall dünner geworden. Seit ein paar Jahren habe ich zudem wie so Sandkörner auf der Kopfhaut und an manchen ausgefallenen Haaren. Keine Ahnung was das ist. Meine Haare waren schon immer eher trocken, mittlerweile ist die Struktur eine Katastrophe. In meiner Familie hat nur mein Opa mütterlicherseits eine Halbglatze. Väterlicherseits haben sogar die Männer bis ins hohe Alter dickes volles Haar. Also ich bin ziemlich ratlos. Mein letzter Versuch ist jetzt mit einer TCM Ärztin, die auch bei Haarausfall schon Erfolg gehabt haben soll. Wenn das auch nicht hilft, werde ich wohl in ein gutes Haarteil investieren müssen...

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 16:57:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sandkörner .. genau diese hab ich auch . Das ist Talg. Ich hatte schon immer sehr fettige Kopfhaut und hab jeden Tag meine Haare gewaschen aber diese Körner hatte ich nie. Ich glaube auch , dass seit dem die da sind meine Haare ausfallen.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 18:07:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich habe diese Körner jetzt schon ein paar Jahre, aber noch nicht so öange wie den Haarausfall. Besser machen Sie es aber ganz sicher nicht. Das Kuriose dabei ist, dass ich eigentlich keine schnell fettenden Haare hab. Ich muss nur alle 4 Tage waschen, es ginge sogar noch 5.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 18:12:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Man sollte vielleicht einfach mal die Leute die keinen Haarausfall haben fragen ob sie diese Körner haben . Ich hatte für einen Monat HA gestoppt als ich Eisen genommen hab aber ich meine die KÖrner waren nicht weg.. Es ist so schwer die Lösung zu finden ..

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 18:18:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Als ich in den letzten Monaten der Schwangerschaft quasi keine Haare verloren habe, hatte ich die Körner auch trotzdem.

Ja, es ist wirklich ein Buch mit sieben Siegeln. Das Problem ist wohl auch, dass Haarausfall gerade bei jungen Frauen so wenig erforscht ist (und AGA unter 30 bei negativer Familienanamnese und normalem Hormonstatus ist wohl auch vergleichbar mit einem 6er im Lotto). Wahrscheinlich ist es letztlich auch ein individuelles Zusammenspiel verschiedener Ursachen, die schwer zu finden sind.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 18:53:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wie sieht es eigentlich mit deinem Scheitel aus? Ist er in so vielen Jahren Haarverlust breiter geworden ?

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 19:02:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, das ist er leider auch. Allerdings ist es vollkommen egal, wo ich den Scheitel ziehe. Der Seitenscheitel sieht sogar schlimmer aus als der Mittelscheitel. Am schlimmsten ist es am hinteren Oberkopf und insgesamt ist eben die rechte Seite stärker betroffen als die linke. Es hat aber nicht mit dem Scheitel angefangen, sondern war von Anfang an diffus (so sagte es auch der Hautarzt bei dem ich vor 10 Jahren als erstes war). An den Seiten ist es mir zuerst so stark aufgefallen. Irgendwie ist es ja auch logisch, dass man das am Scheitel auch irgendwann sieht, wenn alles weniger wird. Ich kann nicht einschätzen, ob sich der Status in den letzten Jahren verschlechtert hat oder gleich geblieben ist. Ich vermeide es Fotos von der Misere zu machen und wenn ich einen Zopf habe sieht man es nicht. Offen trage ich die Haare schon seit Jahren nur noch zu besonderen Anlässen und mit einer guten Menge Schütthaar und Haarspray.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 19:11:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann leider keinen Zopf tragen , weil meine Seiten so stark durchlichten .. Ja es stimmt schon , dass es nach so vielen Jahren überalle lichten wird auch am Scheitel. Ich weiß nicht ob es eine besondere Art von Aga ist , dass es an den Seiten anfängt und später zum Scheitel rübergeht.. Ich muss aber sagen noch wachsen mir am Stirnbereich Haare die auch nicht so dünn sind . An den Seiten ist es echt schon Babyhaar und längst nicht so viel wie am Stirnbereich

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 19:26:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So richtige Babyhaare kann ich nicht feststellen. An der Stirn ist bei mir auch alles ok, habe einen tiefen Haaransatz.

Einen Zopf kann ich noch tragen, auf der rechten Seite gebe ich manchmal etwas Schütthaar drauf. Kann ich dir nur empfehlen. Bei mir wird sicher auch viel dadurch kaschiert, dass meine Haare recht kraus sind (ist seit dem Ausfall noch schlimmer geworden). Das macht Volumen, wo keins wäre, wenn die glatt wären. Es gibt wohl auch eine "Diffuse Unpatterned Alopecia", wo dann der ganze Kopf betroffen ist. Die kenne ich aber auch nur aus dem Internet, soll sehr selten sein. Hat mir gegenüber noch nie ein Arzt erwähnt.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Tue, 01 Aug 2017 19:35:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es bleibt nichts übrig als einfach zu hoffen , dass es irgendwann vorbei ist .

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [marulu](#) on Tue, 01 Aug 2017 19:40:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Genau, und bei dir stehen die Chancen auch noch besser, da du ja erst seit 2 Jahren betroffen bist. Sollte die TCM Behandlung bei mir tatsächlich helfen, kann ich dich gern informieren.

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [thinkPositive](#) on Wed, 02 Aug 2017 09:59:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das wäre super . Viel viel Glück dabei .

Subject: Aw: Am verzweifeln
Posted by [Tini](#) on Fri, 15 Sep 2017 13:49:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Körner kriegst du mit Head&Shoulders weg, oder mit einem Ketoconazol Shampoo. die Körner sind ein Hinweis auf Kopfschuppen. Und die werden häufig im Zusammenhang mit AGA festgestellt. Hat mir jedenfalls mein Dermatologe erklärt. Gruß Tini
