

---

Subject: Hormonell Genetischer Haarausfall?

Posted by [msfallon1](#) on Sun, 29 Oct 2017 10:23:14 GMT

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

---

Hallo zusammen

Ich bin 29 Jahre alt und komme nun mit neuer Diagnose wieder...

Vor ca 3 Jahren war ich schon einmal aktiv hier und hatte mit massivem Haarausfall im vorderen Bereich der Kopfhaut und am Wirbel hinten zu kämpfen. Nach ein paar Besuchen beim Hautarzt stellte sich heraus, dass es ein Kopfhautpilz ist. Tabletten bekommen, danach Cortisontabletten - alles gut. Das Nachwachsen der Haar hat ewig gedauert, aber das war ok. Habe auch noch einige andere Sachen parallel unternommen: Homöopathie und war beim Psychotherapeuten, da auf den Umstand Stress hingewiesen wurde (war vorher 4 Monate in England studieren).

Dann hatte ich Mitte 2016 noch einmal mit Haarverlust zu kämpfen, diesmal über dem Ohr und dies zog sich bis an den Hinterkopf. Kultur anlegen lassen, zack - Pilz diagnostiziert. Tabletten und gut.

Nun wieder das gleiche Spiel, dieses mal über dem anderen Ohr, eine 'Geheimratsecke' und am Hinterkopf. Mein üblicher Hautarzt ist leider eine PRaxisgemeinschaft, das heißt: jedes Mal ein anderer Arzt. Der nun wollte partout nichts zum Thema Kopfhautpilz hören. Es wäre kreisrunder Haarausfall. Fertig. War dann extrem enttäuscht und habe den Hautarzt gewechselt. Im Internet habe ich extra nach einem Hautarzt mit Haarsprechstunde geschaut. Termin bekommen, sie hat wieder eine Pilzkultur angelegt, mich aber drauf hingewiesen, dass es keine Symptome für einen Pilz gibt - wie die 2 mal vorher auch schon: kein Jucken, keine richtige Schuppung. Nach 6 Wochen bin ich wieder gekommen. Kein Pilz. Sie wies drauf hin, dass man manchmal "Läuse und Flöhe hat", sprich: ein hormoneller Haarausfall vorliegen kann und gleichzeitig der Pilz aktiv war. Habe mich dann für eine Trichoskopie entschieden (teurer Spaß...). Anbei sind die Blutwerte und die Bilder der Trichoskopie zu finden. Am Donnerstag bin ich zur Befundbesprechung hin. Ergebnis: Zinkmangel, Vitamin B12 Mangel, nicht näher bezeichnet, Alopecia androgenetica. So der Wortlaut aus der offiziellen Diagnose. Mir wurde nun dazu geraten, 8 Wochen lang Regaine zu benutzen und dann wieder zu kommen. Dann müsse man weitersehen, wie man verfährt.

Nun habe ich echte Horrorgeschichten zu Regaine online gelesen und traue mich nicht, es zu benutzen.

Hat dazu jemand Anmerkungen oder Ideen? Oder kann mir sagen, ob die Nutzung von Regaine ratsam ist? Hab es hier schon rumstehen und mein Freund sagt "ich solle doch einfach mal auf den Arzt hören" ...

Liebe Grüße

---

## File Attachments

1) [Blutwerte.jpg](#), downloaded 608 times

Test/Datum	Einheit	Norm
Ferritin i. Serum (CMIA)	µg/l	10 - 291
Material:		
TPHA/Trep.pallidum Hämaggl.-Test		< 1:80
TSH/Thyreotr.Horm.ba s.i.S. (CMIA)	µIE/ml	0.35 - 4.9
Vitamin-B12-Spiegel im Serum (CMIA)	ng/l	> 400
Zink im Serum (Atomabsorption)	mg/l	0.70 - 1.3

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
 Posted by [msfallon1](#) on Sun, 29 Oct 2017 10:26:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

#### File Attachments

1) [Kopfhautscan.jpg](#), downloaded 698 times

Frontal



Befund:

Erhöhung von leeren Haarfollikel

Spärliche Follikel mit unterschiedlichem H

Meist nur 1 Haar pro Follikel

peripilar signs, yellow dots, and short vell

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 02 Nov 2017 20:19:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

Also an deiner Stelle würde ich den Haarausfall nochmal in Richtung Pilz behandeln, da du damit ja schon Erfolg hattest. Lass das Regaine erst mal sein und schau, ob eine Pilzbehandlung hilft. Dafür notfalls zu nem anderen Arzt. Der Hausarzt kann da eigentlich auch helfen. Probier auch mal Ket Shampoo. Das ist extra gegen Pilz und hemmt sogar leicht Dht in der Kopfhaut.

Deine Blutwerte sind miserabel.

Da muss dringend Eisensupplementierung her. Wenn du keine Spritzen kriegst, nimm alle zwei Tage abends Ferro Sanol duodenal. Vitamin B12 sollte am besten gespritzt werden. Wenn der Arzt das nicht machen will, besorg dir sublinguale Tabletten mit Methylcobalamin. Am besten 5000 mcg pro Tablette.

Auch Zink könnte etwas besser sein. Da hilft curazink oder ein ähnliches Produkt.

Zink und Eisen nie zusammen nehmen, da sich gegenseitig die Aufnahme hemmt. Und beides unbedingt zusammen mit Vitamin C einnehmen.

Bring erst mal all das in Ordnung und wenn der Haarausfall dann nicht besser ist, kannst du Regaine immer noch anfangen. Das läuft dir ja nicht weg.

Die Ärzte sind immer schnell mit Regaine bei der Hand und mit völlig falschen Diagnosen. Wenn du einen guten Hausarzt hast, besprich das auch mit ihm.

Viele Grüße  
Harley

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [msfallon1](#) on Fri, 03 Nov 2017 06:32:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich danke dir erstmal für die ausführliche Antwort.

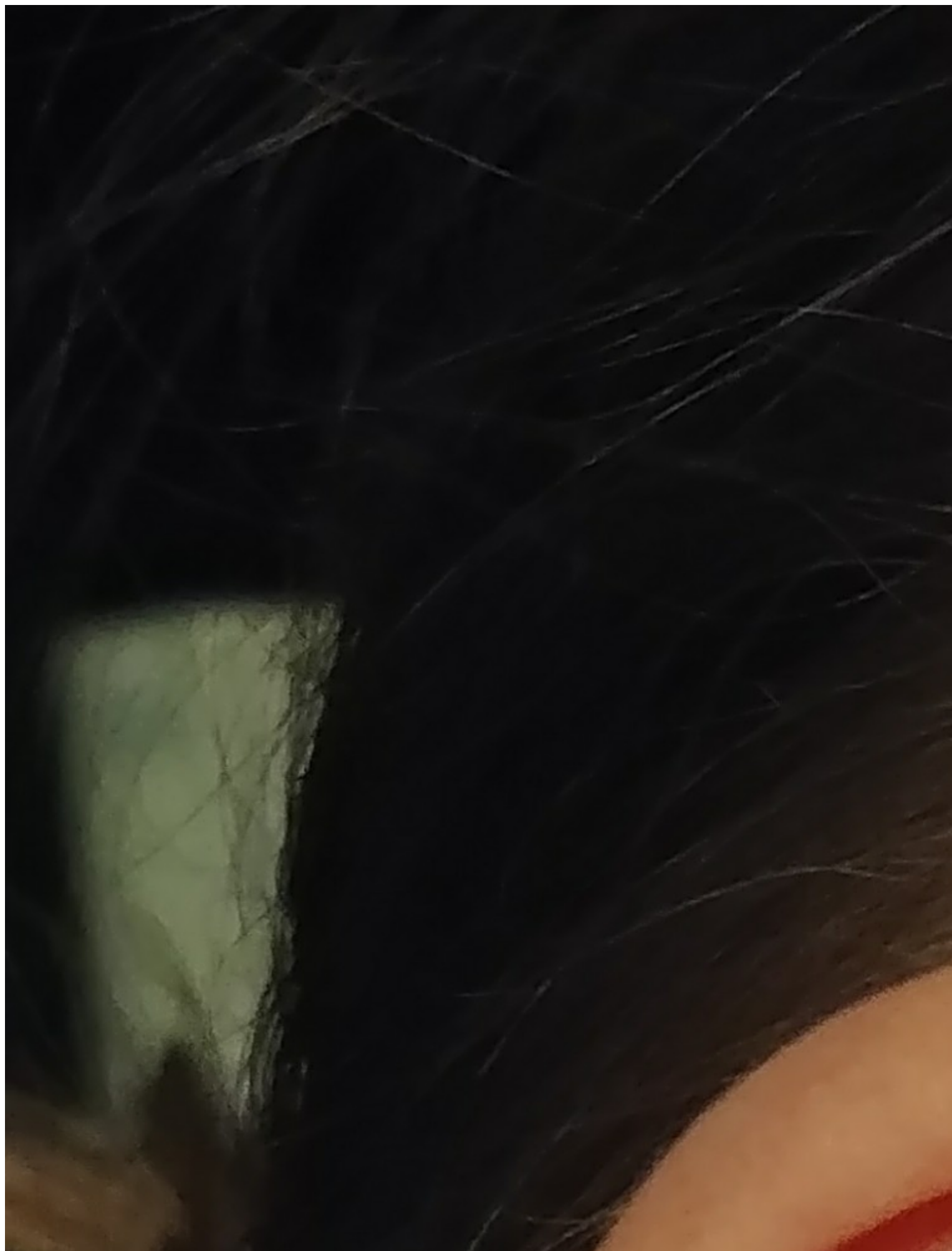
Also von Eisen wurde mir gar nichts gesagt. Ich bekomme aktuell B12 als Spritzen und Zink als Tabletten.

Ich habe noch ein Foto angehängen. Der Haarausfall sieht für mich auch irgendwie wenig typisch aus für AGA. Aber ich kenne mich da auch nicht aus.

#### File Attachments

1) [20171103\\_064353-1.jpg](#), downloaded 694 times

---



Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [Jolina](#) on Fri, 03 Nov 2017 10:39:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

Also, um ehrlich zu sein, ich finde auch, dass es sehr nach kreisrundem Ausfall aussieht und so gar nicht nach Android. Ausfall.

Ich glaub,  
Minoxidil würde ich lassen.

Jolina

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [Jolina](#) on Fri, 03 Nov 2017 10:42:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Auffallend ist natürlich der Leere Eisenspeicher, der dringend aufgefüllt werden sollte.

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [msfallon1](#) on Fri, 03 Nov 2017 10:43:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [Sissi](#) on Fri, 03 Nov 2017 14:58:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Am Ferritinwert, der ist bei Dir extrem niedrig, nur 13, würde täglich 1-2 Ferro sanol nehmen. Ich hatte damals einen Ferritinwert von 23 und habe einige Monate gebraucht, bis er dann so nahe 100 war.

Kupfertabletten helfen beim Eisentransport, habe ich damals nicht gewusst, aber seitdem ich Kupfertabletten zusätzlich nehme (aber auch hier die Werte kontrollieren), ist der Ferritinwert stabil trotz wenig Fleisch.

Methylcobalamintabletten (Vitamin b 12) sind sehr zu empfehlen, eine wesentlich bessere Vitamin B 12-Verbindung als die üblichen. Dazu einen vitamin-b-komplex, Biotin, hochdosiertes Vitamin B 5 auch MSM (Schwefel) ist sehr gut für Haut und Haare.

Alles Gute!

Lieben Gruß  
Sissi

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [msfallon1](#) on Sun, 05 Nov 2017 10:19:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich nehme ja aktuell schon Zinktabletten, Zinkorotat. Hier wurde ja schon gesagt, dass Zink und Eisen zusammen nicht so gut sein soll. Nehme nun erstmal die Packung Zink zuende und lasse die Werte nochmal checken. Dann würde ich auf Eisen umsteigen. Macht das Sinn? Vitamin B12 wird mir zusammen mit Folsäure nun erstmal gespritzt, bis es sich normalisiert hat. Danach Tabletten.

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [Sissi](#) on Sun, 05 Nov 2017 11:18:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Natürlich soll man Eisen und Zink nicht zusammen nehmen, sondern mit mehren Stunden Abstand, ist natürlich Deine Entscheidung. Dein Ferritin ist schon extrem niedrig und wird immer weiter absinken, wenn Du nichts dagegen unternimmst. Und Eisenmangel ist bei vielen die Hauptursache für Haarausfall.

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [msfallon1](#) on Sun, 05 Nov 2017 11:20:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

morgeb in die Apotheke und decke mich ebenfalls mit Eisen ein.

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [Sissi](#) on Sun, 05 Nov 2017 12:45:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Manche nehmen auch einen Tag die doppelte Menge Eisen, den nächsten Tag die doppelte Menge Zink, um ganz sicherzugehen. Ich habe morgens Ferro sanol genommen - 2 Std. Abstand zum Frühstück - und abends 30 mg Zink - ebenfalls 2 Std. abstand zum Essen. Auch keinen Kaffee und schwarzen Tee oder Cola trinken, behindert die Aufnahme.

---

kannst auch noch zusätzlich Vitamin c einnehmen, hilft ebenfalls bei der Eisenverwertung, also Orangensaft oder Vitamin C Pulver. Hoffe, Dein Magen verträgt die Tabletten, ich hatte keine Probleme, aber manche Menschen vertragen zink und Eisen nicht auf nüchternen Magen.

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [msfallon1](#) on Sun, 05 Nov 2017 13:28:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das Biotin geht auch als Präparat von Abtei? Oder dann richtig was aus der Apotheke?

---

---

Subject: Aw: Hormonell Genetischer Haarausfall?  
Posted by [Sissi](#) on Sun, 05 Nov 2017 13:34:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Gerne, nichts zu danken.

Anfangs habe ich das teure Biotin, waren um die 30 Euro, aus der Apotheke genommen, danach und jetzt das Biotin von dm das gesunde plus und mein Biotin spiegel ist allerbestens.

---