
Subject: Haarausfall - Ärzte nehmen mich nicht ernst

Posted by [Kischa](#) on Sat, 03 Mar 2018 16:45:52 GMT

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

Hallo,

ich bin ganz neu hier. Angemeldet habe ich mich, weil ich einfach nicht weiter weiß und mit jemandem über meine Ängste sprechen muss. Leider bringe ich es nicht über mich, mit Leuten aus meinem realen Umfeld zu sprechen. Ich bin kein sehr offener Mensch und über intime Probleme zu reden fällt mir sehr schwer, deshalb suche ich jetzt hier in der Anonymität des Internets nach einem offenen Ohr und evtl. einigen Tipps.

Ich bin 27 Jahre alt und leide seit August unter Haarausfall, der allerdings eher schleichend vonstatten geht. Mein Leben lang habe ich sehr, sehr dickes Haar gehabt (musste ich regelmäßig beim Friseur etwas ausdünnen lassen, weil ich mich sonst dumm und dusselig geföhnt hätte) und wenn mir unter der Dusche mal ein Haar ausgefallen ist, war das eine Seltenheit. Was ich heute an einem Tag aus der Haarbürste hole, das habe ich sonst in der Woche nicht verloren (unübertrieben). Mein Pferdeschwanz ist jetzt nur noch etwas mehr als halb so dick, wie im vergangenen Sommer.

Das erste Mal ärztliche Hilfe habe ich versucht im November zu bekommen. Ich bin zu einem Allgemeinarzt gegangen, der mich aber überhaupt nicht ernst genommen hat. Da ich so sehr dickes Haar hatte ist es auch nach Monaten des Haarausfalls noch dick genug und man sieht keine kahlen oder lichten Stellen. Das Haar fällt mir auch nicht büschelweise aus. Der Arzt sah daher keinen Grund etwas zu unternehmen. Wie eingangs erwähnt, fällt es mir ohnehin sehr schwer, mich anzuvertrauen und durch das Verhalten des Arztes war ich dann so verunsichert, dass ich erst einmal nichts unternommen habe, außer sämtliche Hausmittel, Tipps und Tricks auszuprobieren, von denen man typischerweise im Internet so liest.

Im Dezember habe ich mich in die Apotheke getraut und dort östrogenhaltiges Haarwasser bekommen. Geholfen hat das alles nichts, also habe ich beschlossen, mich mit meiner Gynäkologin zu besprechen. Auch sie schien nicht wirklich nachvollziehen zu können, warum ich so besorgt war, hat mir aber eine andere Pille verschrieben, die einen höheren Östrogengehalt hat und häufig bei Haut- und Haarproblemen angewendet wird. Besser ist es seither nicht geworden (und ich vertrage die neue Pille auch nicht so gut, daher werde ich ab April wieder die vorherige nehmen). Die Pille nehme ich übrigens seit ich 18 bin und das muss auch sein. Durch eine anatomische Anomalie leide ich unter extremen Menstruationsbeschwerden und einem völlig unregelmäßigen Zyklus und das bekomme ich nur mit Pille in den Griff. Aber es ging ja auch 9 Jahre mit Pille und dickem Haar gut...

Ich war im Januar wieder bei einem Allgemeinarzt, dieses Mal bei einer Frau und die hat mich zumindest ernst genug genommen, um einen Bluttest zu machen. Mein Blutbild war allerdings völlig in Ordnung. Sie plädierte daher für psychische Ursachen und schien mir nicht zu glauben, dass der einzige Stress, den ich habe vom Haarausfall und der damit verbundenen Angst herrührt. Das ist allerdings die völlige Wahrheit: Ich liebe meinen (nicht stressigen) Job, meine Wohnung, mein Umfeld, habe tolle Haustiere und Hobbies, tolle Freunde und einen lieben Partner. Ich reise viel und habe keine Geldsorgen. Alles ist super, sozusagen.

Die nächste Strategie meiner Ärztin war, nach meiner Ernährung und Veränderungen zu fragen, die etwa zur selben Zeit, wie der Haarausfall eintraten. Allerdings ernähre ich mich ziemlich gesund (ich koche täglich frisch, meistens mit massenhaft Gemüse und esse wenig Fleisch und trinke neben dem ein oder anderen Gläschen Wein ab und zu und dem Kaffee am Morgen eigentlich auch nur Wasser und Tee) und mache regelmäßig Sport. An meiner Ernährung habe ich seit Jahren nichts groß geändert, habe auch nicht angefangen andere Kosmetikprodukte oder sonst was zu nutzen. Seitdem mir die Haare ausgehen, nutze ich auch nur noch Naturkosmetik-Produkte. Die Haare sind auch super gesund und glänzend - nur fallen sie halt aus.

Die einzige echte Veränderung in meinem Leben, die zu ungefähr der Zeit eingetreten ist, ist dass ich meinen jetzigen Partner kennengelernt habe, mit dem ich allerdings sehr glücklich bin. Da ihre Nachforschungen also auch in diesem Bereich ergebnislos bleiben, hat die Ärztin mehr oder weniger aufgegeben. Sie schickte mich weg mit der Aussage: "Nun, es ist ganz normal, dass sich der Körper mit der Zeit verändert. Vielleicht sind ihre Jahre mit dickem Haar nun einfach vorbei und ihr Haar dünnt sich aus. Der Haarausfall wird sich dann auf ein normales Maß einpendeln. Falls Sie doch kahle Stellen bekommen, dann kommen Sie wieder, wenn es so weit ist und dann sehen wir weiter."

Dass DAS nicht die Antwort ist, die ich hören wollte, könnt ihr euch wohl denken. Allerdings war ich auch nicht 100% ehrlich zu ihr. Tatsächlich habe ich einige andere Veränderungen bemerkt, die ich aber eigentlich in keinen logischen Zusammenhang mit dem Haarausfall bringen kann und da es mir viel zu peinlich war, habe ich diese verschwiegen. Es geht dabei nämlich um wirklich intime Sachen... und selbst hier anonym darüber zu schreiben ist schwer für mich.

Veränderung Nummer 1 betrifft meine "sexuelle Lust", wenn man das so nennen will. Etwa seit Juli habe ich andauernd Lust auf Sex. Das kommt einfach so ohne Grund und mehrmals am Tag, dass ich an Sex denke und mich... ähm... "erregt" fühle. Ich habe erst vermutet, dass das mit meinem neuen Partner zusammen hängt, allerdings war das in der Vergangenheit nie so, wenn ich wen kennengelernt habe und es ist auch nicht nach den ersten paar "aufregenden" Wochen wieder weniger geworden.

Veränderung Nummer 2 ist etwas diffuser... mein Magen-Darm-Trakt bzw. meine Nahrungsverwertung scheint sich verändert zu haben. Ich hatte eigentlich immer eine sehr langsame Verdauung und habe auch immer sehr lange gebraucht, bis ich wieder Hunger hatte, nachdem ich gegessen habe. In der Regel hat es nach einer großen, ausgewogenen Mahlzeit immer so 8 Stunden gedauert bis ich mich wieder hungrig gefühlt habe. Mindestens. Jetzt habe ich nach spätestens 5 Stunden richtig Hunger. Außerdem - jetzt kommt der peinliche Teil - habe ich im Gegensatz zu früher nun nicht mehr nur jeden 2. Tag Stuhlgang sondern eher 2 Mal am Tag.

Diese Veränderung fiel mir erstmals fast zeitgleich mit dem ersten Bemerkten von verstärktem Haarausfall auf. An meinem Gewicht hat sich seither nichts verändert.

Veränderung Nummer 3 ist mir erst jetzt klar geworden, bei der Ärztin habe ich das nicht erwähnt, weil ich es schlicht gar nicht bedacht habe: Bei den letzten beiden Check-Ups beim Gyn (alle 3 Monate wenn ich ein Pillenrezept hole wird Gewicht geprüft und Blutdruck gemessen) war mein Blutdruck sehr, sehr viel besser als sonst. Ich hatte vorher nicht wirklich Bluthochdruck, aber er war immer schon an der Obergrenze des Normalbereichs und ich musste immer sehr aufpassen. Beim Checkup im Spätsommer und Dezember war er viel niedriger und

völlig im grünen Bereich. Ich hab allerdings nichts extra dafür getan, das kam von alleine. Damit zusammenhängend sind nun auch meine Schlafprobleme, die ich seit der Pubertät hatte, mehr oder weniger weg. Das letzte Mal nächtelang kaum geschlafen habe ich im letzten Frühjahr. Normalerweise habe ich seit ich 13 bin so alle 2 Monate eine Phase, in der ich extrem unter Schlafstörungen leide. Es ist das erste Mal, dass ich davon jetzt inzwischen fast ein Jahr Ruhe habe.

Wahrscheinlich hat das aber gar nichts miteinander zu tun. Jedenfalls habe ich online nirgends einen Hinweis darauf gefunden, dass das mit Haarausfall zusammenhängt. Fakt ist allerdings, dass sich im vergangenen Sommer einige Dinge in meinem Körper geändert haben und ich nicht weiß warum, weil ich absolut nichts verändert habe an meiner Ernährung, meinen Gewohnheiten und meinem Umfeld abgesehen von dem neuen Partner. Ich würde wirklich gerne wissen, was der Grund ist, aber so lange mich die Ärzte nicht für voll nehmen und ich mich auch nicht in der Lage fühle, über einige der oben genannten Dinge zu sprechen, weiß ich nicht wie. Ich will nicht warten, bis ich erst kahle Stellen habe.

Falls sich jemand diesen Roman wirklich durchliest - danke!

Subject: Aw: Haarausfall - Ärzte nehmen mich nicht ernst
Posted by [HarleyQuinn](#) on Sun, 04 Mar 2018 15:31:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich verstehe wie du doch fühlst. Mich haben bis heute die Ärzte auch nicht ernst genommen und man sieht bei mir, dass die Haare nicht in Ordnung sind.
Was mir direkt aufgefallen ist.... Du nimmst schon sehr lange die Pille. Nebenwirkungen können auch erst nach Jahren kommen. Das war bei mir auch so. Plötzlich hatte ich unter der Pille keine nachwachsenden Haare mehr und bekam Geheimratsecken.
Auch wenn es Jahre vorher gut ging, kann jederzeit eine der vielen Nebenwirkungen kommen. Vielleicht solltest du nochmal zu einem Spezialisten gehen und klären, ob es nicht auch ohne Pille geht.
Ansonsten wäre es gut, wenn du deine Blutwerte mal postest. Wenn die Schilddrüse nicht stimmt oder ein starker Eisenmangel vorliegt, fallen die Haare auch aus. Viele Ärzte sagen aber, dass alles ok ist, obwohl man an der Grenze des normalen Bereichs liegt oder die Grenzwerte sind veraltet.

Viele Grüße
Harley

Subject: Aw: Haarausfall - Ärzte nehmen mich nicht ernst
Posted by [Kischa](#) on Wed, 07 Mar 2018 09:37:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

die Pille nehme ich schon lange, das stimmt, die brauche ich allerdings leider auch wirklich. Durch einige anatomische Anomalien (Gebärmutter nach hinten und rechts verschoben, abgelenkt, Eierstöcke sind verschoben) habe ich ohne Pille so extreme Regelbeschwerden, dass ich nicht aus dem Bett kann, nur mit extrem starken verschreibungspflichtigen Medikamenten überhaupt klar komme, nicht essen kann bzw. mich sogar nach einer Tasse Tee übergeben muss, mein Kreislauf völlig im Eimer ist usw. Und das einen Tag vor und die ersten 2 Tage nach Einsetzen der Blutung. Außerdem habe ich wirklich ständig Zysten ohne Pille. Ich habe da mit Begleitung verschiedener Ärzte schon so einiges versucht, da ich an sich auch kein Fan der hormonellen Verhütung bin, aber es ist einfach nichts zu machen.

Die Blutbild-Ergebnisse werde ich noch posten, die habe ich aber erstmal nicht zur Hand, bin momentan geschäftlich auf Reisen.

Ich war dann aber doch noch mal bei der Ärztin und habe mir ein Herz gefasst und ihr von den anderen Veränderungen erzählt und sie meinte die Lage sähe nun ganz anders aus.

Vor allem in Zusammenhang mit meinem gesteigerten Sexualverlangen, dem "schnelleren" Stoffwechsel und Muskelaufbau, obwohl ich gar nicht mehr Sport getrieben habe (es hat sich gezeigt, dass ich zwar nicht weniger wiege, aber mein Körperfettanteil gesunken ist und somit die Muskelmasse gewachsen sein muss), ist es ihrer Ansicht nach sehr wahrscheinlich, dass ich eine erhöhte Testosteronproduktion habe. Dadurch ließen sich ihrer Aussage nach alle Symptome bzw. Veränderungen in meinem Körper von denen ich hier berichtet habe, erklären.

Jetzt geht es nach meiner Geschäftsreise, an die sich noch ein Urlaub anschließt, ans Testen. Die Ursache soll gefunden werden.

Mit der erste Gang wird der zum Gynäkologen sein. Angesichts meiner bisherigen Krankheitsgeschichte (erhöhter Blutdruck, ohne Pille extrem unregelmäßiger Zyklus, ständige Zystenbildung & Akne, leichtes Übergewicht trotz guter Ernährung und ausreichend Bewegung, leicht erhöhte Blutzucker-Werte) hält meine Ärztin es für wahrscheinlich, dass ich das PCO-Syndrom habe. Meine Mutter hatte das auch, allerdings bekam sie die ersten Symptome und Diagnose erst mit 42.

Subject: Aw: Haarausfall - Ärzte nehmen mich nicht ernst

Posted by [emmaackermann](#) on Mon, 23 Apr 2018 13:14:39 GMT

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

Ich verstehe dein Problem, aber mach dir keine Sorgen, du bist nicht allein. Ein Viertel der Männer und Frauen 20 und alle Alter verlieren Haare oder gehen kahl. Die normale Person verliert täglich rund 100 Haarsträhnen. Aber wussten Sie, dass Vitamin- und Nährstoffmangel dazu führen kann, dass mehr Strähnen von Ihrem Kopf abfallen? Haarausfall ist ein großes Problem, das in den letzten Jahren viele Frauen und Männer betrifft. Dafür gibt es mehrere Gründe. Die Hauptgründe dafür können genetische oder hormonelle Schwankungen im Körper, Umweltverschmutzung, Stress und Belastung, ungesunde Ernährung etc. sein. Sind Sie krank und müde von fallenden Haaren, die sich einfach weigern aufzuhören, egal welche Behandlung Sie versuchen? Du bist nicht allein. Millionen von Menschen kämpfen, um Haarausfall zu verhindern und versuchen, eine Behandlung nach der anderen zu versuchen Sie

einfach natürliche Dinge, um dies zu überwinden. Konsultieren Sie einen anderen Spezialisten, der Ihnen helfen kann. Mal sehen, was hier raus geht.
