

---

Subject: Androg. Haarausfall alles versucht jemand noch Ideen? Hilfe

Posted by [Antonella](#) on Thu, 08 Nov 2018 08:07:14 GMT

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

---

Hallo zusammen, als erstes stelle ich mich vor. Bin 36 Jahre alt und leide an Haarausfall seit meinem 20 Lebensjahr. Seitdem war ich bei x Ärzten. Blutentnahmen, Haaruntersuchungen hab ich alles hinter mir. Alles ok. War in einer Hautklinik. Kein Ergebnis. Die Gene sind schuld. Habe starke Geheimratsecken, die haarstruktur hat sich verändert und langsam lohtet sich der Scheitel. Hab sehr starken Haarausfall. Langsam gehen mir die Ideen aus was ich nehmen kann. Die Ärzte helfen auch nicht weiter. Soll mich abfinden damit :( . Hier mal eine Auflistung der Dinge die ich versucht habe:

Nahrungsergänzungsmittel: Priorin, Kieselerde, Biotin, L Lysine, Lcystein, Foligaij Haarkapseln.

Haar Lotion: Cortisonhaltige vom Hautarzt, Regaine, Cerafill mit Stemox von Recdken, Haarlotion mit Adenosin, Haarlotion mit Nanoxidil. Nichts hilft. Sogar den Theradome Helm hab ich gekauft. Nichts!

Haar Shampoo: Ket Shampoo, Alpecin, Plantur.

Hat jemand noch Ideen was ich probieren könnte? Bin verzweifelt. Hab schon sämtliche Foren durchgelesen. Wäre dankbar um jeden Tipp. Vielen Dank.

---

---

Subject: Aw: Androg. Haarausfall alles versucht jemand noch Ideen? Hilfe

Posted by [angorakatze](#) on Sun, 11 Nov 2018 18:38:46 GMT

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

---

Hast du eine starke, schmerzhaftige Menstruation?

Hast du unreine Haut?

Hast du Stress/ psychische Probleme?

Wie sieht deine Ernährung aus?

---

---

Subject: Aw: Androg. Haarausfall alles versucht jemand noch Ideen? Hilfe

Posted by [Antonella](#) on Sun, 11 Nov 2018 18:54:16 GMT

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

---

Hallo,

Nein meine Menstruation ist nicht stark. Eher schwach bis Mittel. Unreine Haut hab ich nicht, fertige und hier und da Mitesser. Ernährung sehr wenig Fleisch, kaum bis keine Milchprodukte viel Gemüse. Natürlich auch ab und an süßes. Vollkornprodukte aber auch Weißmehl. Ich bin Mama. Also ja ich hab Stress.

---

---

Subject: Aw: Androg. Haarausfall alles versucht jemand noch Ideen? Hilfe

Posted by [angorakatze](#) on Sun, 11 Nov 2018 22:20:34 GMT

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

---

Hm. Ok. Iss mal abends eine ordentliche Portion grünen Blattsalat und schau ob das Auswirkung auf deine Ausfallzahlen hat.

Du hast ja wirklich schon vieles probiert und ernährst dich auch gesund.

Ich finde das Buch: Die Hormonkur von Gottfried sehr interessant, zum Thema Ernährung und Haarausfall.

Und hier gibt es auch noch viele Tipps: <https://www.tipps-haarausfall.de/>

---

Subject: Aw: Androg. Haarausfall alles versucht jemand noch Ideen? Hilfe

Posted by [lala](#) on Wed, 09 Jan 2019 19:54:57 GMT

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

---

Hallo Antonella

du hast schon viel ausprobiert..

Man kämpft leider gegen einen (fast) unbekanntem Feind.

Hast du dir die Blutergebnisse angesehen, die gemacht wurden? Weißt du, was genau untersucht wurde?

Hast du Über-/Untergewicht? Nimmst du Pille oder andere Hormone?

Ich glaube nicht, dass die Ernährung bei dir eine große Rolle spielt, wenn so viele Nahrungsergänzungsmittel keine Wirkung gezeigt haben.

Haben Familienmitglieder Probleme mit Haarausfall? Großeltern, Eltern, Geschwister...

Viele Grüße

lala