

---

Subject: Chronisches oder akutes Telogen Effluvium?

Posted by [Superwoman1990](#) on Thu, 06 Feb 2020 13:00:00 GMT

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

---

Hallo liebe Leidensgenossen,

leider sind die Beiträge hier im Forum in den vergangenen Jahren immer weniger geworden. Es wäre schön, wenn das daran liegt, dass vielen geholfen werden konnte... :nod:

Ich bräuchte auch mal euren Rat und würde euch gerne von meiner Geschichte erzählen.

Kurz zu mir:

- weiblich, 29, keine familiäre Vorgeschichte.

Im Oktober ist mir auf Fotos aufgefallen, dass sich mein Haarvolumen merklich verringert hat. Meine Friseurin hat mich in etwa zu dem Zeitpunkt ebenfalls darauf aufmerksam gemacht. Mein Haarausfall muss zu diesem Zeitpunkt also schon aktiv gewesen sein, da man einen deutlichen Unterschied im Vergleich zum Jahr davor ausmachen konnte.

Ende November fiel mir dann auf, dass ich mir die Haare einfach aus dem Kopf ziehen kann. Dann fing ich an mich nur noch über dem Waschbecken zu föhnen und meine Haare zu zählen. (~ 150 Haare am Tag, an Waschtagen bedeutend mehr).

Dieser Zustand verschlimmerte sich im Dezember und Januar noch mehr. Heute bin ich bei Waschtagen bei ca. 300 Haaren am Tag, bei nicht Waschtagen bei 200. Abhängig davon, wie oft ich mir in die Haare greife. Da gehen bei jedem Griff locker 10 Haare raus.

Mein Haarausfall ist total diffus, also am ganzen Kopf. Keine Lichtung von Scheitel oÄ.

Mein Haarstatus ist dennoch miserabel, vor allem meine Längen sind praktisch nicht mehr vorhanden. Musste auch schon 10cm

abschneiden und bin dabei mich von den nächsten 10cm zu trennen, weil es nicht mehr tragbar ist.

Mögliche Ursachen könnten sein:

- Mein frisch Verlobter(!) hat sich im Februar 2019 von mir getrennt: die Trennung kam völlig unerwartet und

traf mich extrem hart (Psychologengänge inkl.) --> Das ist doch aber nun schon 1 Jahr her und mir geht es wieder sehr gut.

- Eisenwert von 27 --> hatte eine Eiseninfusion im Dezember 2019, Nachkontrolle Ende Feb.

- TSH: 3,12 --> L-Thyrox 50mg seit Anfang Dezember 2019

Ich frage mich nun, ob ich einen akuten oder chronischen Haarausfall (Telogen Effluvium) habe? War natürlich schon bei einem Hautarzt, der Gyn und habe am 11.02. einen Termin bei einem neuen Hautarzt (spezialisiert auf Haare)

Zusätzlich nehme ich seit nun mehr 3.5 Wochen Regaine für Frauen. Seit etwa 1 Woche bin ich nun im Shedding und merke,

wie mir noch mehr Haare als zuvor rausfallen.

Ich weiss, dass Regaine eig. beim AGA zum Einsatz kommt, habe aber gelesen, dass es beim CTE uU. auch gegeben wird.

Hat irgendjemand auch Erfahrungen mit Telogen Effluvium (sowohl chronisch als auch akut). Ich wäre sehr dankbar um einen Austausch.

Besten Dank fürs Antworten. :)

Liebste Grüsse  
Superwoman1990

---

---

Subject: Aw: Chronisches oder akutes Telogen Effluvium?

Posted by [Ally77](#) on Fri, 07 Feb 2020 18:00:47 GMT

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

---

Hallo Du, alle 3 von dir vermuteten Auslöser können tatsächlich verantwortlich sein. Am wahrscheinlichsten halte ich den Eisenmangel für den wahren Grund. Vor allem, weil du schreibst, dass du so viele Haare beim Durchgehen in der Hand hast. Eine Eiseninfusion und noch so lange her reicht nicht aus. Lass deinen Eisen- bzw Ferritinwert zeitnah nochmal checken und wenn immer noch unter 70, lass dir regelmäßig Eiseninfusionen geben oder nimm Eisentabletten. Wenn der Wert über ca. 70 liegt wird der HA, wenn er tatsächlich nur eisenmangelbedingt ist, ca 6 bis 12 Wochen später aufhören.

Regaine hätte ich nicht angefangen bei dem offensichtlichen nicht-AGA-Befund, aber ich weiß, dass man in so einer Situation nach jedem Strohalm greift.

Liebe Grüße  
Ally

---

---

Subject: Aw: Chronisches oder akutes Telogen Effluvium?

Posted by [Superwoman1990](#) on Mon, 10 Feb 2020 07:31:50 GMT

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

---

Lieben Dank Ally77 für deine Rückmeldung.

Bin gespannt wie sich meine Eisenwerte entwickelt haben. Aber ich hatte fast erwartet, dass man auch danach

noch geduldig sein muss, bis die Haare mit dem Eisen gesättigt sind :(

Viele liebe Grüsse  
Superwoman1990

---

---

Subject: Aw: Chronisches oder akutes Telogen Effluvium?

Posted by [Ally77](#) on Mon, 10 Feb 2020 18:19:58 GMT

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

---

Gerne, Superwoman :)

Von der einen Infusion vor 2 Monaten werden sich aber wie gesagt deine Eisenwerte nicht verbessert haben. Da brauchst du mehrere in kurzen Abständen. Und wahrscheinlich immer wieder kurweise (oder besser Behebung der Ursache deines Eisenmangels, z.B. mehr eisenhaltige Lebensmittel)

---

Subject: Aw: Chronisches oder akutes Telogen Effluvium?

Posted by [Superwoman1990](#) on Tue, 11 Feb 2020 16:00:00 GMT

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

---

Wie geht es dir denn Ally77?

Laut deiner Beiträge warst/bist du auch vom diffusen Telogen Effluvium betroffen?

War heute bei einem neuen Hautarzt und der hat mir die Eigenpluttherapie PRP empfohlen. Hast du davon schon mal gehört?

Beste Grüsse und eine schöne Woche :)

---

Subject: Aw: Chronisches oder akutes Telogen Effluvium?

Posted by [Provence](#) on Tue, 17 Mar 2020 17:36:13 GMT

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

---

Sorry, ich wollte Dir gerne antworten und habe irgend etwas falsch angeklickt und Dich ignoriert.....nun ist es wieder ok.

Ich lese schon sehr lange in diesem Forum und war verzweifelt wie alle hier. Und war selbst nie aktiv. Aus Zeitmangel, Angst usw.....

Deine Altersklasse bin ich auch nicht, aber das macht es nicht besser oder schlechter, daß Problem mit dem HA.

Ich kann nur sagen 6x PrP und eine Stammzellentherapie incl. PrP haben bei mir bewirkt, daß wieder Haare wachsen, diese auch bei mir bleiben und ich keine Haarpuder mehr benötige um meine durchscheinende Kopfhaut zu verstecken.

Jeden Morgen vor dem Spiegel bin ich in Tränen ausgebrochen vor meinem Aussehen und dem was noch auf mich zukommen würde.

Ich bin Ende 50, aktiv, fit und gesund.....und dann das!

Ich strand vor mir und habe nicht mehr zu mir und diesem Zustand gepasst und war mir fremd, der Spiegel mein Feind und Wind mein Hass....

Nun bin ich froh das das hinter mir liegt. Natürlich braucht man Geduld (garnicht meine Stärke) und es ist ja auch keine Kassenleistung.  
Aber ich wäre auch mit einem Kuhfladen auf dem Kopf durch die Straßen gelaufen wenn es geholfen hätte.

Ich denke es ist sehr entscheidend wer diese Behandlung durchführt und welche Erfahrungen vorliegen.

Gerne kann ich Dir weitere Informationen geben, vielleicht ist das ja erstmal eine interessante Information für Dich.

beste Grüße G.