
Subject: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [jeny](#) on Thu, 13 Jul 2006 13:59:22 GMT

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

hallo.

ich bin neu hier. ehrlich gesagt ist es mir auch ein wenig peinlich...aber was macht man auf dauer, wenn man immer nur hört,"oh deine haare werden ja immer dünner" und kein arzt einem helfen kann. ich hatte mein leben lang dicke lockige haare. ein traum.

seit ca 4 monaten ist mein haarausfall stark geworden und seit etwa 2 wochen so extrem, das ich angst habe vor den nächsten wochen.

meine gedanken kreisen den ganzen tag nur noch um haare die ausfallen und ausfallen. ich könnte jedesmal weinen wenn ich wieder büschelweise verliere.

ich war beim hausarzt beim hautarzt und beim gynäkologen...alle konnten nicht wirklich etwas feststellen, und ehrlich gesagt fühle ich mich auch nicht wirklich ernst genommen.

naja die blutwerte waren auf jeden fall in ordnung- bis auf einen grenzwertigen eisenwert, der aber "noch" in ordnung sei. jetzt darf ich meine haare, oder das waoch davon übrig ist 4 tage nicht waschen und muss dann zu so einer haaranalyse...weiss einer von euch wie so was abläuft?

naja ich hoffe hier einfach ein wenig trost zu finden.

danke schonmal,
liebe grüsse

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [Claudi](#) on Thu, 13 Jul 2006 14:17:48 GMT

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

Hallo Jeny,

willkommen im "Club".

Wie sind denn deine Eisenwerte? Hast du sie zur Hand?

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [Katja](#) on Thu, 13 Jul 2006 14:40:01 GMT

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

Hallo Jenny,

also wenn du 4 Tage keine Haare waschen darfst, dann wird das ein Trichogramm sein.

Da werden dir am Vorderkopf und am Hinterkopf jeweils um die 50 Haare mit einem Ruck inklusive Wurzel herausgerissen und analysiert. Hier sieht man dann, ob irgendwelche Schädigungen vorhanden sind bzw. man sieht, ob am Vorderkopf möglicherweise mehr Haare im Telogenstadium (also in der Ruhephase) sind, wie am Hinterkopf.

Keine Angst. Lustig ist das zwar nicht, aber die 2 mal überlebt man ganz gut. Und es hat ja auch einen Zweck.

Das mit dem Eisenwert ist echt so eine Sache. Also das solltest du wirklich ernst nehmen und ggf. Eisen zuführen. Hat dein Arzt dir da nichts gesagt?

Wichtig ist auch der Eisenspeicher. Hast du da auch Ergebnisse?

Halt durch!

Grüße, Katja

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [jeny](#) on Thu, 13 Jul 2006 14:53:42 GMT

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

wow so schnell bekommt man hier antworten! bin ganz gerührt.

also die eisen werte habe ich nicht mitbekommen vom arzt. der hautarzt hat auch nochmal blutabgenommen um noch einen anderen bestimmten eisenwert zu prüfen und ich glaube zink auch noch.

am montag muss ich dann zum haare ausrupfen. werde wahrscheinlich jedem der 50 haare hinterher trauern:-)

am dienstag bekomme ich dann die blutergebnisse.

ich wollte auch nochmal zu meiner gynäkologin, letztes mal wars ne vertretungsärztin.

vielleicht liegts ja doch an den hormonen...

gibts da irgendwelche anhaltspunkte ob es an hormonen oder an irgendwelchen anderen dingen liegt?

wenn ich nur wüsste woran es liegt...man will was tun, aber kann nur zusehen, wie ein haar nach dem anderen ausfällt..

danke für eure unterstützung!!

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [kaaos_k](#) on Thu, 13 Jul 2006 16:37:28 GMT

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

hey jeny,

frag deine ärzte immer nach der kopie, freiwillig rücken die meistens nicht die werte raus... aber schön, dass deine ärzte überhaupt die werte (auch zink und so) nehmen... finde es auch wichtig, die ganzen blut-sachen checken zu lassen (bin grad dabei und werd meine neuesten werte - heute bekommen - gleich auch mal einstellen).

erzähl auf jeden fall von deinem trichogramm. ich überlege auch, was ich da machen soll. habe gestern meinen trichoscan termin abgesagt (kosten: knapp 80€). gründe: erst will ich die blutwerte abwarten, außerdem kriege ich dann zwei stellen am kopf (jeweils so groß wie ein 2-cent-stück) abrasiert... hilfeeeeeee, das sind so viele haare

lass den kopf nicht hängen! ich hab auch andauernd tiefs... das nächste bestimmt wieder heute abend, aber der austausch hier hilft

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [jeny](#) on Thu, 13 Jul 2006 16:48:16 GMT

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

uiuiuh komme gerade aus der dusche...danach ist meist erstmal frustration angesagt. trychogramm...trychoscan...wo ist denn da der unterschied? meint ihr ich sollte auch erstmal die blutwerte abwarten? wenn da was bei rum kommt, könnte ich mir das haare ausreissen doch sparen oder? und noch was! bin froh hier gelandet zu sein! ihr seit top! @kaaos_k: ich drück dir die daumen!!

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [laura](#) on Thu, 13 Jul 2006 16:57:27 GMT

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

Hi Jenny!

Ich bin Laura, auch 22 Jahre alt, und habe ein ähnliches Problem. Kämpfe auch seit Monaten mit HA, mit Ärzten die mich nicht ernst nehmen, und Untersuchungsergebnissen, die nicht wirklich aufschlussreich sind. Dass es mit Hormonen zu tun hat bezweifle ich inzwischen (tritt ja außerdem selten schon so jung auf), und gleich wie bei dir bietet mir höchstens der niedrige Eisenwert einen Anhaltspunkt...

Ich kann dir leider keinen Rat geben, aber vielleicht kommen wir mit Vergleichen unserer Erfahrungen und Untersuchungsergebnisse ja ein wenig weiter.

Drücke dir die Daumen, dass du bald was findest,

LG Laura

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [kaaos_k](#) on Thu, 13 Jul 2006 17:29:19 GMT

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

also, bei mir ist es irgendwo ja auch die angst, beim trichoscan was "böses" (also etwas, was ich nicht hören will) zu erfahren...

wg. unterschied zw. trichogramm und trichoscan kannste ja mal googlen... trichogramm wird halt bezahlt... wenn du nen termin hast, würd ich hin gehen. zweifel ja auch immer, ob ich nich doch hätte gehen sollen. denke mir aber auch: kann ich ja immer noch machen... schwer das alles...

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [jeny](#) on Fri, 14 Jul 2006 12:10:33 GMT

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

und wie waren die blutwerte? zufrieden?

gruss, jeny

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [jeny](#) on Tue, 18 Jul 2006 10:15:25 GMT

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

hallo

wie gehts euch allen?

gestern war ich bei dem trichogramm. langsam verzweifle ich wenn ich sehe wie viele haare mir ausfallen. könnte heulen. alles dreht sich nur noch darum.

habe das gefühl das es jeden tag schlimmer wird. so schlimm wie gestern war es noch nie. das nahm gar kein ende mehr- konnte den ganzen tag büschelweise haare rausziehen.

naja heute abend bekomme ich die ergebnisse des bluttestes und des trichogramms. hab ein wenig angst davor. mehr angst das die nichts finden, als umgekehrt. was mach ich wenn die nichts finden? dann geht das vermutlich so weiter und wird immer schlimmer.

hoffe uns gehts bald allen besser.

gruss, jeny

Subject: trichoscan

Posted by [Elena](#) on Tue, 18 Jul 2006 14:07:42 GMT

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

Hallo Jeni,

ich habe mein trichoscan vor einem Jahr für 30 Euro machen lassen (in Hamburg bei Fr. Peter). Vielleicht lohnt es sich, Preise zu vergleichen.

Liebe Grüsse

Elena

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [kaaos_k](#) on Tue, 18 Jul 2006 16:19:21 GMT

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

hallo jeny,

ich glaube, du meinstest mich wegen den blutwerten, oder

habe sie hier vor ein paar tagen eingestellt. auf die "anderen" werte vom endo muss ich noch ne gute woche warten.

was ist mit deinen werten??

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [jeny](#) on Wed, 19 Jul 2006 09:04:14 GMT

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

ich habe meine werte immer noch nicht. hätte sie gestern bekommen sollen und wollte sie heute auch mitnehmen zu meiner gynäkologin. naja morgen nochmal versuchen.

hab jetzt erstmal auf gut glück ne andere pille verschrieben bekommen. vielleicht bringts ja was. schaden kanns ja nicht denk ich.

und sie fallen weiter und weiter aus:-(wenn das nur endlich mal aufhören würde.

da hilft wohl nur ablenkung.

wünsch euch allen einen schönen sonnigen tag. genießt das wetter.

gruss jeny

Subject: welche pille

Posted by [kaaos_k](#) on Wed, 19 Jul 2006 09:10:48 GMT

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

welche pille hat dir die FÄ denn verschrieben?? und welche nimmst du zur zeit?

ich nehm die bella hexal (gleiche zusammensetzung wie diane), die aber auf dauer keine besserung gebracht hat. deswegen will ich jetzt ne andere. aber mein gyn. hat leider null ahnung

und hat mir jetzt die cilest verschrieben... weil ich sie mal vor jahren genommen hab und gut vertragen hat... ich will aber mal mit wem darüber reden der ahnung hat. also hab ich nächste

woche nen termin bei nem neuen gyn. von "bens ärzteliste"... ich hoffe, da bekomm ich ne bessere "beratung"...

Subject: Re: welche pille

Posted by [jeny](#) on Wed, 19 Jul 2006 09:15:59 GMT

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

also ich habe bis jetzt schon seit etwa 6 jahren die microgynon genommen und jetzt hat meine frauenärztin mir belara verschrieben...jemand erfahrung damit?

Subject: Re: welche pille
Posted by [kaaos_k](#) on Wed, 19 Jul 2006 09:27:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

neeeeeeee, hab ich (leider) keine erfahrungen mit...

bei manchen hilft ja nun mal die pille gegen HA, bei anderen anscheinend nicht. ich weiß auch noch nicht, was man von der "biopille" halten kann. hört sich auf der seite ja ganz vielversprechend an...

ach so, noch ne frage: hat wer ne erklärung dafür, dass mein hirsutismus unter bella hexal immer stärker wird?? mein toller gyn. ist damit überfordert...

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [Claudi](#) on Wed, 19 Jul 2006 10:28:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

jeny schrieb am Don, 13 Juli 2006 15:59

naja die blutwerte waren auf jeden fall in ordnung- bis auf einen grenzwertigen eisenwert, der aber "noch" in ordnung sei.

Jeny, der Eisenwert kann beim Thema Haarausfall eine wichtige Rolle spielen. Und wenn der Arzt schon sagt, dass es grenzwertig ist wer weiß wie niedrig er wirklich ist.

Wenn du die Wert immer noch nicht bekommen hast, dann fordere sie doch schriftlich dazu auf. So ungefähr: "Ich bitte um Zusendung der Ergebnisse meiner Blutuntersuchung vom.... Einen Freiumschlag füge ich in der Anlage bei. Etwaige Kopierkosten können Sie mir gern in Rechnung stellen." Das hat bis jetzt bei mir immer was gebracht und Kopierkosten hat mir letztendlich niemand in Rechnung gestellt.

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [jeny](#) on Wed, 19 Jul 2006 12:46:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja ich werden mein glück morgen noch einmal probieren und dort anrufen mit der bitte das die die auch zu meinem hausarzt faxen und ich ne kopie davon bekomme. andernfalls werd ich böse ist doch nicht normal das so blutwerte so ewig dauern oder?

Subject: Pilleneinnahme

Posted by [Lisa76](#) on Wed, 19 Jul 2006 14:07:52 GMT

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

Hallo Jeny,

Was für ein Präparat hat man Dir denn verschrieben?. Der Wechsel von Valette zu Diane (Cyproderm) war bei mir verbunden mit höllischem Haarausfall.

Sorry!.

Subject: Re: Pilleneinnahme

Posted by [kaaos_k](#) on Wed, 19 Jul 2006 14:31:53 GMT

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

Zitat:also ich habe bis jetzt schon seit etwa 6 jahren die microgynon genommen und jetzt hat meine frauenärztin mir belara verschrieben...jemand erfahrung damit?

...das hat jeny schon etwas weiter oben geschrieben

bei mir war der wechsel von valette zu bella hexal ok... denn in den darauffolgenden monaten hatte ich kaum noch HA. aber vielleicht lag es auch daran, dass dann der sommer vorbei war, und ich halt sommer-HA habe...

schwierige fragen...

Subject: Re: Pilleneinnahme

Posted by [jeny](#) on Wed, 19 Jul 2006 19:04:46 GMT

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

ich verzweifel bald. wenn ich mir fotos von vor einem jahr anschau könnt ich heulen... aus meiner dicken matte sind nur noch fisselige reste geblieben.

komm grad aus der dusche. ich glaub ich wasch mir nie wieder die haare. das wird von tag zu tag schlimmer!!

irgendwer n wundermittel parat????????

Subject: Re: Pilleneinnahme

Posted by [Claudi](#) on Wed, 19 Jul 2006 19:11:59 GMT

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

jeny schrieb am Mit, 19 Juli 2006 21:04ich verzweifel bald. wenn ich mir fotos von vor einem jahr anschau könnt ich heulen... aus meiner dicken matte sind nur noch fisselige reste geblieben. komm grad aus der dusche. ich glaub ich wasch mir nie wieder die haare. das wird von tag zu tag

schlimmer!!
irgendwer n wundermittel parat???????

Wenn ich eins hätte, wär ich Millionär!

Hallo Jeny,

ich verstehe deinen Frust. Aber warte erst mal deine Untersuchungen ab. Das mit dem niedrigen Eisenwert scheint ja schon ein Hinweis zu sein. Hast du den Thread von Katja über Eisen gelesen?

Subject: Re: Pilleneinnahme
Posted by [jeny](#) on Wed, 19 Jul 2006 19:35:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

meint ihr eigentlich das die ganzen haare die einem ausgefallen sind irgendwann wieder nachwachsen? oder ist das auch nicht sicher?
wenn ich wenigstens wüsste das es irgendwann wieder so werden könnte wies mal war...

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [jeny](#) on Fri, 21 Jul 2006 09:19:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallöchen.
frustration macht sich breit.
gestern hat meine hautärztin angerufen (da habe ich 1 woche drauf gewartet weil ich hoffte, dann zu wissen warum die haare ausfallen)und hat gesagt das alle blutwerte so wie auch die ergebnisse des trichogramms in ordnung seien. sie hat mich ziemlich abgewimmelt, fragte ob ich meine haare schon mal gezählt hätte. ich habe gesagt "nein so direkt nicht!" wenn es über hundert wären könne man weiter eingrenzen sagte sie...ich hab gesagt das es in jedem fall über hundert sind, schliesslich fallen sie in büscheln aus und grob zählt man ja schon mit. sie fiel mir ins wort und sagte: zählen sie die haare!!!! dann war das gespräch beendet. ich fühl mich überhaupt nicht ernst genommen. ausserdem weiss ich jetzt immer noch nicht woran es liegt:-)
war dann heut morgen in der apotheke..da sagte man mir, das einzige was wirklich helfen würde, sei reagine...
man hört aber so viel schlechtes darüber..das einem noch mehr haare ausfallen...
was mach ich denn jetzt????

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [Padme](#) on Fri, 21 Jul 2006 09:22:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:was mach ich denn jetzt????

Werte hier einstellen zum Beispiel! Was meinst Du wieviele von uns bei jedem Arztgang hören "Alles in Ordnung" - so ist es aber oft nicht.

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [Katja](#) on Fri, 21 Jul 2006 09:44:02 GMT

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

Also ich will hier nicht wie eine Regaine Werbeveranstaltung klingen. Aber mir hat es doch geholfen. Wenigstens psychisch. Weil ich wenigstens etwas dagegen tue und mich der Sache auch nicht so ausgeliefert fühle.

Ausserdem wird der Haarausfall nur anfangs zwischen 3-6 Wochen schlimmer. Dann ist er bei mir auf ein All-time-low gesunken. So wenig Haare wie in der Zeit habe ich mein ganzes Leben nicht verloren.

Also vielleicht doch noch mal zu einem anderen Hautarzt und doch mal Regaine probieren?

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [Claudi](#) on Fri, 21 Jul 2006 10:17:04 GMT

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

Sollte Jeny sich nicht erst mal um den zu niedrigen Eisenwert kümmern, bevor sie Regaine ausprobiert?

Ich gebe Padme vollkommen Recht: Werte anfordern!

(Aber ich glaube, ich wiederhole mich)

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [jeny](#) on Fri, 21 Jul 2006 11:19:21 GMT

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

nee nee das ist es ja...wie sich heraus gestellt hat ist der eisenwert ja in ordnung.
die werte wollten sie mir jetzt zu faxen...sobald ich sie habe, werde ich sie hier rein stellen..

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [Padme](#) on Fri, 21 Jul 2006 11:21:34 GMT

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

jeny schrieb am Fre, 21 Juli 2006 13:19nee nee das ist es ja...wie sich heraus gestellt hat ist der eisenwert ja in ordnung.
die werte wollten sie mir jetzt zu faxen...sobald ich sie habe, werde ich sie hier rein stellen..

Wenn Dein reiner Eisenwert in Ordnung ist, hat das noch lange nicht zu sagen, dass der Eisenhaushalt in Ordnung ist.

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [jeny](#) on Fri, 21 Jul 2006 16:38:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

eisenhaushalt ist ja auch in ordnung!! wurde ja alles getestet!

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [jeny](#) on Fri, 21 Jul 2006 18:01:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich habe heute 750 haare gezählt..ich kann niht mehr

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha
Posted by [Padme](#) on Fri, 21 Jul 2006 18:28:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

jeny schrieb am Fre, 21 Juli 2006 18:38eisenhaushalt ist ja auch in ordnung!! wurde ja alles getestet!

Du wirst nicht umhin kommen, die Meinung eines Arztes auch mal kritisch zu betrachten. Hast Du (es betrifft Dich schließlich) überhaupt mal Katjas Beitrag über Eisen und Ferritin gelesen?

Zitat:Rushton behauptet, dass Serum Ferritin Konzentrationen von 40 ng/ml oder höher von Nöten sind, um einen guten Haarstatus zu erhalten während 70 ng/ml für ein Nachwachsen benötigt werden.

So, wenn Du aber einen Ferritinwert von meinerwegen 12 hast, und die Norm beträgt zwischen 10 und 150, dann ist Dein Ferritinwert in der Norm und bei manchen Ärzten ist hier dann einfach finito. Katjas Beitrag belegt aber deutlich, dass er schon ein wenig höher sein müsste, damit man gesundes Haarwachstum bzw. das wirkungsvolle Anschlagen anderer Sachen gegen den Haarausfall erreicht.

Selbst bei meinen sehr netten Ärzten, zu denen ich Vertrauen hab, muss ich doch oft genug nachhaken, kritische Einwürfe bringen oder nach Verlassen der Praxis ungläubig den Kopf schütteln, weil ich es selbst, nicht zuletzt aus diesem Forum, besser weiß.

Subject: Re: hallo- ich bin 22 und leide stark unter dem ha

Posted by [Claudi](#) on Fri, 21 Jul 2006 19:55:18 GMT

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

Padme schrieb am Fre, 21 Juli 2006 20:28Selbst bei meinen sehr netten Ärzten, zu denen ich Vertrauen hab, muss ich doch oft genug nachhaken, kritische Einwürfe bringen oder nach Verlassen der Praxis ungläubig den Kopf schütteln, weil ich es selbst, nicht zuletzt aus diesem Forum, besser weiß.

Zumal ja ein Arzt schon zugegeben hat, dass Eisen grenzwertig ist oder war (?).

Welche Dinge wurden denn noch untersucht? Auch Schilddrüse? Andere Hormone?

750 Haare am Tag zu verlieren ist nicht normal. Da muss etwas hinter stecken. Fallen sie diffus aus? Hast du bereits lichte Stellen?

Du müsstest dir das aber auch mal ein wenig zu Herzen nehmen, was man dir hier im Forum rät, sonst kann man dir nicht weiterhelfen. DIE Lösung hat hier keiner parat, aber doch zumindest Dinge, wo du ansetzen kannst.
