

---

Subject: Bedeckung  
Posted by [Nali](#) on Wed, 16 Aug 2006 09:46:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen!

Ich habe eine wichtige Frage und hoffe jemand kann mir da weiterhelfen.  
Ich habe AGA und dunkles, ziemlich lichtetes Haar und  
kann es ohne irgendwas nicht mehr tragen, zB ein Tuch, ein Capi  
oder wie auch immer.

Könnt ihr mir sagen, wie ihr das versteckt, bedeckt?

Ich lauf nun schon seit Wochen mit so nem Tuch rum und  
langsam bin ich frustriert.

Ich wäre sehr sehr dankbar über Antworten!

liebe Grüße  
Nali

---

---

Subject: Re: Bedeckung  
Posted by [petra38](#) on Wed, 16 Aug 2006 10:07:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo nali,

ja, ich kenne das gefühl, wie verdeckt man das problem.  
ich schwöre auf "haare aus der dose" und es heisst volluma.  
ich kopiere dir mal den link hier herein, da kannst du dir auch mal das video dazu ansehen.  
der einzige nachteil von diesem spray aus der dose ist, dass die haare etwas stumpfer aussehen,  
wenn du es auch auf die seitenpartie sprühst, dann könnte es sein, dass dein kopfkissen  
etwas abbekommt, was sich nach dem waschen aber auch wieder erledigt hat. doch damit  
bekomme ich eine wunderschöne fülle hin und es ist total unauffällig.  
vielleicht probierst du dies mal.

[http://www.haarausfall-verlust.de/haarausfall/haarcamouflage .htm](http://www.haarausfall-verlust.de/haarausfall/haarcamouflage.htm)

lieben gruss petra

---

---

Subject: Ja, aber...  
Posted by [Gaby](#) on Wed, 16 Aug 2006 11:19:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

...man darf auch nicht vergessen, das Toppik oder auch Volluma viele bedenkliche Farbstoffe

enthält, denen man in Kombination mit Regaine erst Recht die Möglichkeit gibt, in die Kopfhaut und damit in den Körper einzuziehen. Viele, die ohnehin Kopfhautreizungen wegen dem Regaine haben, so wie ich, und/oder zu Allergien neigen, sollten das lieber nicht anwenden. Und: Volluma deckt die Kopfhaut viel stärker ab als Toppik. Ich hatte da immer bedenken, ob das Regaine dann überhaupt noch voll einwirken kann.

Gaby

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [petra38](#) on Wed, 16 Aug 2006 15:30:45 GMT

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

---

das kann ich mir denken, wenn ich regaine anwende. ich muss sagen, dass ich dann auch probleme mit der verwendung von toppik oder volluma sehen würde. ist auch logisch, wenn ich die kopfhaut zusprühe und dann ein mittel auftrage, was in die kopfhaut einziehen soll, dass dies zur folge hat, dass es auch andere stoffe mit hineintransportiert. doch bin ich ohnehin ein gegner davon, toppik oder volluma als einfärbemittel für die kopfhaut zu verwenden. mit etwas geschick schafft man es auch, nur die haare zu besprühen, die dann sehr viel voller aussehen. haarspray oder haarlack fühlt sich auf der kopfhaut ja auch furchtbar eklig an und sollte eben auch auf die haare, wofür es auch gedacht ist.

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Wed, 16 Aug 2006 19:14:52 GMT

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

---

Hallo Petra,

vielen lieben Dank für deinen Tipp!

Hatte mir Toppik auch bestellt und ehrlich gesagt kann ich damit nichts anfangen. Das kommt überall hin, nur nicht da wo es soll.. Bin wohl etwas ungeschickt...

Das Bad sah danach zumindest echt schlimm aus

Wenn ich es geschickt machen könnte..., müsste man es ja nicht jeden Tag nehmen und könnte es abwechselnd mit dem Tuch machen und dann wäscht man einfach den Tag, wo man Toppik nimmt abends die Haare und nimmt danach Regaine.

Dann müsste es funktionieren und man hat den Kram nicht im Bett!

\*grins\*

Wie lange hast du gebraucht, bis es richtig geklappt hat?

Hast du da nen Trick??

Grüßis

Nali

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Gaby](#) on Wed, 16 Aug 2006 19:25:36 GMT

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

Hallo Nali,

bei Toppik muß man unbedingt auch Haarlack zum Fixieren benutzen, sonst bröseln alles wieder raus.

Ich hab die Schweinerei eher mit Volluma im Bad. Da muß man sich ganz dezent vorarbeiten. Sprüht man zu beherzt, kann man sein blaues (bzw. braunes, mittelbraunes, blondes oder schwarzes) Wunder erleben.

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Wed, 16 Aug 2006 19:32:21 GMT

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

ja, diesen Lack hatte bzw habe ich auch. das war ein Schweinekras...  
nee, nee, das sah ganz merkwürdig aus!

Volluma sieht mir da einfacher in der Handhabung und Dosierung aus?!?

Gibt es sonst noch Möglichkeiten das zu vertuschen?

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [petra38](#) on Wed, 16 Aug 2006 19:39:47 GMT

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

hallo nali,

ich habe auch beides ausprobiert und ich selbst komme nun besser mit volluma klar, weil eben auch nichts wieder rausbröseln und ich gezielter sprühen kann. doch denke ich, dass das alles eine kurze zeit der einübung braucht. ich sehe den vorteil bei volluma eben auch darin, dass man es eher von seitlich her ansprühen kann, damit ja bloß nicht zu viel auf die kopfhaut kommt, was gaby schon richtig angesprochen hat. bei volluma geht es aus der puderdose einfach nur von oben und je nachdem wie licht die haare sind, kommt es eben auch direkt auf die

kopfhaut.

ich nehme nun selbst kein regaine, passe aber trotzdem höllisch auf, dass meine kopfhaut so wenig wie möglich abbekommt. sie könnte ja nicht mehr atmen können....und welche gedanken man sich eben so bei haarausfall macht....

lieben gruss petra

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Wed, 16 Aug 2006 19:49:31 GMT

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

---

vielen lieben Dank für den Tipp.

Werd mir das mal durch den Kopf gehen lassen und evtl Voluta mal testen. Für Toppik sind meine Haare wohl einfach zu leicht, da da wirklich ne ganze Menge auf der Kopfhaut landet und nicht auf den Haaren!

zwei kurze Fragen hätte ich noch...

Kannst du dir die Haare, wenn du sie mit Voluta behandelst hast auch ganz normal kämmen oder musst du das vorher machen??

Nimmst du ein spezielles Shampoo zum rauswaschen oder ein ganz normales?

Dank dir für die schnellen Antworten!

Grüßis

Nali

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [petra38](#) on Wed, 16 Aug 2006 19:56:49 GMT

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

---

Nali schrieb am Mit, 16 August 2006 21:49

zwei kurze Fragen hätte ich noch...

Kannst du dir die Haare, wenn du sie mit Voluta behandelst hast auch ganz normal kämmen oder musst du das vorher machen??

Nimmst du ein spezielles Shampoo zum rauswaschen oder ein ganz normales?

Dank dir für die schnellen Antworten!

Grüßis

Nali

---

du solltest die haare vorher schon gekämmt haben, doch wenn du zu viel volluma versprühst, sind die haare schon pappiger, wie als hättest du zuviel haarspray benutzt, wenn du weisst, wie ich das meine.... also weniger ist oft mehr und reicht auch für die optik völlig aus. klar kannst du das dann auch kämmen, das haar wird ein bisschen griffiger mit volluma, wie mit einem hauch haarspray eben. ich nehme ein normales haarshampoo und es geht mit einmal waschen auch raus. man muss nicht, wie im link angeboten, ein spezialshampoo benutzen.

nur einen tip vielleicht noch, dadurch dass die haare mit volluma etwas stumper aussehen, einen kleinen hauch glanzhaarlack darüber.

ich war schon kurz vor einem haarteil gestanden, mit volluma schieb ich das jetzt noch ein großes stück weiter von mir weg....so lange wie es geht halt.

und schau nochmal in ebay...von zeit zu zeit kannst du volluma dort noch um einiges günstiger ersteigern. (ist aber nicht immer im angebot)

lieben gruss

petra

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Sat, 19 Aug 2006 16:20:51 GMT

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

---

Hi Petra!

Wie sieht es eigentlich aus, wenn man sich eine Dauerwelle machen liese?

Wär das schädlich für die Haare und würden dann nicht noch mehr ausfallen?

Hab mir mal so Locken gemacht und das ging eigentlich,

wenn man es dann noch zusammengesteckt hat usw...

liebe Grüße

Nali

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [petra38](#) on Sat, 19 Aug 2006 18:36:02 GMT

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

---

hi nali,

dauerwelle ist klar schädlich für die haare, aber das ganz klar auch ohne haarausfall. ich denke, es muss jeder für sich selbst entscheiden, ob man nun färbt, tönt oder sich eine dauerwelle verpassen lässt.

ich hatte in meiner ersten lehre mal friseurin gelernt und kann dir nur sagen, um eine positivere optik bei haarausfall zu erhalten ist dauerwelle aus meiner sicht nur eingeschränkt zu sehen. in erster linie hat man vielleicht mehr fülle insgesamt, aber dadurch, dass man auch automatisch mehr stand und fülle am oberkopf hat, kann man auch noch mehr zwischendrin durchsehen und so mehr die kopfhaut sichtbar machen als ohne. das konnte man ganz gut bei den omis erkennen, die ihre wenigen haare lockten. wenn du allerdings nur eine leichte ausdünnung deiner haare hast und noch eine gesunde struktur aufweist, könntest du es evtl wagen. ich

selbst bin allerdings der meinung, dass man haare und kopfhaut weitgehendst schonen sollte bei unserer problematik.  
wie wäre es denn mit strähnen....machen auch ein volleres erscheinungsbild und es kommt nichts an die kopfhaut.

lg petra

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Wed, 23 Aug 2006 11:33:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Petra!

Habe mich nun dafür entschieden und Volluma bestellt.  
Es steht da, dass das Wasserresistent ist, heißt das auch, man kann damit schwimmen und auch tauchen?  
Das würd ich so gern mal wieder machen, zumindest schwimmen!

Liebe Grüße  
Nali

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [petra38](#) on Wed, 23 Aug 2006 12:11:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi nali,

also ich würde mit volluma nie und nimmer schwimmen gehen, bzw. den kopf unter wasser bringen. wenn du allerdings wie ein schwan im wasser schwimmst und die haare nur so viel nass werden können, wie bei einem kleinen regenschauer...ist das überhaupt kein thema. probiere es einfach selbst, dann wirst du sehen, wie weit du mit dem volluma gehen kannst.  
nur ein tip vorweg. du hast dunkle haare...vor dem besprühen unbedingt die flasche super gut schütteln, biste nicht mehr kannst, denn sonst macht das spray einen grauschleier...und das sieht mist aus.

will hören....wie du mit zurecht kommst, ok?

lieben gruss petra

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Wed, 23 Aug 2006 12:25:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Petra,

danke für den Tipp mit dem Schütteln!  
Werde ihn beherzigen!

Gehst du denn ganz normal schwimmen? Ich traue mich das so auf jeden Fall nicht...

Werd dir dann berichten, wie es klappt...

liebe Grüße  
Nali

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [petra38](#) on Wed, 23 Aug 2006 12:28:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

du, ehrlich? ich hasse wasser...seit das da oben verrückt spielt...ich hasse regen und ich hasse wind.....von daher kann ich dir keinen tip geben.

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Gaby](#) on Wed, 23 Aug 2006 14:59:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

petra38 schrieb am Mit, 23 August 2006 14:28du, ehrlich? ich hasse wasser...seit das da oben verrückt spielt...ich hasse regen und ich hasse wind.....von daher kann ich dir keinen tip geben.

Wie wahr! Ist bei mir genauso. Regen, Wasser, Wind...

@Nali: Nach dem Einsprühen immer schön die Stirn kontrollieren, denn meistens bleiben kleine Farbtropfen drauf haften, und: Neonlicht vermeiden!

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [petra38](#) on Wed, 23 Aug 2006 21:04:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

xxgabyyxx schrieb am Mit, 23 August 2006 16:59petra38 schrieb am Mit, 23 August 2006 14:28du, ehrlich? ich hasse wasser...seit das da oben verrückt spielt...ich hasse regen und ich hasse wind.....von daher kann ich dir keinen tip geben.

Wie wahr! Ist bei mir genauso. Regen, Wasser, Wind...

@Nali: Nach dem Einsprühen immer schön die Stirn kontrollieren, denn meistens bleiben

---

kleine Farbtropfen drauf haften, und: Neonlicht vermeiden!

nun ja....wir haben ja, was den wind und den regen angeht...bald wieder unsere hoch-zeit. grrrrrrr was das einsprühen und die flecken auf der stirn angeht, so habe ich mir ein großes blatt als schmalen streifen gefaltet und halte den dann kurz vor den haaransatz und sprühe dann drauf los. da ich auch das hauptproblem an der front habe, würde ich ohne blatt ganz sicher auch meine augenbrauen verdichten....käm echt nicht gut.

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Sat, 26 Aug 2006 11:13:32 GMT

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

---

Hallo Petra!

aber bei Wind sollte doch Voluma trotzdem halten oder nicht??

Ich habe Voluma übrigens am Dienstag bestellt und noch immer nicht erhalten, obwohl auf der Site 2 Tage angegeben waren.

Wie lange dauert das bei dir?

Dachte, ich könnt es spätestens am Wochenende testen, weil ich noch weggehe heute, aber das wird dann wohl nichts und das Tuch muss wieder herhalten.

langsam kann ich die Dinger nicht mehr sehen...

Ich würd so gern mal wieder einfach rausgehen und mir keine Gedanken machen müssen.

Ist schon verdammt schwer damit umzugehen...

Vorgestern hatte ich auch wieder so eine Phase. Das drückt einen so nieder!! Was tust du, wenn es dir so geht? Wie lange "lebst" du schon damit? Ich weiß nicht, ob ich das mein ganzes restliches Leben ertragen könnt. Bin ja gerade 21.

liebe Grüße

Nali

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Claudi](#) on Sat, 26 Aug 2006 11:30:06 GMT

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

---

Nali schrieb am Sam, 26 August 2006 13:13 Ich würd so gern mal wieder einfach rausgehen und mir keine Gedanken machen müssen.

Hallo Nali,



diese Sorge kenne ich auch. Ständig dieses Gedanken machen, wenn man mal abends rausgehen will. Wenn ich weiß, dass ich abends etwas besonderes vor habe, kommt es häufig vor, dass ich schon nach dem Aufwachen daran denke, dass ich mir ja heute abend eine Frisur "basteln" muss und bin dann schon völlig schlecht gelaunt.

Da kann man wirklich nur versuchen den Druck rauszunehmen, indem man sich von Anfang an sagt, dass es nicht perfekt sein muss und dass man heute einfach mal mit einem Tuch rausgeht o. ä.

Diese ständige Gefrickel mit Haarteilen, Volluma etc., was dann oft doch nicht zu einem wünschenswerten Ergebnis führt, macht mich noch viel fertiger.

Manchmal ist "weniger mehr". Habe schon Komplimente gehört wie "das sieht aber raffiniert aus mit dem Tuch" o. ä. Genau dann, wenn man's nicht erwartet.

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [petra38](#) on Sat, 26 Aug 2006 18:22:52 GMT

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

---

hallo nali,

bei volluma kann es stürmen....es hält bombenfest... keine sorge.  
da das volluma aus holland kommt, dauert es meist eine bis 1,5 wochen. ich denke die zwei tage beziehen sich auf den versand in den niederlanden.

ich kenn nur zu gut diese tage, an denen man sich verkriechen kann, doch seit ich das volluma nehme, sehe ich die sache weitaus entspannter. man kommt sich dabei zwar vor, wie in einer autolackierei, aber es ist schon enorm, was ich seitdem wieder aufatmen kann. ich gehe inzwischen schon so viel lockerer damit um, dass ich an vielen tagen sogar auf das volluma verzichte...und das geht nur mit dem wissen...wenn ich es brauche, es ist da.  
ich mache nun 2,5 jahre mit dem problem rum, habe zeiten mit über 1000 haaren über ein halbes jahr bei einer haarwäsche gehabt, ich bin mir mit der zeit immer bewusster geworden, dass bei der menge, die ich schon verloren habe, ich immer noch so viel haar auf dem kopf habe. mit dem wissen heute, dass ich ganz gewiss nicht übermorgen keine haare mehr haben werde und dem wissen, was es doch für unauffällige "ersatzteile" gibt, mit denen man sogar von einem 3 meterbrett ins wasser springen kann, wenn dann der fall eintreten sollte, kann ich heute schon etwas entspannter leben. leiden tut man trotzdem, aber anders als zu beginn.  
hier gibt es allerdings keinen allgemein gültigen ratschlag. ich denke, jeder muss diesen weg für sich selbst gehen, der eine kommt früher zur ruhe der andere später.  
ich bin einer der eitelsten menschen, was haare angeht, zu beginn wollte ich nicht mehr leben....oh doch ...jetzt will ich das nicht mehr wahrhaben, was ich da für einen stuss von mir gegeben habe. ich sehe jeden tag menschen, frauen, die in so jungen jahren schon probleme sichtbar tragen...ich für mich habe entschieden, wo meine schmerzgrenze sein wird und wie ich ganz gewiss nicht mehr rumlaufen möchte. aber das ist so individuell wie jeder mensch und jedes kleidungsstück, dass man sich für den nächsten tag raussucht.

man selbst sieht sich immer anders...ich gehe oft den schmerzvollen weg und mache von mir öfters mal bilder aus einer perspektive, wie sie zufällig auch bei einer feier entstehen könnten. sollte ich als betrachter des bildes irgendwann mal feststellen, dass ich da unmöglich aussehe, dann ist es erst so weit, andere massnahmen zu ergreifen.

ich drücke dir die daumen...vielleicht gehst du in einer woche so viel weg, bekommst so viel selbstsicherheit wieder und denkst...LMAA haare...

gruss petra

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 07:18:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guten Morgen Petra!

Habe nun das Voluma gestern bekommen und auch gleich getestet. Habe es sehr lange geschüttelt und dann seitlich aufgesprüht, aber es ist trotzdem ne ganze Menge auf der Kopfhaut gelandet und ein leichter Film hat sich auch auf dem Waschbecken abgesetzt. Hast du da noch nen Tipp für mich?

Ich hab schon vorsichtig gesprüht und irgendwie ist das Zeug auch leicht dunkler und hat ne andere Farbe als meine Haare... Fixiert ist es dadurch auch irgendwie gar nicht, meine Hände waren danach erstmal leicht gebräunt.. Was eignet sich da am Besten zum fixieren von Voluma?

Vielen Dank schonmal! Ich wünsche dir ein schönes Wochenende!

Liebe Grüße  
Nali

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 07:42:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Claudit!

Mir geht es genauso. Letztens war ich in dem Musical "Mamma Mia" und hatte ja nichts anderes als das Tuch. Das war mir schon sehr unangenehm und ich war an dem Tag auch nicht gerade in super Stimmung, obwohl ich mich so drauf gefreut hatte.

Jetzt habe ich seit gestern Voluma, aber das funktioniert auch nicht so ganz wie es soll und meine Haare gehen mehr ins goldbraun und nicht wie beim Voluma mehr ins rötliche. Sieht schon recht merkwürdig aus.. :-/

Du nimmst also auch Voluma?  
Wie lange hast du schon HA?

Beim Musical habe ich übrigens eine Frau gesehen (ich achte ja sehr auf die Haare anderer, was mich manchmal auch sehr traurig macht) und diese Frau (zw. 25 und 30 J.) hatte auch HA und hat das ganz offen gezeigt. Ich könnte das niemals so offen zeigen. Ich würd mich gar nicht mehr richtig als Frau fühlen, wenn das so offen wär... Ich tu es ja jetzt kaum, auch wenn ich es mit dem Tuch (noch) verdecken kann, aber dieses dauernde kaschieren ist schon eine Qual. Vielleicht hat sie sich einfach damit abgefunden. Weiß nur nicht, wie man so ein Selbstbewusstsein haben kann und das dann auch noch in dem Alter! Da ziehe ich echt den Hut vor!

viele Grüße  
Nali

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Claudi](#) on Fri, 01 Sep 2006 07:58:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Nali,

ich benutze Volluma zum Kaschieren der lichten Stellen an den Seiten, wenn ich mir die Haare hochstecke. Das klappt ganz gut. Ich sprühe nur sehr wenig drauf. Habe auch keinerlei Probleme mit Verfärbungen im Bad oder an den Händen. Ich habe es auch schon auf den Pony gesprüht, aber dann klappt es mit dem Frisieren noch schlechter, da es die Haare stumpf und hart macht. Ich denke, dass die Handhabung mit Volluma dir mit der Zeit besser gelingen wird.

Ich finde Volluma ist gut geeignet für Kurzhaarfrisuren. Meine Haare gehen so ca. bis zum Hals. Vor ca. 3 Jahren waren sie noch schulterlang. Sie wachsen nicht mehr bzw. fallen aus, bevor sie lang werden können. Den starken HA habe ich ca. seit 2 1/2 Jahren. Sicherlich sind mir vorher auch bereits Haare ausgefallen, aber ich habe es nicht ernst genommen. Erst als die ersten lichten Stellen zum Vorschein kamen, habe ich Panik bekommen.

Seitdem achte ich auch ständig auf die Haare und Frisuren anderer Frauen. Heute morgen in der Bahn saßen 4 Frauen vor mir mit dicken tollen Haaren. Und dann bin ich mal "in mich gekehrt" und habe mich gefragt, ob ich mit diesen Damen tauschen will. Ich habe sie mir näher angeschaut: die eine hatte ein pickeliges Gesicht, die andere war häßlich und hatte eine unförmige Figur und die dritte eine lange Hakennase. Und obwohl ich an der vierten nichts auszusetzen hatte, wollte ich nicht tauschen. Denn Ich bin Ich und will es auch bleiben - trotz

Haarausfall. Man sollte sich viel öfter die positiven Dinge, die man hat, vor Augen halten.

Liebe Grüße  
von Claudit

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 08:36:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Claudit,

darf ich fragen wie alt du bist?

Nimmst du irgendwas zum fixieren von Voluma?

Bei mir ging das auch sehr schleichend mit dem HA.  
Hab dann vor ca 12 Monaten auch ziemlich Panik geschoben  
und mir so ein Haarteil zum aufkleben besorgt, dass bei mir  
aber noch mehr HA verursachte als bin ich nun zu den Tüchern  
(und Regaine) umgestiegen, die aber auch schon sehr "verbraucht" aussehen, obwohl ich sie ab  
und zu mal wasche.

Toppik war ein Reinform, ich hoffe ich bekomme das nun irgendwann  
irgendwie mit Voluma hin...

Mag eigentlich ganz gern mal die Haare zusammen stecken und das wär schon schön, wenn  
ich das mal wieder könnt!

Nur, bis jetzt wird das auch mit Voluma nichts, weil das auf der Kopfhaut landet trotz seitlichen  
sprühens.. :-/

Ist schon alles sehr deprimierend. Manchmal denk ich einfach, ich will nicht mehr, das geht so an  
die Nerven und mag morgens kaum aus dem Bett kommen. Sonntags nehm ich mir meist nichts  
vor,

damit die Haare auch mal nen Tag lang Luft haben. Zudem habe ich noch eine Pigmentstörung  
im Gesicht und überschminken ist dann auch noch mit dabei. Am Liebsten würd ich mir nen  
anderen Kopf aufsetzen.

Ist aber gut, dass es dieses Forum hier gibt. Da ist man nicht ganz allein! Menschen die das nicht  
haben, die verstehen das problem nicht.

liebe Grüße  
Nali

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Gaby](#) on Fri, 01 Sep 2006 09:03:14 GMT

---

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

---

Zitat:Zudem habe ich noch eine Pikmentstörung im Gesicht

Hast du zufällig Vitiligo? Das geht sehr, sehr oft einher mit einer Schilddrüsenfunktionsstörung, die ihrerseits schlimmen Haarausfall verursachen kann. Vielleicht ist bei dir die Ursache eine krankhaft veränderte Schilddrüse??!! Hast du das jemals gründlich (bei einem Nuklearmediziner) abklären lassen?

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 09:23:21 GMT

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

---

Hi

was ist denn Vitiligo???

Ich habe eine leichte Unterfunktion, aber nur minimal.

Hatte auch ne zeitlang Tabletten genommen, aber davon hab ich heftige Nebenwirkungen bekommen und dann abgesetzt.

Meine Schilddrüse ist ein wenig kleiner als normal.

Die Pikmentstörung habe ich schon länger als den HA.

Der HA fing schleichend mit 15/16 an und die Pikmenstörung hatte ich schon mit 12/13.

Meinst du, das könnte alles zusammen hängen?

Habe die Tabletten ca. nen Monat lang genommen und keine Veränderung gesehen was die Haare angeht und die Pikmenstörung

bekommt man doch eh nicht mehr weg oder doch???

---

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Claudi](#) on Fri, 01 Sep 2006 09:37:39 GMT

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

---

Nali schrieb am Fre, 01 September 2006 10:36Hi Claudit,

darf ich fragen wie alt du bist?

Ich bin 38.

Zitat:Nimmst du irgendwas zum fixieren von Volluma?

Der Herr, der dieses Volluma vertreibt hat mir ein Haarlack empfohlen. Ich glaube er ist von Gard. (Ich hoffe, ich vertue mich jetzt nicht - müsste noch mal zu Hause nachgucken.) Dadurch erhalten die Haare wieder Glanz, nachdem sie ja durch Volluma ziemlich stumpf aussehen.

---

Zitat:Bei mir ging das auch sehr schleichend mit dem HA.  
Hab dann vor ca 12 Monaten auch ziemlich Panik geschoben  
und mir so ein Haarteil zum aufkleben besorgt, dass bei mir  
aber noch mehr HA verursachte als bin ich nun zu den Tüchern  
(und Regaine) umgestiegen, die aber auch schon sehr "verbraucht" aussehen, obwohl ich sie ab  
und zu mal wasche.

Was meinst du genau mit dem Haarteil zum Ankleben? Woher hast du es bezogen?

Zitat:Nur, bis jetzt wird das auch mit Voluma nichts, weil das auf der Kopfhaut landet trotz  
seitlichen sprühens.. :-/

Bei mir landet es auch auf der Kopfhaut. Aber gewollt. Will ja die lichten Stellen, an denen die  
Kopfhaut hervorschaut, damit abdecken.

Das was Gaby dir geschrieben hat, dem würde ich wirklich mal nachgehen. Wenn du die  
SD-Medikamente nicht vertragen hast, waren sie vielleicht falsch dosiert. Und nach einem Monat  
Einnahme kannst du noch keine Veränderung hinsichtlich der Haare bemerken, falls es damit  
zusammenhängt.

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 10:02:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das Haarteil hab ich von nem Frisör. Ist nur für den Scheitelbereich und sieht aufgesetzt echt  
richtig gut aus,  
aber wenn ich es ablösen will, dann dauert das echt lang  
und dann sind da auch immer so viele Haare dran, dass  
ich das nicht mehr wage.. Zumal du damit nicht in Seitenwind

Gard? Davon hatte ich mal das Haarspray. Geht das auch  
oder muss es lack sein? Finde, Haarspray glänzt doch schon  
ziemlich und Lack doch noch viel mehr...

also ich habe 75 mg?! verschrieben bekommen.  
(weiß nicht mehr genau, wie die Tabletten hießen, müsst ich schauen) habe dann aber erst  
nur 50 genommen und die dann nochmal  
geteilt, also 25 und das war die kleinste Dosierung die man  
nehmen konnte und habs leider trotzdem nicht vertragen.  
Vielleicht sollte nich nochmal nen Bluttest machen?!  
Kann sein, dass es sich stabilisiert hat?!?!  
Obwohl mein Arzt meinte, dass man HA nur bei einer SDüberfunktion bekommt und bei mir ist  
es ja genau anders herum.. Im Internet habe ich widerum gelesen, dass es sowohl als auch der  
Fall sein kann. Da blickt man doch echt nicht mehr durch..

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 10:28:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hast du eigentlich ICQ?

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Claudi](#) on Fri, 01 Sep 2006 10:41:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wegen deiner SD würde ich dir raten, diese noch einmal gründlich checken zu lassen.  
Vielleicht mal bei einem anderen Nuklearmediziner. Dann hast du eine zweite Meinung.

Das mit dem Haarlack musst du mal ausprobieren. Ist ja immer individuell verschieden, womit man besser zurecht kommt. Sicherlich geht es mit Haarspray auch.

ICQ habe ich (noch) nicht. (Oh, ich glaube, jetzt werden mich einige hauen.)

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 10:47:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dann werd ich gleich mal zur Tat schreiten und einen raussuchen.  
(ich mag ja überhaupt nicht, wenn mir Blut abgenommen wird.. :-/)  
Aber dann lieber das mit Aussicht auf Erfolg als weiter ausfallende Haare.  
Wenn ich mir Bilder von früher ansehe, dann könnt ich heulen.  
Ich hatte zwar immer feine Haare, aber als Kind trotzdem sehr dicht und nun sind sie nur noch dünn und besonders oben.

Ich werd mir das Haarspray von Gard erstmal holen,  
bzw habe momentan wegen dem Tuch eins von Wella "extra strong"

Also, wenn du dir ICQ mal zulegen solltest, dann gib mal Bescheid. Könnten dann ja, wenn du magst mal die Nr austauschen.

Heute werde ich glaube ich um drei nach Hause fahren. Irgendwie ist es heut so schwül und dann gehts mir nicht so gut.

viele liebe Grüße und danke für deine Antworten!  
Nali

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Gaby](#) on Fri, 01 Sep 2006 11:18:31 GMT

---

Zitat:Obwohl mein Arzt meinte, dass man HA nur bei einer SDüberfunktion bekommt und bei mir ist es ja genau anders herum.

Aber das ist ja mal wieder sowas von gelogen! Was war denn das bitte für ein Veterinärmediziner??

Such dir einen guten Nuklearmediziner. Schau mal in das Schilddrüsenforum, da kannst du dich nicht nur informieren, da gibt es auch eine Ärzteliste von empfehlenswerten Ärzten, die sich damit wirklich auskennen. [www.ht-mb.de](http://www.ht-mb.de) In dem Zusammenhang schau mal nach folgenden Werten: Eisen, Zink, Vitamin B6 und 12, Folsäure. Wenn du eine Schilddrüsenstörung hast, könnten diese Werte erniedrigt sein, was dann zu Haarausfall führt.

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Gaby](#) on Fri, 01 Sep 2006 11:21:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das ist mal wieder witzig. Du fragst nach einer "Bedeckung" und wir finden hier beiläufig heraus, das du eine Schilddrüsenstörung hast, womit dein Haarausfall ziemlich wahrscheinlich in Verbindung steht. Das Glück sei mit den Dummen (nicht böse gemeint).

---

Subject: Re: Bedeckung  
Posted by [petra38](#) on Fri, 01 Sep 2006 12:49:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo nali,

bin etwas spät dran und gaby und claudit haben dir schon genau das gesagt, was ich dir auch gesagt hätte.

in aller erster linie ist es wichtig, gesundheitliche dinge in den griff zu bekommen. je länger man damit wartet, umso schwieriger wird es, haare zb wieder wachsen zu lassen. jeder tag ist kostbar. hast du den falschen arzt, gehe zum nächsten. die meisten von uns waren fast täglich bei einem anderen gesessen, meine freizeit hab auch ich in wartzimmern verbracht. also schleunigst zum nächsten nuk, dann kannst du vielleicht oder bestimmt noch das retten, was du gerade hast.

zu volluma kann ich dir nur sagen....übung macht den meister. klar, das schwierigste bei dieser art von verdichtung ist in erster linie, die richtige farbe zu bekommen, aber wenn du dann mal geübt im umgang mit der dose bist, kannst du dir auch deine haare schonend tönen, um es der dose mehr anzupassen.

ich sprühe zb auch nicht drauf los als würde ich meine haare mit haarspray fixieren, ich nehme ganz kurze sprühstösse und verdecke punktuell. zum fixieren nehme ich auch den



gard haarlack, doch dadurch, dass ich nur punktuell sprühe, käme ich sogar ohne fixierung aus. mein bad hat noch nie dreck abbekommen.

eine idee hätte ich noch....wenn es nicht der gleiche farbtton wie dein haar hat, sprühe einige stellen wie strähnen an, weisst du, wie ich das meine? also so ein bisschen auslaufen lassen in die längen....dann denkt jeder, das muss so sein. wenn du nur den oberkopf besprühst...wird es wie ein andersfarbiger deckel sein...und das ist klar unnatürlich.

es ist auch kein beinbruch, wenn deine kopfhaut mal was abbekommt. das zeug ist ja auch gerade dafür gedacht. gaby hat aber schon recht, wenn man regaine benutzt, sollte man, so gut es eben geht....aufpassen und es nicht übertreiben.

probier einfach noch ein bisschen aus, das wird schon.

lieben gruss petra

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 18:39:56 GMT

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

---

Hi Gaby,

Das erste was ich mit dem Haarausfall in Verbindung gebracht habe, war der Stress, den ich immer zu Hause hatte. Nun wohn ich aber schon etwas länger nicht mehr da und es ging immer weiter. Das zweite war dann die Schilddrüse, wo mir mein Hausarzt den Wert gesagt hat und der lag nur leicht unter dem Normalwert.

Er hat mir dann Thyronajod 50 (sollte eigentlich 75 nehmen, aber das kam mir zu hoch vor) verschrieben, die ich nicht vertrug. Da meinte er, ich soll es mit der Hälfte versuchen, das vertrug ich auch nicht und eine Besserung war in keiner Weise sichtbar, es ging mir eher immer schlechter dadurch.

Die werd ich auf jeden Fall nicht nochmal nehmen..

Ich hoffe ehrlich, dass es daran liegt und dass es noch andere Tabletten gibt, die ich dann vertrage und die helfen, aber glauben tue ich das nicht so wirklich.

Auf jeden Fall hab ich mich nach der Pleite und zwei verschiedenen Haarwassern von meinem Hautarzt im Internet schlaugemacht und bin da auf eine Haarspezialistin gestoßen und habe dort einen Termin gemacht. Die hat dann ein Trychoscan gemacht und festgestellt, dass es anlagebedingter Haarausfall ist. (Dazu muss ich sagen, dass mein Onkel (der ist 10 Jahre älter als ich) schon ordentlich Haare verloren hat!)

Sie hat mir dann Regaine verschrieben, dass ich nun schon ein paar Monate nehme.

So langsam kann ich ehrlich keine Ärzte mehr sehen.

Denke, dass kann jeder hier nachvollziehen.

Aber ich werd da nochmal nachhaken, was die Werte angeht und dann hier reinstellen.

Hab mir heute erstmal von tetesept "Haar-Kraft + Zink" besorgt.

Da ist Biotin, B-Komplex, Vitamin B1,2,6,12, Folsäure, Histidin und Cystein drin und zusätzlich,

aber die nehm ich schon länger, Magnesiumkapseln.

Vielleicht hilft das zusätzlich etwas..

Hab schonmal nur Biotin-Kapseln als Kur genommen und meine Haare waren zumindest nicht so stumpf und leblos.

So, nun hab ich glaub ich erstmal genug von mir geschrieben.

Was ist eigentlich mit dir Gaby, wie alt bist du und wie lang "lebst" du schon damit?

viele liebe Grüße und danke an alle hier für die hilfreichen und netten Antworten!!

---

Subject: Re: Bedeckung

Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 18:46:26 GMT

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

Hi Petra,

hast du einen guten Tipp, was für eine Tönung man da nehmen kann? Es gibt sooo viel Auswahl...

Ich hab das mal gemacht mit ner Tönung, die war glaub ich von Garnier Movida...

Möcht nicht unbedingt zu viel von dem Voluma für "Strähnen" verwenden.

Ig

Nali

---

Subject: Re: Bedeckung

Posted by [petra38](#) on Fri, 01 Sep 2006 18:52:57 GMT

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

hi nali,

bitte nimm keine tönungen, die zwei tuben haben, das sind intensivtönungen und waschen sich nciht raus. es ist egal, welche tönung du nimmst, nur eine komponente, denn die greifen das haar nicht an und die kopfhaut auch nicht. allerdings halten diese tönungen auch nicht so lange und werden bei jedem waschen ein stück ausgewaschen.

lieben gruss petra

---

Subject: Re: Bedeckung

Posted by [Nali](#) on Fri, 01 Sep 2006 19:02:55 GMT

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

---

gut, dann wert ich einen weiten Bogen darum machen  
und mich nach ner Schaumtönung umsehen.

vielen Dank und dir ein schönes Wochenende!

Ig  
Nali

---

---

Subject: Re: Bedeckung  
Posted by [Angie65](#) on Fri, 01 Sep 2006 20:43:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nali schrieb am Fre, 01 September 2006 21:02gut, dann wert ich einen weiten Bogen darum  
machen  
und mich nach ner Schaumtönung umsehen.

vielen Dank und dir ein schönes Wochenende!

Ig  
Nali

Gibbet denn noch Schaumtönungen ?

---

---

Subject: Re: Ja, aber...  
Posted by [Gaby](#) on Sat, 02 Sep 2006 05:51:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nali schrieb am Fre, 01 September 2006 20:39  
Hab mir heute erstmal von tetesept "Haar-Kraft + Zink" besorgt.  
Da ist Biotin, B-Komplex, Vitamin B1,2,6,12, Folsäure, Histidin und Cystein drin und zusätzlich,  
aber die nehm ich schon länger, Magnesiumkapseln.

Hallo Nali,

ich glaube, dieses Präparat von Tetesept ist in allem viel zu niedrig dosiert. Darüber gab es  
hier vor ein paar Wochen schon mal eine Diskussion. Die richtige Dosis und die richtige  
Kombination wäre günstiger. Man sollte lieber vieles höher dosiert und einzeln (bzw.  
manches in Kombination) und ganz gezielt über den Tag verteilt nehmen. Ich würde aber an  
deiner Stelle jetzt zunächst mal alles absetzen und in ein paar Wochen dein Blut untersuchen  
lassen, damit du einem möglichen Mangel auf die Schliche kommst.

Nali schrieb am Fre, 01 September 2006 20:39Was ist eigentlich mit dir Gaby, wie alt bist du und  
wie lang "lebst" du schon damit?

Ich bin jetzt 38 und habe schon seit etlichen Jahren diesen Mist an den Hacken. Ich habe die Diagnose: "Hormonell-erblicher Haarausfall" bekommen. Man erfährt hier im Forum, das dies aber oft nur eine Verlegenheitsdiagnose von Ärzten ist und das eben ganz oft doch richtige Ursachen für Haarausfall vorliegen, wie z.B. Mängel jeglicher Art, Schilddrüsenstörungen und noch vieles mehr. Vielleicht liest du dich hier mal ein bißchen ein und benutzt auch die Suchmaschine zu den Themen, die dich interessieren.

Liebe Grüße von Gaby

---

Subject: Re: Bedeckung  
Posted by [Claudi](#) on Sat, 02 Sep 2006 09:18:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=Angie65 schrieb am Fre, 01 September 2006 22:43

Gibbet denn noch Schaumtönungen ? [/quote]

Ja, von Wella: Viva Tönungs-Mousse für 6-8 Haarwäschen (hält bei mir aber länger). Ist doch das gleiche wie eine Schaumtönung oder vertue ich mich da jetzt?

---

Subject: Re: Bedeckung  
Posted by [petra38](#) on Sat, 02 Sep 2006 10:25:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=Claudit schrieb am Sam, 02 September 2006 11:18]Angie65 schrieb am Fre, 01 September 2006 22:43

Gibbet denn noch Schaumtönungen ? :frage: [/quote]

Ja, von Wella: Viva Tönungs-Mousse für 6-8 Haarwäschen (hält bei mir aber länger). Ist doch das gleiche wie eine Schaumtönung oder vertue ich mich da jetzt?

ja, genau, das ist das gleiche. die nehme ich auch.

---

Subject: Re: Bedeckung  
Posted by [Angie65](#) on Sat, 02 Sep 2006 15:01:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ah ja...danke - ich dachte immer, es gäb nur noch die bösen, die eigentlich ne Färbung sind.

---

Subject: Re: Ja, aber...

Posted by [Nali](#) on Mon, 04 Sep 2006 05:14:13 GMT

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

---

Hallo Gaby,

danke für deinen Tipp.

Dann werd ich wohl erstmal keine zusätzlichen Präparate nehmen und das Blutergebnis abwarten. Fällt einem zwar echt schwer, aber muss sein.

Ich hoffe inständig, dass es daran liegt. Langsam geht das tierisch an die Substanz!

Liebe Grüße

Nali

---

---

Subject: @ Nali wegen Kopfbedeckung

Posted by [Claudi](#) on Fri, 08 Sep 2006 15:55:47 GMT

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

---

Hallo Nali,

wie ist es dir weiter ergangen?

Ich hab eine Frage zu den Tüchern, die du benutzt. Sind es normale Tücher, die man auch als Halstuch nimmt? Ich komme mit meinen nicht immer so richtig klar. Ich lege sie so zusammen, als ob ich einen Schal hätte. Und dann lege ich es um den Kopf und binde es hinten unten zusammen. So, dass der Pony und hinten die Haare noch herausschauen. Kann ich nicht so richtig gut erklären, aber Fakt ist, dass es manchmal nicht so richtig funktionieren will.

Wie handhabst du das denn? Benutzt du spezielle Tücher für die Haare?

---

---

Subject: Re: @ Nali wegen Kopfbedeckung

Posted by [Nali](#) on Mon, 11 Sep 2006 12:43:55 GMT

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

---

Hi Claudit!

Mhm, schwer zu erklären. Also ich habe keine "normalen" Tücher, sondern welche, die direkt für den Kopf sind und hinten im Stoff drin ein Gummi haben, sodass das nicht so rutscht.

Ich weiß nicht, ob du bei dir in der Nähe einen New Yorker hast.

Da habe ich zumindest meine her, aber ich denke, die gibt es auch in anderen Kleidungsgeschäften.

---

Bei mir sieht man dann auch vorn ein wenig die Haare und hinten.  
Die Tücher kosten auch nicht viel, glaube 2 - 3 € pro Stück und die gibt es in vielen verschiedenen Farben und auch mehrfarbig!

Liebe Grüße  
Nali

---

---

Subject: Re: @ Nali wegen Kopfbedeckung  
Posted by [Claudi](#) on Mon, 11 Sep 2006 12:57:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Nali,

ich weiß, welche du meinst. Ich habe auch zwei Stück davon, aber leider stehen sie mir nicht. Sie liegen durch den Gummizug einfach zu eng am Kopf, d. h. zu platt. Passt nicht zu meiner Kopfform. Habe wohl eine zu große Birne.

Aber trotzdem Danke!

---

---

Subject: Re: @ Nali wegen Kopfbedeckung  
Posted by [Nali](#) on Tue, 12 Sep 2006 06:12:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Guten Morgen!

Meine musste ich extra "kürzen" damit sie besser sitzen!  
Aber die Tücher kannst du doch oben recht weit auseinander schieben, sodass sie fast den ganzen Kopf bedecken könnten. Wenn du das Tuch weiter zusammen schiebst, dann sitzt es nicht ganz so platt am Kopf. Das würd bei mir auch nicht aussehen, weil ich nen Eierkopf hab!

Uh, ich hab heute Morgen eine Frau gesehen, die war so um die 45 rum, und ist ganz offen damit rumgegangen. Wie haben die Frauen nur so ein Selbstbewusstsein? Gut, man hat gemerkt, dass sie sich nicht besonders wohl damit gefühlt hat, aber sie hat es ja gemacht und ich hab nur gedacht, wow, ich würd das nie können und hoffe auch nicht, dass es soweit kommt, weil es bei ihr schon soweit war, dass oben nur noch ein leichter Flaum war.

Heute werd ich erstmal die Ergebnisse vom Arzt abholen.  
Bin schon super nervös, was nun dabei rausgekommen ist...

---

---

Subject: Re: @ Claudit

---

Posted by [Nali](#) on Tue, 12 Sep 2006 17:49:46 GMT

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

---

Das war heut deprimierend beim Arzt. Bin gerade erst nach Hause gekommen, weil ich da über ne Stunde sitzen durfte.

Meine Schilddrüse ist wunderbar in Ordnung, nur der Cholesterin-Wert ist zu hoch. Der sollte bei max 230 liegen und liegt bei mir bei 235. Mein Arzt meinte, das kann bei meinem Gewicht und Alter eigentl kaum sein, aber das hat ja nichts mit den Haaren zutun.. Bin total niedergeschlagen, weil ich darauf gehofft hatte, dass es an der Schilddrüse liegt und man es dann vll leichter behandeln kann, aber so muss ich dann wohl doch erstmal weiter die Pille nehmen, weil ich nun Angst habe sie doch abzusetzen.

Ich habe auf dem Weg nach Hause wieder so viele Frauen mit so schönen Haaren gesehen. Ich halt das langsam nicht mehr durch!! Ich bin total fertig..

Wollte eigentlich noch meine beste Freundin besuchen, aber damit nerven wollt ich sie auch nicht, das tu ich schon zur genüge. Langsam geh ich allen damit auf den Zeiger, die das Problem nicht kennen. Meiner Mom, meiner besten Freundin und noch ner Freundin, der ich das anvertraut habe.

Das Voluma ist wirklich schwierig zu händeln.. Komme damit noch immer nicht richtig klar und das Bad sieht aus..., dabei bin ich ganz sparsam damit! Bin erst einmal damit draußen gewesen, aber da hatte es schon gedämmert, weil ich Angst hatte, dass man es doch sieht, wenn die Sonne voll drauf scheint.

Wenn es nicht die Schilddrüse ist, dann ist es eben doch anlagebedingt. Meine Haare werden komplett immer dünner, aber ganz besonders der Scheitelbereich ist ordentlich davon betroffen. Ich hab solche Angst, dass ich mit 30 kaum noch Haare auf dem Kopf habe und nichts mehr machen kann... Das sind zwar noch 9 Jahre hin, aber das geht ja auch schleichend von statten...

Weißt du, ob, wenn man schwanger ist, die Haare wieder so nachwachsen, dass es "normal" aussieht und man danach sofort wieder Regaine nimmt, es auch so bleibt? Wünsche mir nämlich schon irgendwann Kinder (natürlich nicht deswegen) aber wenn das ein Nebeneffekt ist, dann immer gern!!!

Warum ist das Leben nur so hart zu uns? Haben wir das verdient?

Ich habe das Gefühl, dass das eine Strafe ist. Ich hasse mich von Tag zu Tag mehr und mag mich kaum noch im Spiegel ansehen...

Ich war noch nie mega selbstbewusst, aber früher zumindest in normalem Maße würd ich sagen. Mittlerweile überleg ich mir 3x, ob ich raus gehe.

Wie war dein Tag heute?

LG

Nali

---

---

Subject: Re: @ Claudit  
Posted by [Gaby](#) on Tue, 12 Sep 2006 18:10:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Warum ist das Leben nur so hart zu uns? Haben wir das verdient? Ich habe das Gefühl, dass das eine Strafe ist.

Es macht überhaupt keinen Sinn in dieser Weise darüber nachzudenken! Hör damit auf, verbiete dir diese Gedanken. Sie machen alles nur noch viel, viel schlimmer!

Zitat:Ich hasse mich von Tag zu Tag mehr und mag mich kaum noch im Spiegel ansehen...

Bitte...ich verstehe deine Gedanken, aber auch das ist vollkommen destruktiv. Warum hasst du dich? Du kannst doch gar nichts dafür.

---

Subject: Re: @ Claudit  
Posted by [Claudi](#) on Tue, 12 Sep 2006 21:00:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Nali!

Zunächst sei erst mal froh, dass du nichts an der Schilddrüse hast, auch wenn du gehofft hast, dass dadurch dein HA-Problem geklärt werden könnte. So einfach ist das oftmals nicht. Eine Schilddrüse, die nicht richtig arbeitet, ist ja kein Husten, den man innerhalb von ein paar Tagen wieder weg bekommt. Bis man mit den Medis richtig eingestellt ist, das kann dauern und schwierig werden und ob dann die Haare wachsen, ist ja auch nicht gewiss.

Deine Gedanken kann ich sehr gut nachvollziehen, weil ich in schlimmen Phasen (hat jetzt nicht unbedingt etwas mit den Haaren zu tun) auch schon gedacht habe "warum ich? ich werde bestraft..." Aber ich gebe hier Gaby vollkommen Recht, mit dem was sie sagt. Du darfst so nicht denken! Sonst kannst du ganz schnell in eine Depression geraten. Versuche deine Energie auf andere Dinge zu konzentrieren: Dinge die dir Spaß machen, die du schön an dir findest.... Das ist nicht leicht, wenn's einem gerade so schlecht geht. Aber wenn es dir wieder etwas besser geht, mach dir das zur Aufgabe.

Volluma richtig anzuwenden ist auch Übungssache. Ich habe es mittlerweile so weit raus, dass es nicht auffällt und ich mich wohl damit fühle, da ich es nur sehr dezent benutze - und das auch nur zu besonderen Anlässen. Manchmal nervt mich auch diese "Trickserei". Ins Büro, ins Restaurant usw. gehe ich immer "in Natura". So habe ich es beschlossen und so soll es auch



sein. Denn ich habe keine Lust mir jeden Tag diesen Stress anzutun. Ich fühle mich dann auch wohl, weil ich auf die Arbeit konzentriert bin und dafür müssen meine Haare nicht toll aussehen.

Versuch doch auch mal, dir eine Auszeit von den Haaren zu nehmen. Es ist schwer, aber es ist möglich.

Du denkst jetzt vielleicht "die hat gut Reden"... Spätestens wenn ich mich mal wieder "stylen" will, habe ich wahrscheinlich wieder den Durchhänger. Aber dann werde ich versuchen, daran zu denken, was ich dir gerade vermitteln will.

Kopf hoch! Ich war heute walken und habe mich ausgepowert. Das hat gut getan.

---

Subject: Re: @ Nali - Vitiligo und SD  
Posted by [strike](#) on Tue, 12 Sep 2006 21:29:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Meine Schilddrüse ist wunderbar in Ordnung, nur der Cholesterin-Wert ist zu hoch. Mal wieder so ein Fall, wo es von Hinweisen auf die SD nur so wimmelt. So wunderbar in Ordnung wird diese SD nicht gewesen sein, wenn man eine Jodgabe veranlasst hat. Das hohe Cholesterin spricht dafür und auch der Hinweis auf Vitiligo.

Zitat:Was das überdurchschnittlich häufige Vorkommen anderer Autoimmunerkrankungen bei Vitiligopatienten betrifft (Tab.), sollte besonderes Augenmerk auf die Autoimmunthyreoiditis gerichtet werden, empfiehlt Tanew. Sie kommt bei Vitiligopatienten häufig vor, laut einer eigenen Studie immerhin bei jedem fünften Patienten.

---

Subject: Re: @ Nali - Vitiligo und SD  
Posted by [Claudi](#) on Wed, 13 Sep 2006 06:36:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Nali,

nachdem ich dir gestern geschrieben hatte, fiel mir im Bett ein (mal wieder typisch für mich ), dass da doch mal schilddrüsenmäßig bei dir etwas war. Das hier meine ich:

Zitat:Ich habe eine leichte Unterfunktion, aber nur minimal. Hatte auch ne zeitlang Tabletten genommen, aber davon hab ich heftige Nebenwirkungen bekommen und dann abgesetzt. Meine Schilddrüse ist ein wenig kleiner als normal.

Die Pikmentstörung habe ich schon länger als den HA.

Daher meine Frage: Der Arzt, bei dem du gestern warst, der deine SD für in Ordnung erklärt hat, war das ein Nuklearmediziner?

---

---

Subject: Re: @ Claudit - SD

Posted by [Nali](#) on Wed, 13 Sep 2006 13:27:03 GMT

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

---

Hallo Claudit!

Das war kein Nuklearmediziner, sondern mein Hausarzt.

Er hat auch bis jetzt nur den TSH Wert kontrolliert, obwohl ich gesagt hatte, dass er bitte alles machen soll.

Letztes Mal lag der Wert bei 4,89 (Ende 2005) und nun bei 2,7.

In 6 Wochen soll ich aber nochmal hin, damit auch T3 und T4 getestet wird. Wenn das in Ordnung ist, sollte ich dann trotzdem noch zum Nuklearmediziner? Mit Ultraschall wurde die ja schon untersucht und da wurde mir auch Blut abgenommen und die Werte waren identisch (damals).

---

---

Subject: Re: @ Claudit - SD

Posted by [Claudi](#) on Wed, 13 Sep 2006 13:37:35 GMT

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

---

Hallo Nali,

dann hast du ja doch noch eine Option offen. Ich würde an deiner Stelle einen Nuklearmediziner aufsuchen, da Hausärzte nicht die wirklichen Möglichkeiten haben, die SD richtig zu untersuchen (von Ahnung will ich mal hier nicht sprechen). Dort hast du dann auch gleichzeitig die Möglichkeit ein Szintigramm machen zu lassen und die Antikörper zu testen. Das wird mit Sicherheit aufschlussreicher.

---

---

Subject: Re: Bedeckung

Posted by [temme500](#) on Thu, 14 Sep 2006 13:54:37 GMT

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

---

also ich kämme meine Haare streng nach hinten und binde sie zum Pferdeschwanz. mit einem feinen Kamm, kann man die lichten Stellen gut verdecken. Meist trage ich ein schmales Band drüber, zur Ablenkung. Aber auch das Kopftuch ist bei mir nicht mehr wegzudenken.

---

---

Subject: Re: @ Claudit - SD

Posted by [Nali](#) on Fri, 15 Sep 2006 06:10:09 GMT

---

Hi Claudit!

Danke für die Info. Werd mich mal direkt beim Nuk schlau machen.

Also kann es sein, wenn der THS Wert völlig in Ordnung ist, dass alles andere trotzdem nicht stimmen kann?

Was ich komisch finde ist, dass ich vor 9 Monaten noch so nen hohen THS Wert hatte und jetzt ist der optimal und zwar ohne Medikamente! Ich frag mich da schon, wie das angehen kann.

Was wird bei dem Szintigramm genau gemacht?

Kannst du mir sagen, was ich genau alles testen lassen sollte?

Die Ärzte sind immer so, sie testen dann nur, was sein muss und denken dann, weil ich noch jung bin, müssen sie nicht alles machen. Ich würd dann aber gern auf Nummer sicher gehen.

Dank dir!

liebe Grüße  
Nali

---

---

Subject: Re: @ Claudit - SD

Posted by [Claudi](#) on Fri, 15 Sep 2006 08:58:09 GMT

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

---

Beim Szintigramm wird dir ein Kontrastmittel gespritzt, so dass die SD dann genau begutachtet werden kann. Gib doch mal in Google Szintigramm oder Szintigraphie ein. Da erscheinen so viele Erklärungen dazu.

Untersuchen lassen solltest du TSH, fT3, fT4 und die Antikörper.

Und auf jeden Fall sagen, dass eine SD-Untersuchung schon mal nicht okay war.

Hast du neben dem HA noch weitere Beschwerden, die auf eine kranke SD hinweisen könnten? Wenn ja, gib diese mit an, wenn sie dazu dienen, dass man sich bei dir mehr Mühe geben wird.

Viel Erfolg!

---

---

Subject: Druck rausnehmen

Posted by [Claudi](#) on Sat, 16 Sep 2006 16:29:02 GMT

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

---

Juhu, ich habe es geschafft! Bin heute auf einer Geburtstagsfeier eingeladen. Nachdem es das letztes Mal schief gegangen ist mit dem Stylen (Haarteil, Volluma & Co.) und ich schon morgens schlecht drauf war, nur weil ich daran gedacht habe, dass ich mich abends zurecht machen

"muss", ist die Fete voll in die Hose gegangen, weil ich nämlich nach dem ganzen Frust gar nicht hingegangen bin und mir die Augen aus'm Kopp geplärrt habe.

Heute bin ich die Sache anders angegangen, nachdem ich mich an die Worte erinnert habe, die ich an Nali gerichtet habe:

Zitat:Du denkst jetzt vielleicht "die hat gut Reden"... Spätestens wenn ich mich mal wieder "stylen" will, habe ich wahrscheinlich wieder den Durchhänger. Aber dann werde ich versuchen, daran zu denken, was ich dir gerade vermitteln will.

Ich habe mir also von vornherein vorgenommen keinen großen Aufwand zu betreiben und es auch konsequent durchgezogen. Ich sitze nun hier bereit für die Party, zwar geschminkt und mit meinen Lieblingsklamotten, aber meine Haare habe ich einfach hinten zusammengebunden und gut ist. Sieht zwar eher so aus, als ob ich zum Sport gehe, aber ich fühle mich trotzdem wohl. Weil meine Psyche durch diesen wegfallenden Druck endlich mal entlastet ist.

Ich kann jedem nur empfehlen, sich mal 'ne Auszeit zu nehmen.

---

Subject: Re: Druck rausnehmen  
Posted by [Nali](#) on Wed, 20 Sep 2006 06:34:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Claudit!

Wie war die Party denn noch? Konntest du dich trotzdem frei geben so wie du bist und hast nicht an die Haare gedacht?

Ich trage immernoch mein Tuch und nehm auch weiter die Pille, aber ich vertrage sie nicht.

Kann es auch sein, dass die Pille eher noch dazu beiträgt, dass es schlimmer wird, wenn man sie nicht verträgt???? Ich würd sie ja gern absetzen, aber ich habe dann doch Angst, dass es mehr wird mit dem HA und ich dann goben ganz kahl werd. Die letzte Woche wurd es auch irgendwie wieder schlimmer mit dem HA.

Gibt es bei Regaine alle 6 Monate erneut eine Shedding-Phase?

Mir graut ja davor! Dann brauch man das Zeug doch gar nicht nehmen! Es sieht nun noch etwas lichter aus als sonst..

Kann man denn gar nichts dagegen tun???

Ich kann tun was ich will, ich finde einfach nicht mehr schön was ich im Spiegel sehe. Zwar ok, aber nicht schön.

---

Subject: Re: Druck rausnehmen  
Posted by [Claudi](#) on Wed, 20 Sep 2006 11:02:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Nali,

ne, schön finde ich das auch nicht mehr, was ich im Spiegel sehe. Ich muss mich langsam daran gewöhnen, dass sowieso die inneren Werte zählen.

Die Party konnte ich genießen. Ich habe nicht ein Mal an die Haare gedacht. Es hat auch von meinen Bekannten niemand gefragt oder eine Anspielung gemacht. Der Abend war so lustig, dass ich gar nicht dazu kam, an meine Haare zu denken.

Welche Beschwerden hast du noch von der Pille? Ich kann dazu wenig sagen. Ich habe sie vor über 15 Jahren mal genommen. Das waren damals noch andere Pillen als heute (glaube ich!). Auf jeden Fall hatte ich damals oft Ziehen im Bein, Beklemmungsgefühle im Brustkorb und Haarausfall. Habe sie dann abgesetzt.

Ich weiß nicht, ob man zwangsläufig alle 6 Monate ein Shedding von Regaine hat. Ich glaube, es verläuft bei jedem anders. Nachdem ich die Berichte über Shedding hier gelesen habe, würde ich mich auch nicht mehr an Regaine herantrauen. Als ich es vor 2 Jahren genommen habe, war ich völlig unbedarft. Hatte auch kein Shedding. Allerdings hat es auch nicht geholfen.

Bist du denn in Sachen Schilddrüse weiter gekommen?

---

Subject: Re: Druck rausnehmen  
Posted by [Nali](#) on Wed, 04 Oct 2006 06:25:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Claudit

Ziehen in den Beinen und anschwellen derselben, Stechen im Brustkorb, leichte Gewichtszunahme und Haarausfall hab ich ebenfalls von der Pille, obwohl ich ja nicht weiß, ob der HA wirklich von der Pille kommt. Das denke ich nicht, aber kann gut sein, dass es das Ganze noch verschlimmert..

Sie abzusetzten traue ich mich aber irgendwie immernoch nicht, weil ich doch noch hoffe, dass es besser wird.. :-/

Hab nun schon Stützstrümpfe verschrieben bekommen, weil ich schon super Probleme mit den Beinen habe. ( Kannst du mir da was raten?

Hatte auch am Montag wieder nen super depri-Tag gehabt. Am Liebsten wär mir einfach zu Hause zu bleiben, weil ich da wenigstens nicht dieses blöde Tuch tragen muss, obwohl ich mich für meinen Freund auch schon net mehr attraktiv genug fühle (naja, was DIE bestimmte Sache angeht läuft auch net viel, was das Ganze wohl noch verstärkt) Habe gestern Pretty Woman geschaut und musste echt heulen.. Aber welche Frau bekommt da nicht feuchte Augen!

Sag mal, wissen eigentl viele Bekannte bzw Freunde von dir Bescheid über den HA? Bei mir

wissen es nur meine Eltern, mein  
Freund (der es gleich seinen Eltern und Brüdern erzählt hat, was ich echt nicht gut fand, weil  
er mir versprochen hat es keinem zu sagen) und meine beste Freundin.

liebe Grüße  
Nali

---

---

Subject: Re: Druck rausnehmen  
Posted by [Claudi](#) on Wed, 04 Oct 2006 07:57:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Nali,

bezüglich der Beine kann ich dir nicht wirklich einen Tipp geben. Bei mir ist das mit der  
Pilleneinnahme schon viel zu lange her, als dass ich mich damit noch auskennen könnte.

Na, da hatten wir wohl gestern beide einen Depri-Tag. Ich habe daher bewusst nicht Pretty  
Woman geschaut.

Aus meinem Umfeld wissen fast alle über meinen HA Bescheid. Es lässt sich auch nicht mehr  
wirklich verbergen. Natürlich gibt es auch ein paar "merkbefreite" Menschen, denen ich das  
dann auch nicht unbedingt unter die Nase reiben muss. Aber Familie, Freunde, die besten  
Arbeitskolleginnen kennen alle mein Problem. Und ich fühle mich besser dabei. Einige hatten  
sich nämlich bereits gewundert, warum ich immer die gleiche Frisur trage und so zerzaust  
herumlaufe.

---

---

Subject: Re: Druck rausnehmen  
Posted by [Nali](#) on Thu, 05 Oct 2006 18:24:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Claudit!

Meine Arbeitskollegen bestanden zu 95 % aus Männern und da ist es dann schon etwas  
komplizierter. Die gucken zwar auch schon komisch, weil es wirkl auch net mehr ohne Tuch geht,  
aber sagen tun sie nichts und ich versuche es mir nicht anmerken zu lassen was los ist. Einige  
fragen nur öfter nach, ob es mir gut geht und auch wirkl gut geht usw..

Ich bin damit lieber etwas anonym und auch vorsichtig, weil man zu schnell verletzt werden kann.  
Da brauch nur jemand sein, der viel redet und schwubs wissen es Leute, die es nicht wissen  
sollen.

Hab eine Freundin, die redet wirkl mit jedem über alles,  
echt zieml heftig, was die manchmal so erzählt von anderen und das möchte ich dann  
manchmal auch einfach net wissen und deshalb erzähl ich ihr das auch nicht. Sie ist zwar super

nett, aber das würd weiter getratscht werden. Das erspar ich mir lieber!  
Solang es noch geht, werd ich versuchen das zu verbergen und wenn es nicht mehr geht - auch ohne Tuch nicht, dann muss ich mir was anderes einfallen lassen... Ich hoffe nur, dass es soweit gar nicht erst kommt!!

So, dann wünsch ich dir noch einen entspannenden Abend!  
liebe Grüße  
Nali

---