

---

Subject: Eisenmangel, wann Besserung Haarausfall  
Posted by [christinamarcus](#) on Wed, 20 Sep 2006 04:32:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich habe schon seit 1,5 Jahren Haarausfall, der wurde mal besser und ist seit Juni wieder sehr heftig.

war dann bei nem neuen Hautarzt, der is ganz nett.

Hat Blutwerte genommen und festgestellt Eisenmangel, Ferritinwert war bei 25!

Hab dann Eisentabletten bekommen. Mitte Juli wurde geprüft, ob der wert steigt und er war bei 41. Also weiter Eisen genommen, aber HA immernoch gleich schlimm.

War am Mo beim Arzt um nochmal Blut abzunehmen wegen wert und der Doc meinte, daß es schon 3 Monate dauern könne, bis sich was tut. Ich krieg jetzt am Fr (oder Mo) Ergebnis ob wert okay und dann soll ich bis Mitte Okt (sind dann 3 Moante seit Juli) abwarten, bevor ich wieder komme.

Kann das stimmen, daß es 3 Monate dauert bis sich überhaupt ein bißchen was ändert???

Bin ich wirklich zu ungeduldig?

Danke.  
Christina

---

Subject: Re: Eisenmangel, wann Besserung Haarausfall  
Posted by [strike](#) on Wed, 20 Sep 2006 08:53:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Bin ich wirklich zu ungeduldig?

Bezogen auf was?

Auf das Eisen oder darauf, daß durch die Eiseneinnahme der Haarausfall behoben wird?

Beim Eisen ist es nun mal so, daß es gute 6 Monate dauern kann, bis der Speicher (Ferritin) wieder einigermaßen aufgefüllt ist.

Eine Garantie, daß dann die Haare wachsen, kann Dir keiner geben, denn dadurch daß Du Dich jetzt so auf das Eisen konzentrierst, können wiederum Dinge wie Zink u. Kupfer (Kupfer schneller als Zink) beeinträchtigt werden, d. h. Du hast einen relativen Mangel erzeugt.

Wenn Du also Pech hast, kannst Du dann einen Haarausfall bedingt durch einen Zink- oder Kupfermangel haben. Man sollte also stets alles im Auge behalten, was sich gegenseitig beeinflussen kann.

Hier greift mal wieder das Beispiel mit den Zahnrädern, die alle ineinandergreifen...

LG strike

---

---

Subject: Re: Eisenmangel, wann Besserung Haarausfall  
Posted by [christinamarcus](#) on Wed, 20 Sep 2006 08:59:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Vielen dank für die Antwort.

Mein Eisenwert ist ja relativ gut angestiegen, war wohl im Juli so, daß man sagen kann, so lala, HA müsse (wenns daran liegt) besser werden.

Meine Frage war jetzt ob es wenn der Eisenspeicher wieder einigermaßen gefüllz ist nochmal 3 Monte dauern kann, bis man am HA was merkt?

Zink nem ich auch tgl., aber von Kupfer hab ich noch nie was gehört.

---

---

Subject: Re: Eisenmangel, wann Besserung Haarausfall  
Posted by [jutta62](#) on Sun, 22 Apr 2007 09:04:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

hast du das im Auge behalten?

Herzl. Gruß, Jutta

---

---

Subject: Re: Eisenmangel, wann Besserung Haarausfall  
Posted by [christinamarcus](#) on Sun, 22 Apr 2007 09:13:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ja, klar, Eisen nehm ich grad immernoch, noch 3 tage, dann is die Packung leer. In so 4 Wochen wolt ich dann mal den Ferritinwert überprüfen lassen.

Im Dez war er ja bereits bei 65 und der HA wurde ja seit November auch immer besser. So seit Februar ca. war er quasi weg, also im Schnitt so 35-40 Haare pro atg is okay denk ich.

Nur jetzt siet ein paar tagen wird wieder mehr, aber eben auch net beim normalen Bürsrten, sondr nur, wenn ich an den Stellen zupf bzw. beim haare waschen.  
(also in ne ca. 3 cm breiten Streifen an den Seiten so ca. 1 cm "unterhalb" vom Scheitel)

das is doch echt sehr komisch!!!! Und soooo viele!!!!

---