

Hallo liebe Leser,

ich wollte dieses Thema aufmachen um mit euch über die Autoimmunerkrankung Pseudo Pelade Brocq zu diskutieren, bzw. neue Lösungsansätze für betroffene aufzuzeigen. Ich bin oder war selber betroffen und konnte durch eine gezielte Umstellung den Krankheitsverlauf stoppen denke ich (Alhamdulillah).

Ich habe 2014 eine HT in Istanbul machen lassen. Alles lief eigentlich nach Plan. Die ersten Haare wuchsen in den ersten 5 Monaten und der Scheitel war dicht. Nach ca. 7 Monaten nach der OP. Fielen Haare plötzlich aus und ich dachte lange, dass die HT nicht geglückt war. Ärzte konnten mir nicht sagen warum, bis ich eine Kopfhautprobe habe untersuchen lassen. Die Diagnose, Pseudo pelade Brocq. Dies war bereits 2016, wo ich auch schon starke undichte Stellen an den Geheimratsecken hatte. Da die Kopfhaut stark sichtbar war, war mir das sehr unangenehm. Und wieder war ich am Anfang. Zusätzlich wurde mir mit der Diagnose mitgeteilt, dass dies irreversible sei. Also nicht umkehrbar. Die Ärzte konnten mir auch nicht sagen, was die Ursachen für diese Autoimmunerkrankung der Kopfhaut sei. Ich sollte doch Kortison auftragen und mich damit abfinden.

Dies habe ich nach langem Zögern nicht einfach hinnehmen wollen. Ich habe etliche Mittel ausprobiert, von Knoblauch Zehen und Zwiebeln auf der Kopfhaut bis kein Shampoo mehr benutzen um die Kopfhaut nicht zu irritieren.

Letztendlich hat dies aber nichts gebracht. Durch Zufall ist mir dann im Sommer 2017 aufgefallen, dass die Haare bei Sonneneinstrahlung auf einmal wieder anwachsen leicht und die Schübe anscheinend leicht zurück gingen. Dies habe ich dann untersucht. Ich habe mich über Vitamin D informiert und dass ca. 85% der deutschen einen Vitamin D Mangel haben.

Vitamin D ist sehr wichtig für das Immunsystem. Ohne Vitamin D funktioniert das Immunsystem nicht richtig. Also Habe ich mir vitamin D3 Öl mit K2 geholt ca. 800I.E pro Tropfen. Jeden Tag 10 bis 20 Tropfen. Ich habe mich daraufhin weiter schlau gemacht und bin zur Erkenntnis gekommen, dass die Darmflora ebenfalls sehr wichtig ist für das Immunsystem. Ich fing mit Darmsanierung an mit Flohsamenschalen, dann anschließend mit Heilerde. Um die gereinigte Darmflora wieder aufzubauen habe ich mir probiotische Bakterienkulturen aus der Apotheke gekauft, Kapseln zum schlucken z.B von Doppelherz. Die Entzündungen im Darm entstehen zum Großteil durch Milch Casein. Also habe ich Milch aus der Ernährung gestrichen.

Ergänzend habe ich ebenfalls heraus gefunden dass Omega 3 Öl und OPC Traubenkernextrakt ebenfalls sehr wichtig fürs Immunsystem ist. Sowie Kurkuma das Gewürz oder reiner Bio Honig. Zink und Selen Kapseln nehme ich auch. Tatsächlich (Alhamdulillah) verringerten sich die Schübe. Seit einem Jahr fallen keine Haare mehr aus. Alte nicht entzündete Kopfhautstellen wachsen wieder nach.

Ich will dies mit euch teilen, um betroffenen zu helfen, sodass sie eine ähnliche Strategie probieren und dadurch inshallah erfolge erzielen und geheilt sind von der Autoimmunerkrankung.

Also nochmal die einzelnen Steps:

Milch komplett streichen.

Morgens Vitamin d3 täglich

Morgens Omega 3 Öl, 1 Esslöffel täglich

Morgens und Abends einen Esslöffel Flohsamenschalen mit reichlich Wasser um den Darm zu reinigen

Eine Kur mit probiotischen Bakterien

Kurkuma so oft es geht zum Kochen oder einen Esslöffel mit Wasser verrühren und trinken.

Zink und Selen Kur.

Morgens OPC Traubenkernextrakt

Informiert euch, probiert es aus. Ich hoffe dies hilft euch.

Frieden sei mit euch!

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung

Posted by [Statham1](#) on Tue, 22 Oct 2019 14:03:34 GMT

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

Hallo,

interessant Bericht, immun System stärken ist für uns alle sehr wichtig

LG

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung

Posted by [Justz](#) on Tue, 22 Oct 2019 14:13:56 GMT

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

Wenn du den religiösen Quatsch aus dem Forum lässt, könnte man auch vernünftig diskutieren.

Es ist immer noch eine neutrale Plattform und sollte auch geachtet werden.

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung

Posted by [Desmond](#) on Tue, 22 Oct 2019 15:25:16 GMT

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

Justz schrieb am Tue, 22 October 2019 16:13 Wenn du den religiösen Quatsch aus dem Forum lässt, könnte man auch vernünftig diskutieren.

Es ist immer noch eine neutrale Plattform und sollte auch geachtet werden.

Er hat doch nur Gott sei Dank geschrieben :lol:

Die Sache mit Vitamin D ist allseits bekannt, wird aber leider von vielen Ärzten und Medien verharmlost, aus welchem Grund auch immer. In einer amerikanischen Fachzeitschrift stand mal, dass 60% der Krankenhäuser, Praxen und Apotheken überflüssig wären, wenn die

Bevölkerung gezielt Vitamin D einnehmen würde.

Erst letztens wurde einer bekannten ein Vitamin D Mangel diagnostiziert und vom Arzt 1000i.e verschrieben. Die Minidosis ist ein totaler Witz und reicht nicht aus, um den Spiegel zu erhöhen.

Man muss sich selbst informieren und einen kompetenten Arzt finden, der sich mit der Materie auskennt. Aus eigener Erfahrung kann ich nur berichten, dass es kaum Kassenärzte gibt, die Interesse daran haben, es wird halt kein Geld damit verdient. Privatpatienten haben dagegen gute Karten.

Selen soll übrigens Krebszellen hemmen und gut geeignet für Krebsprävention sein.

Ich persönlich würde aber immer Blutwerte checken lassen und nichtsdestotrotz alles mit Hausarzt abstimmen. Mein Arzt hat zwar keine Ahnung von Vitamin D, selen usw. checkt aber regelmäßig meine Blutwerte diesbezüglich, insbesondere Nierenwerte sind wichtig bei hohen Dosen Vitamin D.

2 HT' sind misslungen und ich weiss immer noch nicht warum, im März Vitamin D Wert bestimmen lassen und Katastrophale Spiegel von 7 !!!gehabt, mittlerweile 95 ! Und seitdem kein Schnupfen, Erkältung oder dergleichen gehabt, davor chronisch laufende Nase und mehrmals im Jahr erkältet gewesen.

Gibt übrigens ne Studie, dass eine medikamentöse Zugabe von Vitamin D für eine bessere Anwuchsraten bei Hauttransplantationen sorgt, allerdings bei Mäusen.

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung
Posted by [Strugglehair](#) on Tue, 22 Oct 2019 15:45:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Desmond schrieb am Tue, 22 October 2019 17:25Justz schrieb am Tue, 22 October 2019 16:13Wenn du den religiösen Quatsch aus dem Forum lässt, könnte man auch vernünftig diskutieren.

Es ist immer noch eine neutrale Plattform und sollte auch geachtet werden.
Er hat doch nur Gott sei Dank geschrieben :lol:

Die Sache mit Vitamin D ist allseits bekannt, wird aber leider von vielen Ärzten und Medien verharmlost, sus welchem Grund auch immer. In einer amerikanischen Fachzeitschrift stand mal, dass 60% der Krankenhäuser, Praxen und Apotheken überflüssig wären, wenn die Bevölkerung gezielt Vitamin D einnehmen würde.

Erst letztens wurde einer bekannten ein Vitamin D Mangel diagnostiziert und vom Arzt 1000i.e verschrieben. Die Minidosis ist ein totaler Witz und reicht nicht aus, um den Spiegel zu erhöhen.

Man muss sich selbst informieren und einen kompetenten Arzt finden, der sich mit der Materie auskennt. Aus eigener Erfahrung kann ich nur berichten, dass es kaum Kassenärzte gibt, die Interesse daran haben, es wird halt kein Geld damit verdient. Privatpatienten haben dagegen gute Karten.

Selen soll übrigens Krebszellen hemmen und gut geeignet für Krebsprävention sein.

Ich persönlich würde aber immer Blutwerte checken lassen und nichtsdestotrotz alles mit Hausarzt abstimmen. Mein Arzt hat zwar keine Ahnung von Vitamin D, Selen usw. checkt aber regelmäßig meine Blutwerte diesbezüglich, insbesondere Nierenwerte sind wichtig bei hohen Dosen Vitamin D.

2 HT' sind misslungen und ich weiss immer noch nicht warum, im März Vitamin D Wert bestimmen lassen und katastrophale Spiegel von 7 !!! gehabt, mittlerweile 95 ! Und seitdem kein Schnupfen, Erkältung oder dergleichen gehabt, davor chronisch laufende Nase und mehrmals im Jahr erkältet gewesen.

Gibt übrigens ne Studie, dass eine medikamentöse Zugabe von Vitamin D für eine bessere Anwuchsraten bei Hauttransplantationen sorgt, allerdings bei Mäusen. Welches Präparat/ welche Tropfen nimmst du ein?

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung

Posted by [Desmond](#) on Tue, 22 Oct 2019 16:10:30 GMT

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

Natural Element

Zu Vitamin D sollte man auch K2 und Magnesium einnehmen.

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung

Posted by [Elvis07](#) on Wed, 23 Oct 2019 13:19:06 GMT

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

Man kann immer vernünftig diskutieren und sollte dies auch anstreben.

Quatsch ist es schon mal gar nicht. Lediglich von deiner Seite aus, wenn du dich alleine deswegen angegriffen fühlst und es als „quatsch“ bezeichnest. Und dass was du anderen vorwürfst, dass man nicht vernünftig diskutieren kann, das übst du nämlich grad extrem aus. Ich kann "Alhamdulillah" so oft schreiben wie ich mag.

Ich will lediglich Leidensgenossen mit diesem Thema und meinen Erfahrungen helfen.

Wie gesagt, ist Darmsanierung der Key, Der Aufbau der Darmflora mit guten Bakterien, die regelmäßige Einnahme von Vitamin D3 und K2, sowie Omega 3. Milch sollte man meines Erachtens komplett weglassen um entzündliche Quellen zu beseitigen.

Ich kratze jetzt keinen Käse von der Pizza, aber diese tote pasteurisierte Milch trinke ich nicht mehr in der nur pathogene Bakterien überleben, die Gift sind für den Darm. Wenn ihr Milch trinken wollt, wovon ich alleine aus tierrechtlichen Gründen Abstand nehme, trinkt Biomilch oder Rohmilch, von gesunden und glücklichen Kühen, wo viele probiotische Bakterien vorhanden sind. Lasst die Finger von Antibiotika, es sei denn man muss es unbedingt nehmen (nicht wie

heutzutage alle 6 Monate 1 mal), da wie der Name schon sagt diese „Anti“ Biotika gegenteilig zu den „Pro“Biotikern agieren und eure gesamte Darmflora zerstören. Zu guter Letzt, Kurkuma ist ein wahres Heilmittel, sowie Bio(roh) Honig. Frieden Sei mit euch!

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung
Posted by [Statham1](#) on Wed, 23 Oct 2019 13:31:05 GMT

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

kefir , Kefir or kefir is a fermented milk drink similar to a thin yogurt that is made from kefir grains, a specific type of mesophilic symbiotic culture

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung
Posted by [Desmond](#) on Wed, 23 Oct 2019 14:10:43 GMT

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

Es gibt übrigens Kurkuma Tee, wollte ich nur mal erwähnt haben...

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung
Posted by [Desmond](#) on Fri, 01 Nov 2019 14:44:42 GMT

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

Es gibt mehr als ein Dutzend Fälle im Forum, wo angewachsene Grafts wieder permanent ausgefallen sind. Die Dunkelziffer dürfte sehr viel höher sein.

Hier ein Fall, wo einem Member innerhalb von 10 Jahren alle FUT Grafts ausgefallen sind (2800 grafts)

https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php/m/137246/#msg_137246

Bei einem Vitamin D Mangel läuft der Körper auf Sparflamme, sozusagen auf Stand By. Es muss einen Grund dafür geben, warum die grafts wieder abgestoßen werden. Eine schlechte Nährstoff Versorgung der Grafts aufgrund des Vitamin D Mangels erscheint mir plausibel. Außerdem können Nährstoffe schlecht aufgenommen werden, wenn der Darm entzündet ist.

Der Darm und Vitamin D3 sind an allen Prozessen in unserem Körper beteiligt und mMn das Fundament für ein gesundes Leben und der Haare !

Hier ist ein guter Artikel dazu:

https://m.focus.de/gesundheit/ratgeber/verdauung/fuer-einen-gesunden-darm-machen-bakterien-schlau-und-schlank-5-wahrheiten-ueber-das-mikrobiom-und-3-irrtuemer_id_11061475.html

Subject: Aw: Pseudo Pelade Brocq/Autoimmunerkrankung

Posted by [daniel91](#) on Fri, 01 Nov 2019 17:31:48 GMT

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

Edit. Bitte halte dich an die Netiquette
