

---

Subject: haarausfall

Posted by [damn](#) on Wed, 12 Aug 2009 11:22:22 GMT

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

---

hallo zusammen,

wie viele hier wahrscheinlich blicke ich nun schon auf eine etwas längere Leidensgeschichte im Hinblick auf die Ursachenforschung zu meinem Haarausfall zurück. man vermutete wegen erhöhter testosteronwerte (ja, ich bin weiblich), dass man dies mit Hammer-Hormonen in den Griff bekäme - die Strähnen, die ich ziehen kann, sprechen eine andere Sprache (auch nach anderthalb Jahren), andere hormonelle Störungen (somit auch die Schilddrüse) wurden ausgeschlossen. sicher hab ich stress, aber wer hat das nicht? naja, ich habe jetzt einfach mal eine Vermutung, die ich diskutiert wissen möchte (man greift ja in seiner Verzweiflung nach jedem Strohalm): ich treibe relativ viel schweißtreibenden sport: Joggen und Spinning und es ist schon so, dass ich das gerne exerziere. wenn ich mir nicht unmittelbar die haare nach dem sport wasche bekomme ich im anschluss eine extrem trockene kopfhaut und die haare sind über eine lange zeit super spröde. und nun die dumme frage eines laien. was kann ich denn da machen? Vorweg: kann der haarausfall damit zusammenhängen? es ist wirklich nur ein kleiner anker nach dem ich greife, aber da ich ansonsten ein halbwegs gesundes, wiegesagt nicht ganz sorgenfreies Leben führe, gehen mir solangsam die ideen und nicht nur die haare aus. ich bin dankbar für jeden hinweis!

---