
Subject: Das leidige Thema

Posted by [haargenau](#) on Thu, 18 Feb 2010 23:14:36 GMT

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

Hallo Gemeinde,

ich möchte mich hier auch mal vorstellen.

Bin 22 Jahre, Nichtraucher, Nicht-Viel-Trinker, Viel-Eiweiß-und möglichst-gesund-Esser.

Und trotzdem scheinen mir die Haare etwas auszugehen. Vor allem hinten am Kopf, am Wirbel.

Seit einiger Zeit bin ich immer gestresst. (mit Sicherheit hausgemacht)

Wirkliches "Abschalten" ist nicht mehr möglich. Dann kommt noch der leichte Haarausfall dazu.

Das kann einen fertigmachen.

Ich bin ein Typ, dem einfach keine Glatze steht, kann mir jemand erzählen was er will. Dann kommt immer noch der Druck dazu, dass es heißt: Oh, deine Haare werden hinten dünner...

Mein Opa mütterlicherseits hatte bis zum Schluss dichtestes Haar. Väterlicherseits soweit ich mich erinnern kann auch. Daher geb ich mich mit der Ausrede "erblich bedingter Haarausfall" nicht zufrieden.

Könnt ihr mir anhand des Bildes sagen, ob es sich um einen diffusen Haarausfall handelt?

Ich bin zur Zeit im Ausland, daher werde ich erst in etwa einem Monat mal bei einem Arzt vorbeischauen zwecks Blutbild. Und zu nem Hautarzt geh ich auch.

Probier es schon seit einem Monat mit einem Eisen- und Zinkpräparat, geholfen hat es bisher nicht...

Wie lange dauert so etwas, bis es wirkt?

Danke für die Hilfe. Man fängt ja doch an sich Gedanken zu machen.

Noch vergessen zu erwähnen: Ich geh regelmäßig (3mal die Woche) trainieren. Nehme außer Eiweiß keine Aufbauhelfer...

File Attachments

1) [DSC02048.JPG](#), downloaded 828 times

