
Subject: Vergeudet eure Zeit nicht

Posted by [kongo](#) on Sun, 20 Jun 2010 23:25:08 GMT

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

Hallo, Ich hab hier zwar noch nie was geschrieben aber lese schon seid Jahren mit und möchte zum Thema "umgang mit Haarausfall" etwas loswerden.

Ich bin 23 Jahre alt und seid gut 4 Jahre litt ich an Haarausfall.

Ich hab so einiges an Mitteln und Techniken ausprobiert (vom Schulmedizinischen Ansatz mit Propecia & Co, bis hin zu sagen wir mal eher dubiosen verzweiflungsaktionen wie speziellen Kopfhautmassagen, und für etwa 2 Wochen hab ich mir auch ein Echthaarsystem angetan (ich hab's als Tortur empfunden)

Nunja nichts von alledem hat mir geholfen. Die Haare sind weiterhin munterausgegangen mal schneller, mal langsamer aber ziemlich unabhängig davon welches Regimen ect ich angewendet habe.

Also für mich war die diese ganze Sache extrem belastend und meine Haare (die ich früher doch sehr gern gehabt habe) haben sich in diesen Jahren für mich zu einem endlosen Quell von Stress, Frust, Panik ect entwickelt.

und das hat egal ob ich mir das zugestehen wollte oder nicht immer mehr auf mein Leben abgestrahlt. Ich bin unsicherer geworden, vorsichtiger, schüchterner und all die Dinge die man wenn man jung ist nicht sein sollte ;=)

Doch weil mir wirklich nichts geholfen habe ich mich nach langem (wir reden hier von Monaten) langem Ringen dazu durchgerungen sie...ihr ahnt es schon abzuschneiden.

Einfach ab mit dem ganzen Gemurkse und mit meinen Locken ist auch viel Stress von mir abgefallen. Das war eine meiner BESTEN Entscheidungen der letzten Jahre.

Es fühlt sich wahnsinnig gut an und seid etwa 6 Wochen lauf ich jetzt mit dem 2mm Schopf herum. Ich will jetzt niemandem etwas vormachen ja es gibt blöde Kommentare und nein nicht jeder (auch ich nicht) sieht mit so kurzen Haaren genauso "gut" aus wie diverse Stars die hier oft als Vorbilder genannt werden und zum ersten mal mit Freunden/Kollegen/Bekanntem zusammenzutreffen

war durchaus auch mit etwas Sorge verbunden.

Aber das ist alles egal, denn das tolle ist: jetzt ist der Druck raus. Ich muss mich nicht mehr darum scheren ob meine Haare richtig sitzen, welches Produkt ich ausprobieren könnte, wie dies oder jenes tun kann um mein Problem (welches Problem eigentlich - so denke ich jetzt) zu verbergen oder zu kaschieren.

Ich bin einfach ich selbst und das kommt wahnsinnig gut an zuerst bei mir selbst und natürlich auch bei den Frauen oder prinzipiell anderen Menschen.

Ich wünschte mir ich hätte damals als mir zum ersten mal meine wachsenden Geheimratsecken aufgefallen sind einfach den Rasierer gepackt und die Sache gleich gelöst. Denn das ist sie jetzt ...gelöst, Haarausfall ist für mich einfach kein Thema mehr.

und Ich denke was ich hiermit bezwecken will ist das all jene die wie ich schon in sehr jungen Jahren an HA leiden nicht auch einige JAhre des Zweifels und haderns zubringen müssen bis sie dahintersteigen wie vollkommen unnötig das ist.

Lasst euch einfach nicht ein auf die ganzen Sachen sondern konfrontiert euch mit eurem blanken Kopf - jetzt sofort.

Ich verspreche es wird euch besser gehen und zusätzlich spart ihr euch teure (und nicht ganz nebenwirkungsfreie) Medikamente.

-allein die Idee das junge MEnschen wegen soetwas auf fragewürdige und teure Medikamente zurückgreifen ist doch furchtbar- Ihr wollt doch das Zeug nicht für immer nehmen und bis zur endgültigen Lösung des Problems dauerts halt immer noch 4-5 Jahre (dieser Zeitraum wird nur auch nie kürzer)

Also zum Abschluss für jeden der der an HA leidet und glaubt das es ein Problem ist: Schneidet sie ab und probiert es aus für mindestens ein halbes Jahr, die Medis könnt ihr später immer noch nehmen aber so erspart ihr euch mitunter einen schlimmen leidensweg.

Alles natürlich nur meine Meinung

salute
