
Subject: Was ist hier los? (mit Fotos)

Posted by [Art_Vandelay](#) on Sun, 08 May 2011 00:45:42 GMT

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

Hallo erstmal!

Ich bin 24, neige schon seit 5+ Jahren dazu Schuppen und immer wieder auftretenden diffusem Haarausfall zu bekommen, welcher aber nie lichte Stellen hinterließ.

Gehe daher seit 2006 jedes Quartal zu einem anderen Dermatologen, in der Hoffnung diese Probleme in den Griff zu bekommen, leider bisher ohne Erfolg. Schilddrüse okay, allgemeine Blutwerte sehr gut, HA ist in der Familie väterlicherseits sehr gering.

Foto 2009 (mit Nixon Maske!)

Foto 2010

Ich hatte in diesem Zeitraum ein Ekzem und einen Pilz am Kopf, für welche ich ein Akne Mittel und ein Fungoral 2% Shampoo bekam. Habe zwar nie wirklich viele Pickel im Gesicht, neige aber dazu aggressive Mitesser zu haben und vereinzelt auftretende Wimerl/ rote Punkte.

Alles aber überschaubar.

Doch dann kam der Spätsommer 2010:

Nach einem stressigen Arbeitsjahr entschloss ich mich, mir einen einwöchigen Urlaub alleine in den USA zu gönnen, um etwas gegen meine moderate Depression zu tun. Leider kam es dazu, dass ich ein paar Tage ohne Anschlussflug in Irland gestrandet war und in dem Chaos einen leichten Nervenzusammenbruch hatte.

Das verstärkte blitzartig meinen Haarausfall. So stark sogar, dass man sie nicht mal mehr mit Haarwax aufstellen konnte, und der Duschabfluss innerhalb von zwei Wochen verstopft war.

Im Herbst starb jemand aus meiner Familie, was mir den Rest gab, mich noch depressiver machte, und folglich meinen HA verstärkte.

Zuerst änderte sich die Art wie sie fielen. Normalerweise legten sie sich vom Scheiten weg, doch plötzlich liefen die Haare wie ein Mohawk in der Mitte zusammen. An den GHE wurden sie lichter, besonders die rechte ging stark zurück.

2/2011 GHE

War darauf wieder bei einem Hautarzt, mit dem Plan ein Trichogramm machen zu lassen, doch er rieht davon ab, da er meinte, meine Haare/ Kopfhaut wären gesund. Die üblich oberflächliche Untersuchung/ Abfertigung.

Die Haare fiehlen weiter aus. Die Haardichte ging stark zurück. Besonders die GHE, über den Ohren und der Haaransatz über den Haaren wurden lichter.

4/2011 Haardichte

4/2011 Haardichte über den Ohren im Profil

Die Kopfhaut bekam rote Punkte, die Haarwurzeln waren machmal überempfindlich.

Außerdem bekam ich am Hinterkopf einen roten Fleck, der immer gereizt ist.
4/2011 Haardichte Hinterkopf/ Exzem(?)

Hier noch ein Detail einer der GHE. Es sind noch ein paar normal-lange Haare erhalten, die aber komischerweise nicht auf dem Photo rauskamen.
4/2011 Detail GHE

Ich wasche die Haare derzeit mit einem Feuchtigkeits Shampoo von CD und einem rückfettendem dermatologischem Duschöl. Mache auch immer wieder eine Olivenöl/ Babyöl Kur. Die Haut reinige ich mit einem Teebaumöl Gesichtswasser. Alles ohne Erfolg. Ich Schuppe wie ein Salzstreuer, die Kopfhaut juckt und die Haare in einem miserablen Zustand.

Ernähre mich seit meinem 11.Lebensjahr ovo-lacto vegetarisch. Habe leider 10 Jahre lang viel Cola Light getrunken, was ich aber komplett eingestellt habe. Ernähre mich sein Januar gesundheitsbewusster und natürlicher (war keine riesen Umstellung). Tgl. ein EL Leinsamenöl und Zink Tabletten.
Kein Raucher/Trinker.

Ich weiß leider echt nicht, was ich habe und als nächstes tun soll. Die mangelnde Stressverarbeitungsgabe und die Depression sind sicher ein Faktor, aber ich glaube, das es nur einen Teil ausmacht.
Was ich noch an meiner Ernährung verbessern kann, weiß ich nicht. Bin jedenfalls seit Herbst dauerkrank, habe keine Abwehrkräfte/ Immunsystem und eine langsamere Wundheilung.

Ich setze kein wirkliches Vertrauen mehr in Haut- und Allgemeinärzte. Vielleicht könnt Ihr mir vorschlagen, welche Schritte ich als nächstes einleiten könnte?

P.S.: Hoffe ich habe niemand mit dieser endlos-langen ersten Post erschlagen.
