

---

Subject: Haarausfall durch Stress und starkem Abnehmen?

Posted by [Cmag](#) on Tue, 27 Mar 2012 15:31:14 GMT

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

---

Hallo Alle,

ich (23j, m) habe seit ca. 2 Monaten ziemlichen Haarausfall. Jeden Tag fallen mir so ca. 100-150 Haare aus. Vorher ist mir nicht eines aufgefallen, jetzt ist das Sieb nach dem Duschen total voll. Auffallend ist, dass sich die Haare in der Länge absolut unterscheiden, sie fallen also am ganzen Kopf aus und nicht nur an einer Stelle.

Mich macht das total fertig, gerade weil man jetzt auch schon sehen kann, dass die Haare auf dem Kopf lichter werden. (besonders am Wirbel)

Meine Hausärztin hat ein großes Blutbild genommen sowie den Testosteronwert checken lassen. Beides absolut im Normalbereich, also daher kann es nicht kommen.

Was ich auch extrem komisch finde ist, dass es in meiner ganzen Familie niemanden mit Haarausfall gibt. Ganz im Gegenteil, mein Großvater mütterlicherseits wird 94 und hat noch sehr dichtes Haar. Auch mein Vater hat zwar GHE, aber sonst ist mit knapp 70 noch alles top, auch wenn es so langsam dünner wird. Gerade die bei mir schlimmste Stelle an der Schädeldecke quasi, ist bei ihm absolut dicht. Eine Genetische AGA käme mir also sehr komisch vor.

Nun habe ich vor ca. 5 Monaten einen ziemlichen familiären Schock erlitten, worunter ich wirklich zu leiden hatte. Infolgedessen habe ich in kurzer Zeit (knapper Monat) ca. 12kg abgenommen (bei 186 Körpergröße nur noch 70kg gewogen). Inzwischen habe ich zwar wieder 3kg drauf, so richtig hoch geht es aber nicht mehr. Kann der Haarausfall vllt auch daran liegen? Inzwischen achte ich sehr auf meine Ernährung, nehme aber selten mehr als 1800kcal zu mir, obwohl ich viel Sport mache. Bekomme wohl nicht mehr runter.

Achja, die Hautärztin hat mir erstmal eine Cortisonlösung verschrieben, da ich auch immer ein ziemliches Jucken am Kopf verspüre (wobei ich das Gefühl habe, dass sind die darauf liegenden, ausgefallenen Haare). Nach 2 Wochen ist aber bisher keine Besserung eingetreten. Ich bin nun ernsthaft am Überlegen mit Fin oder Mino anzufangen, habe allerdings ziemlich Angst vor den Nebenwirkungen und hoffe inständig, dass der HA so schnell wieder aufhört, wie er begann.

Habt ihr diesbezüglich irgendwelche Erfahrungen oder Tipps? Gibt es Grund zu Hoffnung?

---