

---

Subject: Was hat euch geholfen ?

Posted by [peterfly](#) on Tue, 16 Apr 2013 15:42:56 GMT

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

---

Hallo, ich habe seit ungefähr 1/2 - 1 Jahr das Problem, dass meine Haare immer dünner / weniger werden. Als mir das damals aufgefallen ist, hab ich mir nichts dabei gedacht, weil das wirklich ein schleichender Prozess war, d.h. es fallen mir beim duschen oder beim kämmen so gut wie keine Haare aus. Ich hatte davor auch immer sehr dickes und volles Haar gehabt ( meine Friseurin hat mich immer darum beneidet). Besonders an den Schläfen ist das Haar viel dünner geworden, ich muss dementsprechen meine Haare so kämmen , damit mann nicht sieht, dass die Schäfen lichter geworden sind. Aber auch insgesamt ist mein Haar viel dünner geworden. Mir fällt öfters auf, dass mal hier mal da 2-3 Haare von mir liegen, aber wie schon gesagt fällt beim kämmen nur wenig bis garnichts aus. Ich würde von daher nicht als unnatürlichen Haarausfall betrachten, sondern denke ich eher, dass einfach zu wenige Haare nachwachsen. Ich habe mir jetzt vor 14 Tagen die Haarintensivkur von Abtei als Nahrungsergänzungs mittel geholt ( obwohl ich nicht wirklich glaube, dass es an meiner Ernährung liegt). Ich muss zugeben, dass ich in den letzten 1,5- 1 Jahren viel zu oft unter Druck gestanden habe und Stress gespürt habe. Da ich nicht schon mit 19 Jahren mit einer Glatze rumlaufen will muss ich jetzt unbedingt handeln. Hat jemand ähnliche Erfahrungen gemacht und kann mir ein Mittel empfehlen, dass ihm/ihr geholfen hat?

Ich würde mich über eure Beiträge freuen.

LG . Achja, und außerdem hab ich in letzter Zeit stärkere Schuppenbildung am Kopf.

---