

---

Subject: leichter haarausfall

Posted by [CarolinaStr](#) on Mon, 10 Feb 2014 09:06:57 GMT

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

---

hallo, ich bin neu hier und hoffe dass ich richtig poste. Ich hab folgendes Problem: seit einigen wochen fallen mir (für meine verhältnisse) sehr viele haare aus. Sprich meine Bürste ist nach dem bürsten immer relativ voll, der duschabfluss verstopft und teilweise find ich auch einzelne haare auf dem kopfkissen. ich habe relativ dünnes haar und mache mir deshalb langsam sorgen...

schilddrüse wurde bereits durchgecheckt, da ist alles in ordnung. Meine Vitaminwerte sind allerdings nicht allzu optimal und meine hautärztin meinte, das könnte damit zusammenhängen. Ich hab gelesen, dass es in solchen fällen oftmal hilft vitaminsupplemente einzunehmen um die sache unter kontrolle zu bekommen. Meine hautärztin hat mir davon abgeraten stärkere Medikamente zu nehmen (was ich eh auch nur ungern tun würde), aber ich würde es gern mal mit etwas "natürlicherem" probieren. hat jemand damit erfahrungen? Danke schonmal für eure antworten.

---