
Subject: Haarausfall. Ursachenforschung & Bekämpfung!

Posted by [Cirtap](#) on Wed, 12 Aug 2015 19:32:24 GMT

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

Hey Leute,

Ich bin 23 Jahre jung und habe mich hier im Forum angemeldet, um mein immer kleiner werdendes Problem (die Haarpracht) zu bekämpfen. Mein nächstes Problem liegt darin, dass sich mein Studium gerade in der Endphase befindet und dies einen Grossteil meiner Kapazitäten beansprucht. Deshalb werde ich mich erst gegen Jahresende intensiv mit dem Thema auseinandersetzen können. Bis dahin wird der Haarausfall aber fortschreiten und ich bin an Lösungen interessiert, die wenig theoretische Einarbeitungen erfordern.

Zu meinen Symtomen

Das Haar lichtet sich am Hinterkopf, hinzu kommen Geheimratsecken und sie fallen auch diffus aus. Gefühlt ist der Haarausfall in Stressphasen (12 Stunden lernen pro Tag, 7 Tage die Woche) besonders intensiv. Einmal habe ich nach einem besonders harten Tag mein Gesicht massiert und es sind dabei 12 Haare der Augenbrauen ausgefallen. Das kann nicht normal sein, oder? Hinzukommen Verdauungsprobleme & eine stark juckende und gerötete Kopfhaut. +Viele Schuppen!

Zum Arzt. Aber zu welchem?

Ich möchte mit dem Problem zum Spezialisten. Aber welcher Spezialist ist in meiner Nähe. (Karlsruhe, Freiburg, Mannheim, Heidelberg, Lörrach) wären für mich machbar. Kennt Ihr ärzte, die sich in der Region zu dem Thema schon bewährt haben?

Bisherige Schritte

- +Ich habe die Ernährung radikal umgestellt, ernähre mich fast ausschliesslich durch Obst und Gemüse. Stilles Wasser statt Coca Cola etc.
- +Ich nehme regelmässig Schuessler Salze (1,6,7,11) zu mir
- Nach einem Monat habe ich noch keine Besserung erfahren. Vielleicht noch als Zusatzinfo: Ich esse keinen Fisch.
- +Als Shampoo benutze ich Head&Shoulders

offene Fragen

- +Hat bei Euch eine Ernährungsumstellung/Schüssler Salze schonmal einen haarwuchsbegünstigenden Effekt gehabt. Auf was für Nahrungsmittel muss man achten (im guten wie im schlechten)?
- +Durch welches Verfahren erhält man eine Aussage über die Funktionalität der Schilddrüse
- +Gibt es irgendwo eine Liste von allen möglichen Ursachen zu Haarausfall.
- +Wie ist das übliche Vorgehen, um die genaue Ursache von Haarausfall ausfindig zu machen.
- +Ich habe irgendwo gelesen, dass auch Pilze Ursache für Haarausfall sein können. Wie kann man solch einen Befund diagnostizieren?

Ich möchte mich schonmal im Vorraus für Eure Mithilfe bedanken. Bin momentan leider arg im Stress, sodass ich meinen Fokus jetzt nicht auf die Rechtsschreibung legen konnte. Ich hoffe, ihr versteht mich trotzdem ein bisschen.

Liebe Grüsse,
Cirtap
