

Hallo,

ich muss meinen Frust einfach mal irgendwo in den Unweiten des Internets loswerden wen es nicht interessiert: einfach diesen Beitrag überlesen.

Aktuell bin ich ziemlich am Abgrund, kämpfe mit massiven Selbstmordgedanken, für mich ist mein Leben nichts mehr wert. Innerlich weiß ich jedoch auch, dass ich mir sicherlich nichts antun würde... ich kämpfe bereits mein ganzes Leben mit massiven Depressionen (mal mehr, mal weniger) und etlichen Ängsten. Einige von euch werden das ganz bestimmt auch kennen... ich spreche hier nicht von leichten Verstimmungen, so von wegen Ups & Downs, sondern von handfesten Depressionen und Ängsten.

Bei mir kommen neben dem massiven Haarausfall viele Dinge hinzu, die mir mein Leben nicht gerade angenehm machen. Manch einer wird dies als Luxusproblem abtun, aber jemand in meiner Situation wird mich verstehen können.

Ich bin jetzt Anfang 30, mein Haarausfall schreitet unaufhörlich voran. Da ich ein sehr schmaler Typ bin, leider, sähe ich mit Glatze einfach nur nach Krebspatient aus klingt hart, entspricht aber der Tatsache. Meine Haut ist auch nicht die Beste und zum Überfluss stehe ich auf Männer. Letzteres ist für mich kein Problem im eigentlichen Sinne... da es in der schwulen Community aber eigentlich immer nur ums Aussehen geht (Charakter zählt da nicht, auch wenn das immer wieder gepredigt wird), verschwinden meine Chancen ins Nirwana. Klar, es gibt da menschliche Ausnahmen, aber grundsätzlich kann man das mit dem Aussehen so bestätigen.

Mit den Haaren habe ich schon einiges versucht, inklusive Fin. Mit dem Zeug hatte ich aber einfach zu massive Nebenwirkungen... was nützen mir drei weniger ausfallende Haare, wenn ich dann keinen mehr hoch bekomme oder sich meine Depression merklich verschlechterte... Minox kommt für mich aufgrund der familiär bekannten Herzprobleme absolut nicht in Frage. Aktuell nutze ich nur noch Seti... überzeugt bin ich zwar nicht mehr so sehr, aber das Zeug ist halt eine Art Placebo, man hat zumindest das Gefühl etwas zu tun... ein echtes Ergebnis sehe ich jedoch nicht. Den diffusen Ausfall habe ich auf dem ganzen Kopf hinten, an den Seiten oben drauf, vorne. Ich traue mich manchmal schon gar nicht mehr raus. Da ich extrem dünn bin, bin ich auch kein Basecap-Mensch, steht mir einfach aufgrund des schmalen Gesichts nicht.

Ich kann essen was ich will, mehr als 62kg bekomme ich bei 1,78m nicht drauf. Aktuell bin ich bei 59kg, was aber auch daran liegen kann, dass ich mich seit zwei Monaten vegetarisch ernähre (aus persönlicher Überzeugung). Das kann man werten wie man will.

Grundsätzlich bin ich aktuell einfach an dem Punkt, wo mein Leben einfach vollkommen wertlos ist. Es gibt niemanden in meinem Leben, ausser vielleicht zwei guten Freunden. Eine Beziehung habe ich nicht, werde ich vermutlich auch niemals haben... da ich mich selbst wirklich scheiße finde, können das auch andere nur tun (in meinen Augen). Wer nicht mit sich selbst im Reinen ist, der kann nicht erwarten, dass ihn jemand anderes so mag, wie er ist.

Zudem bin ich derzeit nicht im Arbeitsleben unterwegs, da ich aus gesundheitlichen Gründen (Psyche) aktuell Erwerbsminderungsrente bekomme... sprich, auch da fehlen dann Kontaktpunkte. Zudem natürlich ebenfalls die Kohle.

So sehr das alles nach Selbstmitleid klingt, so ernst meine ich es jedoch. Bin psychisch einfach am Ende und habe mein Limit erreicht... Anfang 30, Haare weg, unreine Haut (wie ein Teenie), zu dünn, dazu die Psyche... wollte mich einfach mal auskotzen, erwarte daher keine Zauberformel zum glücklichen Leben.

---