
Subject: HA seit zwei Jahren

Posted by [Alopezie_Philipp](#) on Sun, 09 Jun 2019 20:21:32 GMT

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

Hallo,

ich bin neu hier. Leider quasi :lol:

Naja, so lustig ist es gar nicht. :(Ich finde mich mental zwar schon langsam damit ab, dass mir immer weiter Haare ausfallen und es sich in den zwei Jahren stark gelichtet hat; jedenfalls versuche ich es. Aber etwas in mir sagt, dass mein HA nicht so leicht zu erklären ist mit "AGA".

Ich bin jetzt 24 Jahre. Seit ca. 2 Jahren merke ich, dass mir Haare ausfallen. Und zwar auf dem gesamten Oberkopf. Nicht am Hinterkopf und nicht an den Seiten. Nur oben auf dem Kopf.

Die Sache fing an vor zwei Jahren, dass ich gemerkt habe, wie mir einige meiner bis dahin schon immer normal dicken Haare ausfielen mit dicken Haarwurzeln unten dran. Naja, mit der Zeit wurden die Haare oben immer dünner, die Haarwurzeln immer kleiner und die ausfallenden Haare an der Zahl leider immer mehr.

Ich war bei einer auf HA spezialisierten Hautärztin, die mir Blut abgenommen hat. Die getesteten Werte (Ferritin, TSH Basal und Biotin) sind in Ordnung. Sie hat dann gesagt, da nur oben die Haare ausfallen und meine Werte in Ordnung sind sei es wohl mit hoher Wahrscheinlichkeit AGA.

Jetzt zu meiner Familie: in meiner Familie gibt es väterlicherseits aber auch mütterlicherseits keine Männer mit starkem Haarausfall. Mein Vater hat volles Haar. Meine Großväter und Urgroßväter haben alle sehr dichtes Haar bis ins hohe Alter... Eine androgenetische Alopezie lässt sich doch so eigentlich ausschließen??? Oder nicht? Die Hautärztin ist darauf nicht eingegangen. Es sei eben trotzdem AGA.

Ich habe in den letzten Jahren viel Stress gehabt und mit Stress meine ich: Depressionen, Angststörung. Noch dazu ist sehr viel "Schei**" in der Familie passiert und mich hat das alles sehr belastet und tut es noch immer. Es gibt leider kaum einen Tag an dem es mir mal gut geht. Außerdem habe ich erkannt, wie scheisse es mir oft eigentlich geht und dass das eigentlich kein Leben ist, wie ich mich oft fühle seit Jahren... Ich habe eine Psychotherapie begonnen und arbeite für mich dran, mein Leben erträglicher und mein Denken und Handeln zu verbessern. Aber das dauert natürlich und geht nicht von jetzt auf nachher.

Ich habe meine Hautärztin auf meinen Stress hingewiesen und sie meinte nur so lapidar "ja, Stress haben wir alle...". Noch dazu hat sie mir übrigens Finasterid empfohlen (nehme ich nicht) und ist nicht darauf eingegangen, dass es unter Umständen erhebliche Nebenwirkungen haben kann. Das fand ich an dieser Hautärztin übrigens nicht seriös...

Minoxidil habe ich ca. 2 Monate aufgetragen auf die Kopfhaut. Leider hat das nichts gebracht. Gut ernähren tue ich mich seit einige Wochen auch wieder., nachdem ich das die etzen Jahre eher vernachlässigt habe . Ich Achte auf viel ABwechslung in der Ernährung und das gelingt mir glaube ich auch ganz gut. Regelmäßigen Sport habe ich auch wieder angefangen vor

mehreren Monaten.

Meine Fragen deshalb: Kann man AGA haben, obwohl letztlich kein Mann seit Generationen in der Familie HA hat?(Und nein: ich bin kein Kuckuckskind, dafür sehe ich meinen beiden Großvätern zu ähnlich :d) Das macht doch eigentlich keinen Sinn?? Hat jemand ähnliche Erfahrungen?

Inwiefern kann die Psyche eine Auswirkung auf HA haben? Dachte immer nur, dass diffuser HA stressbedingt ist. (Ich meine, es ist ja quasi wie diffuser HA, halt nur lokal am Oberkopf :frage:) Was kann ich tun / was würdet Ihr mir raten?

Habe demnächst noch einen Termin bei einer anderen Hautärztin, vlt. kann die weiterhelfen.

Danke :applaus:
