

---

Subject: Depression durch Haarausfall - Ich verliere!  
Posted by [Charly Aqua](#) on Mon, 20 Apr 2020 19:31:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe Leser,

Ich war lange Zeit der Stille, unregistrierte Mitleser dieses Forums , nun habe ich mich beschlossen euch zu schreiben. Ich weiß selber nicht weshalb ich was tue, denn bringen wird es mir auch nichts. Bitte vorab schon: Lasst es sein mit dem Zweckoptimismus, oder dem Haare-sind-nicht-alles Gerede.

Zu meiner Geschichte:

Als ich noch jünger war, war ich ein extremer Mädchenschwarm. Ich war zwar immer der dünne, mit kaum Muskeln, dafür war ich aber groß, dunkel gebräunt und sah meines Empfindens nach echt gut aus. Schon damals fand ich bei einem Menschen die Haare als schönstes und einzigartiges Merkmal. Ich investierte als Teenager ab dem Alter von 14 Jahren morgens teilweise 1 Stunde vor dem Spiegel, nur um mir die Haare zu fertigen (Nein, bin keine Frau). Ich liebte Styling und Haare einfach so sehr. Ich hatte dickes, schwarzes, leicht gewelltes Haar. Ab dem Alter von 17 Jahren bekam ich leichte Geheimratsecken, dachte mir aber nichts dabei. Es war nicht so schlimm, der Ansatz war noch super vorhanden, das Haar kräftig und dick. Von da an ging es nur Abwärts. Heute mit 23 habe ich sehr dünnes Haar, es ist zwar noch viel vorhanden, die Geheimratsecken sind jedoch ausgeprägt, die Haare sind spröde, glanzlos und einfach nur dünn. Ich merke einfach wie mein Haar dünner und dünner wird und ich kann nichts dagegen unternehmen. Man muss dazu sagen: Ich frühstücke nie. Es gibt frühestens Essen um 12-14 Uhr bei mir, danach esse ich auch nur noch Abends um 18-20 Uhr etwas und das war's. Und das war schon immer so, auch als 7 Jähriger. Ich habe vor der Schule nie gefrühstückt, sehr oft gab es erst nach der Schule essen bei mir mir. Und so ist es auch heute. Ich bin mit 1,82m und 69kg laut BMI noch an der Grenze, habe aber wie gesagt keine Muskeln und diese schlechte Essgewohnheit. Wenn ich mal arbeite gibt es sehr oft auch erst um 18 Uhr etwas zu essen. Es gibt Wochen, da esse ich kein Obst. Seit 6 Monaten habe ich eine Depression, wegen meines Haarstatus und ich weiß ich kann nichts dagegen tun. Ich habe vor 1 Monat einen Bluttest beim Arzt machen lassen und ihn kommentarlos per Post zurück bekommen. Ich kenne mich mit den Werten überhaupt nicht aus und hoffe ihr könnt mir da weiter helfen. Ihr müsst wissen ich habe eine starke Pollenallergie im Frühling/Sommer. Bei mir in der nahen Familie haben 80% Schilddrüsenprobleme.

Ich habe die Hoffnung mittlerweile aufgeben, bin den ganzen Tag zuhause und schlecht gelaunt, ich habe alle sozialen Kontakte abgebrochen und mich komplett isoliert. Meine Haare waren mein ein und alles - und sie sind weg.- und das mit nicht mal Mitte 25. wunderschönes dieses Leben, oder?

Das entsprechende Bild mit den Blutwerten findet ihr unten. Vielen Dank fürs Lesen.

---