

---

Subject: Hilfe bei meinem Haarausfall

Posted by [Orbit55](#) on Mon, 29 Nov 2021 11:47:05 GMT

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

---

Hallo zusammen!

Ich bin neu hier im Forum, bin aber bereits seit einiger Zeit stiller Mitleser und habe mir von hier schon die ein oder andere gute Information geholt. Was die Expertise zu meinem HA anbelangt, bin ich von diversen Hautärzten ziemlich enttäuscht. Deshalb möchte ich mich gerne hier anmelden und meinen Fall mal schildern. Ich fand viele Forumsbeiträge sehr gut und deutlich informativer als das was man von Ärzten mitgeteilt bekommt.

Zu meiner Person: Ich bin Mitte 30 und leide seit ca 4 Jahren an HA im Tonsurbereich. Darauf aufmerksam wurde ich, als mein Friseur, zu dem ich seit 2009 gehe, mich 2017 plötzlich daraus hinwies, dass am Hinterkopf die Haare lichter werden. Davor ist dies weder mir, noch meinem Friseur aufgefallen. Man muss dazu erwähnen, dass ich mein Leben lang auffallend dichte Haare hatte, was mir auch von von anderen immer wieder gesagt wurde.

Dass ich dann plötzlich, innerhalb eines so kurzen Zeitraums, stärkeren HA am Tonsur bekommen habe und auch der Rest der Haare auffallend dünner wurden, hat mich doch sehr überrascht. Gedacht dabei hatte ich mir zunächst allerdings nichts, da ich mich aufgrund meiner bisherigen dichten Haarstruktur, mit dem Thema HA nie beschäftigt hatte.

Auch hatte ich erstmal nichts weiter unternommen, abgesehen von der Nutzung eines speziellen Shampoos sowie einer Lotion für die Kopfhaut (die Empfehlung dazu kam von meinem Friseur). Verbessert hat sich davon natürlich nichts.

Seit 2 Jahren Jahren beschäftige ich mich nun allerdings intensiv damit. Ein Hautarzt diagnostizierte klassischen AGA, mit der Vermutung, ich hätte das wohl von meinem Vater geerbt. Eine Aussage, die mich wundert, da mein Vater nicht an HA leidet, sondern im Gegenteil, auch mit über 60 noch seine volle Haarpracht hat. Zudem gab es in meiner Herkunftsfamilie weder mütterlicherseits noch väterlicherseits jemals HA.

Insofern treibt mich das Thema HA ziemlich um und ich leide psychisch sehr darunter.

Nun waren bei mir fast parallel mit dem HA auch gesundheitliche Beschwerden dazu gekommen. Ich bin durch das Forum auf zahlreiche für mich wichtige Informationen und wissenschaftliche Studien gekommen und wollte jetzt mal andere Einschätzungen dazu, besonders was das Thema körperliche Gesundheit in Verbindung mit HA anbelangt. Es wurden bei mir diverse Nahrungsunverträglichkeiten festgestellt, vor allem Histamin, aber auch Gluten, Milcheiweiß oder Lactose sind schwierig. Hinzu kommt, dass ich chronisch erhöhte Leberwerte habe, eine schlechte Darmflora und ein Seborrhoisches Ekzem, das sowohl im Gesichtsbereich als auch auf der Kopfhaut vorhanden ist. Starke Juckreiz habe ich ebenfalls, allerdings ausschließlich im Tonsur Bereich, wobei ich nicht einschätzen kann, woran das liegen könnte.

Insofern treibt mich das Thema HA ziemlich um und ich leide psychisch sehr darunter. Ich denke darüber nach, ob ein Zusammenhang zwischen meinen Erkrankungen bzw.

Nahrungsmittelunverträglichkeiten bestehen könnte, vielleicht auch durch verminderte Aufnahme bestimmter Nährstoffe. Vielleicht habt ihr ja die eine oder andere Idee. Wäre schön!

Da ich mir nun doch überlege, Minoxidil zu benutzen, wollte ich mal fragen, wie ihr das in meinem Fall bewertet oder ob es noch andere Produkte oder Maßnahmen gibt, die ihr mir empfiehlt und ob beispielsweise Minoxidil bei einem Seborrhoischen Ekzem überhaupt in Frage käme.

Vielen Dank!