

---

Subject: Ursache von Haarausfall ermitteln?

Posted by [webbis](#) on Mon, 29 May 2023 10:23:34 GMT

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

---

Hallo, ich habe folgende Situation: Ich hatte vor ca. 5 Wochen das gefühlt erste Mal in meinem Leben meine Vitamin D Werte bestimmen lassen. Dabei wurde ein starker Mangel festgestellt (weit unter der unteren Grenze des Normbereichs). Seitdem nehme ich Vitamin D Tabletten (20.000 i.E. in der Woche). Vorher hatte ich recht deutlichen Haarausfall. Seit ca. 6-7 Wochen hatte ich auch Regaine genommen.

Zwei Wochen nachdem ich die Tabletten genommen habe, war der Haarausfall schon drastisch reduziert, jetzt ist er quasi weg (also beim Waschen und Föhnen fallen vielleicht 5-10 Haare aus, das ist aber normal oder?)

Daher wäre meine Frage, wie ich ermitteln kann, was die Ursache des Haarausfalls ist. Der Arzt meinte früher, es wäre erblich bedingt. Wäre es auch denkbar, dass ich seit Jahren einen Vitaminmangel hatte? Ich wollte jetzt Regaine nicht absetzen, nicht dass der Haarausfall komplett zunimmt. Ich bin aktuell 30 Jahre.

---