

---

Subject: Haare und Lebensqualität

Posted by [Hammerhaar](#) on Thu, 12 Apr 2007 19:55:37 GMT

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

---

Humboldt schrieb:

"Ich hätte niemals mit dem ganzen AGA-Kram anfangen sollen. Einfach einen 3mm-Schnitt und etwas bräunen, fertig. Die Kopfform habe ich glücklicherweise dafür.

Doch jetzt ist es zu spät und ich kann mich mit den ganzen Langzeit-Nebenwirkungen rumschlagen! Neben dem Haarausfall, denn der Gedanke, dass man dieses Problem mit Pillenschluckerei und Geschmiere in den Griff bekommt, ist ein Trugschluss! Das einzige, was die Folge davon sein wird, ist eine mangelnde Lebensqualität!

Man wird sich jeden Tag noch kritischer im Spiegel mustern, bis der HA schliesslich den ganzen Alltag bestimmt.

Ist es das alles wirklich wert?"

Auch wenn er es vielleicht etwas extrem sieht:

irgendwie hat er ja doch recht.

Ich bin momentan in einer ganz starken Haarverlustangstphase, aber auch, wenn es nicht so stark ist, schaue ich mindestens jedem Zweiten auf die Haare und vergleiche meinen Status mit seinem.

Ich sehe mir wenn möglich alle paar Minuten auf den Kopf, ob sie noch da sind...

Ich vergleiche mein Aussehen mit dem von früher, so oft wie möglich.

Ich kann mir kaum ein lebenswertes Leben ohne Haare oder mit weniger Haare, wie auch immer, vorstellen - freue mich über nichts und vernachlässige komplett das, was wirklich wichtig ist: Freunde, Hobbies, Freude am Leben, die persönliche Entwicklung

Also, ich muss sagen:

Haarverlust ist sehr schlimm für mich und ich hasse ihn.

Aber schlimmer noch ist in meinen Augen (abgesehen von diesem bescheurten häufigen Kopfjucken) die Krankheit, die darin besteht, sich ständig davor in die Hosen zu machen, diese Zwangsgedanken, die ewige Beschäftigung damit.

Ja, ich denke, auch das ist eine Krankheit. Sie hemmt mich sehr und zerstört Einiges in meinem Leben. Ich werde versuchen, das auf jeden Fall zu verhindern.

Im Übrigen glaube ich, dass der Haarausfall durch die ständige Beschäftigung damit stärker wird (Stress, Angst, Depression etc).

Das heisst jetzt nicht, dass ich alle Maßnahmen einstelle, aber ich werde auf jeden Fall versuchen, die Verkrampfung aufzugeben.

Wie seht ihr das?

---