

---

Subject: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung  
Posted by [daydreamer](#) on Mon, 10 Mar 2008 20:06:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,  
ich bin jetzt seit fast 15 Monaten mit meiner Freundin zusammen und kann sagen, dass wir beide sehr glücklich sind miteinander. Allerdings sorgt mein Haarausfall öfters dafür, dass ich mich irgendwie unwohl fühle. Bis jetzt habe ich mit meiner Freundin noch nicht ein Wort über meine kleines „Problem“ gesprochen. Ihr ist schon am Anfang aufgefallen, dass ich Geheimratsecken habe, was mir sehr unangenehm war. Ihr schien es allerdings nichts auszumachen, sie schien es sogar irgendwie süß zu finden. Allerdings weiß sie nicht, dass ich jeden Tag Fin und Minox gegen den Haarausfall nehme. Da mir vor allem die Minox-Anwendung sehr peinlich ist, warte ich immer, bis meine Freundin nicht in der Nähe ist und schmier mir das Zeug dann schnell auf den Kopf. Dieses Versteckspiel nervt nur auf Dauer. Zwar kann ich seit 2 Jahren meinen Haarstatus halten, aber ich habe trotzdem ständig im Hinterkopf, dass es irgendwann schlimmer wird. Und dieser Gedanke sorgt oft dafür, dass ich schlecht drauf bin und meine Freundin versteht natürlich nicht, warum. Außerdem ist es mir total unangenehm, wenn meine Freundin mir durchs Haar fährt oder wir an einem windigen Tag gemeinsam durch die Stadt laufen. Mein Haarausfall dominiert schon irgendwie mein Alltagsverhalten, was mich ziemlich nervt. Habt ihr vielleicht ähnliche Erfahrungen gemacht oder seid ihr direkt von Anfang an offen mit eurem Haarausfall umgegangen? Ich finde, je länger ich meiner Freundin mein Problem verschweige, desto frustrierender wird es. Hat jemand vielleicht einen Tip, wie ich dieses Thema ansprechen könnte? Ein direktes Outing nach dem Motto „ Du, ich habe Haarausfall“ wollte ich eigentlich vermeiden. Für Tips und Rückmeldungen wäre ich sehr dankbar.

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung  
Posted by [El Mariachi](#) on Mon, 10 Mar 2008 20:47:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Man kann sich auch Probleme machen, wo keine sind. Du sagst doch selbst, dass ihr beide miteinander glücklich seid. Wieso hast du denn dann Angst, dass es ein Problem für deine Freundin wäre, falls sie erfährt dass du etwas gegen deinen Haarausfall unternimmst? Also, ich finde das schon schräg, dass du dich schämst, ein Haarwuchsmittel zu benutzen. Wenn sie herausfindet, dass du z.B. ein Deo benutzt, schämst du dich dann auch?  
Frauen wollen einen Typen mit Selbstvertrauen, einen der mit sich selbst und mit seiner Umgebung im Reinen ist -und niemanden, der sich seiner eigenen Realität schämt. Frauen verlassen Männer nicht weil sie Minox benutzen, sie verlassen sie höchstens aus dem Grunde dass sie sich bescheuert verhalten.

Bis dann  
Hans

---

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung  
Posted by [Hammerhaar](#) on Tue, 11 Mar 2008 06:30:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

El Mariachi schrieb am Mon, 10 März 2008 21:47Man kann sich auch Probleme machen, wo keine sind. Du sagst doch selbst, dass ihr beide miteinander glücklich seid. Wieso hast du denn dann Angst, dass es ein Problem für deine Freundin wäre, falls sie erfährt dass du etwas gegen deinen Haarausfall unternimmst? Also, ich finde das schon schräg, dass du dich schämst, ein Haarwuchsmittel zu benutzen. Wenn sie herausfindet, dass du z.B. ein Deo benutzt, schämst du dich dann auch?

Frauen wollen einen Typen mit Selbstvertrauen, einen der mit sich selbst und mit seiner Umgebung im Reinen ist -und niemanden, der sich seiner eigenen Realität schämt. Frauen verlassen Männer nicht weil sie Minox benutzen, sie verlassen sie höchstens aus dem Grunde dass sie sich bescheuert verhalten.

Bis dann  
Hans

---

Subject: Kleiner "Mut-Macher"  
Posted by [Mona](#) on Tue, 11 Mar 2008 07:00:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Daydreamer,

mal ein Beispiel von mir, da aktuell in ähnlicher Lage...

Bin AGA-Ierin und trage seit Jahren Haarerersatz (ca. 80% Haarverlust im gesamten Oberkopfbereich).

Den Haarerersatz dann abends abzumachen, mich in meiner "relativ neuen" Beziehung OHNE zu zeigen, war für mich bis vor Kurzem ein No-Go! Wir sind es dann zusammen angegangen, von meiner Seite aus auch eher ein wenig unfreiwillig , es hat mich Herzrasen und eimerweise Kaffee gekostet, den Mut dazu aufzubringen...

Hab` alles an den Augen festgemacht, dachte, "ER" kann gleich noch so viel sagen, ich sehe es an seinem ersten Blick, ob es ihn schockiert... Zugegeben, es war für mich schon arg schlimm in dem Moment und ich hätt` lieber für die nächsten 100 Jahre Sandkörner in der Sahara gezählt, als freiwillig den Haarerersatz abzumachen... Aber - NIX ist passiert, im Gegenteil. Er hat sich so gefreut, dass ich ihm das Vertrauen schenke, ihn nicht außen vor lasse und anschließend stellte sich heraus, dass nicht mein Aussehen OHNE ein Prob ist für ihn, sondern, dass ihm ein Zusammenleben mit mir unmöglich wäre, wenn ich mich mit dem "Problem" wegsperre, ihn nicht einbinde - nicht teilhaben lasse. Das war am 30.12.07 und sicher vergesse ich den Tag nie, aber ich hab`s nicht EINEN MOMENT bereut.

Zitat:Hat jemand vielleicht einen Tip, wie ich dieses Thema ansprechen könnte?  
Schaff` Euch doch eine "private" Atmosphäre, sprich: Gemütlich machen, Türschelle

abstellen, Telefone ins Gefrierfach - und das Thema aufgreifen. Es gibt kein Rezept, du musst nur EINMAL über deinen Schatten springen und einen Anfang hinbekommen. Der Rest wird sich ergeben.

Denk` dran, der Hype ist in UNSEREN Köpfen, nicht beim Partner - und rechne auch damit, dass sie sagen könnte: "Wie, DAS ist ALLES? Nur DARUM hast du dir so einen Kopf gemacht?" Wie gesagt - WIR HIER sind es, die das Thema Haarausfall zum Problem haben und es aus Sicht der meisten "Nicht-Betroffenen" überbewerten...

Kleine Denkaufgabe: WÄRE die Reaktion eines Partners negativ, wäre es dann die richtige Wahl - langfristig?

Liebe Grüße und \*Daumendrück\* von Mona

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung  
Posted by [sLiiDer](#) on Tue, 11 Mar 2008 10:51:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ohman! Dazu sag ich nix! Hart wo sich manche ein Problem schaffen, kein wunder das ihr 0 Selbstbewusstsein habt! Selber schuld!

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung  
Posted by [nimrod](#) on Wed, 12 Mar 2008 18:54:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich kann daydreamer sehr gut verstehen; und halte es fast für eine Unverschämtheit, wenn jemand meint, dass solche Probleme Kleinigkeiten wären.

Schließlich ist es doch so: Der Haarausfall selber ist ja nicht der Grund, warum wir alle hier sind. Sondern es ist eher die unterschwellige Angst aufgrund dieses Problems Abneigung zu erfahren. Wenn wir davor keine Angst hätten, könnte uns das Problem auch am Arsch vorbei gehen.

Die einen gehen damit halt nur etwas offensiver um als andere.

Fest steht natürlich: Man muss jeden Menschen so nehmen, wie er ist, denn anders gibt es diesen Menschen nun mal nicht.  
Aber trotzdem machen wir uns Sorgen, ob unser Partner oder unser Gegenüber das auch so "weise" sieht. Volles Haupthaar gilt nun mal als attraktiv und sexuell anziehend. Klar gibt es auch Männer, denen eine Glatze steht; aber dazu braucht man auch die richtige Kopfform und das richtige Gesicht.

Ehrlichkeit zahlt sich - wie in fast allen Situationen - wohl auch hier aus. Sprich Deine Freundin drauf an und sag Ihr, dass Du damit nen Problem hast. Unter Umständen bringt Euch das sogar näher zusammen, weil es ein Vertrauensbeweis darstellt.

Ich habe schon die unterschiedlichsten Reaktionen mitbekommen:

- a) "will aber keinen Typen ohne Haare",
- b) "sei mal nicht so sensibel, anderen fallen die Haare schon mit 16 aus",
- c) "ich mag Dich doch nicht wegen Deiner Haare".

Bei mir ist es immer ein auf- und ab. Habe gerade jemand neues kennengelernt und habe auch Angst davor, darüber zu reden.

Liebe und Zuneigung sollte jedoch nicht an Haaren hängen. Wenn es das doch tut, ist die Person es wohl nicht wert.

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung

Posted by [kahlkopp](#) on Thu, 13 Mar 2008 00:11:59 GMT

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

Ganz natürlich damit umgehen. Du lässt sie zusehen, wie Du Dir Deine Mittelchen auf den Kopf schmierst. Sie wird fragen - oder schweigen.

Da Ihr ja glücklich seid, wie Du sagst, sollte alles wirklich kein Problem sein. Auch nicht zu sagen, "Ich schäme mich ein wenig" oder "Ich hab damit ein Problem."

Wenn Dir das schon zu weit geht, dann nutze bei günstiger Gelegenheit die Chance, über das Thema mal ganz allgemein mit ihr zu reden (Männer mit Glatze hübscher/hässlicher? Wie findest Du, dass der oder der [mit Glatze oder wenig Haaren] aussieht?). Das ist die beste Gelegenheit für beide, mal sehr taktvoll über die eigene Situation zu reden.

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung

Posted by [Mink](#) on Thu, 13 Mar 2008 11:29:44 GMT

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

kahlkopp hat recht. Ganz natürlich damit umgehen. Du machst was für Deine Optik, damit tust es auch irgendwo für deine Freundin, Du willst auch für sie attraktiv aussehen.

Wie lange stehen Frauen vor dem Spiegel, was schmieren die sich alles in die Haare und ins Gesicht, auch nur der Optik wegen. Keine käme auf die Idee, dass es peinlich sein könnte, wenn ihr Freund ins Bad kommt und sie macht sich grad Schaumfestiger ins Haar.

Dass HA total belastend sein kann, da gebe ich Dir 100%ig recht. Aber Du bist doch viel weiter. Du hast eine Partnerin, die das mal am Anfang registriert hat aber sich daran null stört. Du hast es doch geschafft und wenn Du ganz offen über Fin und Minox reden würdest, dann würdest Du wahrscheinlich hören, nicht solche Chemie zu nehmen und dass sie Dich so liebt wie Du bist.

Ich habe mit meiner Frau immer ganz offen darüber geredet und das war auch gut, denn als ich Potenzprobleme bekam, wusste sie was der Grund ist und hat nicht irgendwelche andere Sachen reinphantasiert die gar nicht stimmen.

Also: Fin und Minox ist ungefähr so peinlich wie Zähneputzen !

Gruß  
Mink

---

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung

Posted by [1234567](#) on Thu, 13 Mar 2008 11:59:22 GMT

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

---

Mink schrieb am Don, 13 März 2008 12:29

Ich habe mit meiner Frau immer ganz offen darüber geredet und das war auch gut, denn als ich Potenzprobleme bekam, wusste sie was der Grund ist und hat nicht irgendwelche andere Sachen reinphantasiert die gar nicht stimmen.

Gruß  
Mink

naja verständnis hätte ich als frau schon, nur auf dauer so hinnehmen würde ich es auch nicht wenn mein partner potenzprobleme behalten will nur wegen der haare.  
dann doch lieber weniger matte auf dem kopf aber dafür mehr.....

---

---

Subject: die Meinung der Frauen...

Posted by [Mink](#) on Thu, 13 Mar 2008 22:28:41 GMT

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

---

1234567 schrieb am Don, 13 März 2008 12:59Mink schrieb am Don, 13 März 2008 12:29

Ich habe mit meiner Frau immer ganz offen darüber geredet und das war auch gut, denn als ich Potenzprobleme bekam, wusste sie was der Grund ist und hat nicht irgendwelche andere Sachen reinphantasiert die gar nicht stimmen.

Gruß  
Mink

naja verständnis hätte ich als frau schon, nur auf dauer so hinnehmen würde ich es auch nicht wenn mein partner potenzprobleme behalten will nur wegen der haare.  
dann doch lieber weniger matte auf dem kopf aber dafür mehr.....

Meine Frau sagte ganz offen, dass es ihr wichtiger ist, dass ich meine Haare behalte, dafür nimmt sie Abstriche beim Liebesleben in Kauf. Ich bin 15 Jahre älter als meine Frau.  
Parallel habe ich aber auch die NW reduziert durch geringere Fin-Dosis, L-Arginin, Yohimbe, Agnus castus, cimicifuga.

Ausserdem: Mit lichtem Haar wäre meine Psyche wohl dermassen im Keller, da wäre mir auch schon von vornherein jegliche Lust auf Bettakrobatik vergangen.

---

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung

Posted by [daydreamer](#) on Fri, 14 Mar 2008 19:20:08 GMT

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

---

Danke für die konstruktiven und ermutigenden Antworten. Ich werde auf jeden Fall versuchen das Thema mal anzusprechen. Vielleicht sollte ich wirklich mal Minox vor ihren Augen benutzen. Wenn sie mich dann fragt, was das ist, kann ich ihr ja sagen, warum ich es nehme. Wahrscheinlich wird sich dann eine Unterhaltung ergeben nach der ich mich deutlich besser fühlen werde.

---

---

Subject: Re: Umgang mit dem Haarausfall in der Beziehung

Posted by [Stephan](#) on Wed, 19 Mar 2008 20:19:48 GMT

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

---

hm.. also ich hab auch seit 3 Wochen ne neue! Mit ihr darüber geredet hab ich auch noch nicht, was ich eigentlich auch nicht so richtig vorhabe..

Gesehen wird sie es sicher haben denn meine GHE kann man kaum mehr übersehen!

Es ist für mich halt auch ziemlich hart, da ich selber kaum mit dem Thema klarkomme! Und ich bin FAST 19!!!

Andere wo mit 38 oder so HA bekommen beneid ich schon voll!

---