

---

Subject: lichtetes haar

Posted by [gauron](#) on Sat, 07 Jun 2008 17:36:03 GMT

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

---

hallo .. ich bin 22 jahre alt

mit 18 begann ich zu rauchen und haare färben und kurz danach eintwickelte sich starkes haarausfall (bemerkt habe ich immer beim haare waschen das meine hände voll mit haaren waren) es dauerte aber monate bis sich zeigte das da lichter wird ..genaue ursache wuste ich nicht.. ich hab nach 1 jahr begonnen mit haare färben aufzuhören .. manchmal wurde es besser aber meistens hatte ich den eindruck das es gleich ist..irgendwie viel mir auf das wenn ich zeiten hate wo ich mehr geraucht habe auch der ausfall stärker wurde .. ich weis nicht könnte beides einbildung sein ... vor einen jahr hab ich auch aufgehört zu rauchen ..naja verbessert hat sich wenig .. da ich natur blond bin und damals schwarz gefärbt habe fällt das weniger auf.. aber ich glaub es wurde besser was auch eine einbildung sein kann

in familie hat keiner glatze also erblich ist es eher nicht

kann es wirklich das rauchen und färben gewesen sein?

wie kann ich meinen haaren helfen wieder nachzuwachsen?

ich glaub die propecia und minoxidil bringen nur was beim genetischen und da die so teuer sind weis nicht ob es sich lohnt es monatelang zu probieren? welche möglichkeiten hab ich noch?

danke um tipps

---

---

Subject: Re: lichtetes haar

Posted by [Gast](#) on Sat, 07 Jun 2008 22:17:58 GMT

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

---

Hui, hui, ziemlich unsortiert, was Du schreibst.

Erzähl mal nen bisschen genauer, was bei Dir abgeht.

Wo fallen Deine Haare aus? Tonsur, Geheimratsecken?

Was meinst Du, welchen HA-Typ Du hast? Genetischen, diffusen,...?

Rauchen hat nicht die negativen Auswirkungen auf HA, wie sie hier damals im Forum dargestellt wurden.

Thema Haare färben: Ist mit Sicherheit ne persönliche Meinung, die jetzt kommt => das kann einfach nicht gut sein. Das ist nen noch schlimmerer Müllkram als Haar-Shampoos mit SLS und Silicon.

Ok, ich kenne das Gegenargument, dass jetzt kommt, dass das Färbmittel nicht bis in die Haarwurzeln dringen darf. Aber warum soll(te) ich überhaupt färben?

"...ich glaub die propecia und minoxidil bringen nur was beim genetischen und da die so teuer sind weis nicht ob es sich lohnt es monatelang zu probieren..."

Wer oder was sind "die propecia und minoxidil"?

Wie gesagt, sortier's mal, wahrscheinlich geht hier dann mehr.

---

Subject: Re: lichtetes haar  
Posted by [ParkerLewis](#) on Sun, 08 Jun 2008 07:48:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Crusher

Woher hast du die Info,dass Rauchen nicht "die" Wirkung auf HA haben kann?Wie definierst du "die"?Das kommt wohl auch stark auf den individuellen Hämoglobingehalt des Blutes an.Wo keine gute Versorgung der Follikel,da auch keine Löwenmähne.  
Vergleichbar vielleicht mit dem Spannungshaarausfall.

---

Subject: Re: lichtetes haar  
Posted by [Gast](#) on Sun, 08 Jun 2008 09:22:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Moin,

hatte mal etwas über nen Jahr lang aufgehört, zu rauchen. Damals habe ich noch die ausfallenden Haare gezählt => kein Unterschied rauchen/nicht rauchen. Hab ich vielleicht auch zu stark verallgemeinert:  
zumindest bei mir hat es sich weder positiv noch negativ ausgewirkt. (Dass die Quarzerei nicht besonders gesundheitsfördernd ist, ist schon klar.)

Ach so, "die Wirkung": Es gab hier im Forum mal so nen martialischen Haargott (ich verkneif mir den Namen), der all das Böse bekämpfte, wer/was nicht seiner Meinung war. Der hatte dann irgendwie mal nen Bericht über die Folgen des Rauchens zwischen die Finger gekriegt, wo u.a. geschrieben stand, dass das Rauchen für den Haarausfall (mit)verantwortlich seien könnte. Diese These ward von ihm dann zur einzigen Wahrheit gemacht und bis auf's Blut - Kapillargefäße - hardcoremässig abgefeiert, dass das Rauchen der Grund für HA ist.  
Ich habe es gewagt, seiner Hoheit zu widersprechen, dass die Quarzerei nicht "die Wirkung" auf den HA hat und nach meinem Dafürhalten nicht die Ursache dafür ist. Und genau das muss ich dabei wohl noch im Hinterkopf gehabt haben,

als ich den Beitrag geschrieben habe.

Gruß  
Crusher

---

---

Subject: Re: lichtetes haar  
Posted by [minoxy](#) on Sun, 08 Jun 2008 10:04:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hat Rauchen auch nicht.  
Hab sehr lange nicht geraucht. Und jetzt wieder, kein Unterschied.  
Rauchen scheint langsam für alles schlechte dieser Welt verantwortlich.

---

---

Subject: Re: lichtetes haar  
Posted by [ParkerLewis](#) on Sun, 08 Jun 2008 10:20:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich weiss schon welchen Haarheiland du meinst... Ja,das war schon ein heiliger Held,vergleichbar mit Kühen in Indien.  
Na war vielleicht wirklich zu pauschal ausgedrückt von dir,denn nicht jeder muss die Konsequenzen sofort zu spüren bekommen (siehe Nahrungsungetüme mit voller Lockenpracht,bekommt ja auch nicht jeder gleich Lungenkrebs),allerdings kann das Rauchen selbstverständlich zu Haarausfall führen und sogar AGA triggern,muss aber nicht.Vor allem nicht bei jedem.  
Zu sagen,rauchen schadet nicht,ist aber gewiss ganz großer Quark mit Sauce Bernadaise @Minoxy.Nicht immer von sich auf andere schließen...  
Beschränkte Sauerstoffversorgung ist alles andere als gut und gewiss nicht förderlich für den Haarwuchs.Sonst kannst du dich auch in das Spannungshaarausfall Forum gesellen und diese von der Sinnlosigkeit ihres Schaffens überzeugen. Die Theorie dahinter ist nämlich nix anderes.  
Hat ja auch nicht jeder so potente Hämoglobinanteile,wie du...

---

---

Subject: Re: lichtetes haar  
Posted by [minoxy](#) on Sun, 08 Jun 2008 10:33:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich habe mit dem Rauchen aufgehört, und als Belohnung eine schwere chronische Darmentzündung bekommen. Das ist mit Studien bewiesen.  
8 Jahre habe ich Medis geschluckt die um einiges schlimmer waren als das Rauchen.  
Habe wieder angefangen und bin absolut beschwerdefrei, keine Medis.  
Ist mir lange nicht so gut gegangen. Das ist auch mit Studien belegt.  
Normal müsste ich die Dinger auf Rezept bekommen.  
Deshalbb bin ich da ein bisschen empfindlich, Hab kurz vor der Frührente gestanden und

führe jetzt ein absolut normales Leben.

Viele schlucken Sachen,(was ich verstehen kann)"NUR" wegen Haarverlust. Da fragen sich viele auch nach dem Verstand.

Ist mit Sicherheit auch sehr gesund.

---

Subject: Re: lichtet haar

Posted by [Gast](#) on Sun, 08 Jun 2008 10:52:18 GMT

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

---

Ich weiss schon welchen Haarheiland du meinst... Ja,das war schon ein heiliger Held,vergleichbar mit Kühen in Indien. LOL!

Auf jeden Fall bin ich sehr erfreut darüber,  
dass Dir glücklicherweise noch die grosse Ehre zu Teil wurde ,  
Euer Königliches-Merkwürden  
kennen zu lernen. Die heiligen Kühe aus Indien seien mit uns.

Gruß  
Crusher

---

Subject: Re: lichtet haar

Posted by [ParkerLewis](#) on Sun, 08 Jun 2008 10:58:58 GMT

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

---

minoxy schrieb am Son, 08 Juni 2008 12:33ich habe mit dem Rauchen aufgehört, und als Belohnung eine schwere chronische Darmentzündung bekommen. Das ist mit Studien bewiesen.

8 Jahre habe ich Medis geschluckt die um einiges schlimmer waren als das Rauchen.

Habe wieder angefangen und bin absolut beschwerdefrei, keine Medis.

Ist mir lange nicht so gut gegangen. Das ist auch mit Studien belegt.

Normal müsste ich die Dinger auf Rezept bekommen.

Deshalbb bin ich da ein bisschen empfindlich, Hab kurz vor der Frührente gestanden und führe jetzt ein absolut normales Leben.

Viele schlucken Sachen,(was ich verstehen kann)"NUR" wegen Haarverlust. Da fragen sich viele auch nach dem Verstand.

Ist mit Sicherheit auch sehr gesund.

Kann ja alles sein,aber du willst mir doch sicher nicht erzählen,dass Rauchen gesund sei,oder?

Ich denke eher deine Darmentzündung war eher eine Reaktion auf den Entzug, als eine Reaktion auf die fehlenden Giftstoffe und Teer. Ebenso, dass es dir wieder gut geht. Pure Verschleierung durch Nikotin. Das hat aber nix mit der "Gesundheitsfluppe" zu tun. Was gutes, tust du deinem Körper noch lange nicht. Eher wirken Zigaretten noch entzündungsfördernd, denn hemmend. Den vermehrten oxidativen Stress und die Verengung der erwähne ich schon gar nicht.

Zigaretten als gesundheitsfördernd zu bezeichnen ist eine Mär.

Ich finde es im übrigen kein Argument, etwas schlechtes mit etwas schlechtem zu vergleichen. Wo ist denn da der Sinn, ausser die Rechtfertigung vor sich selbst? Na ja ist eben ne Grundsatzdiskussion und ich denke du bist alt genug, das selbst für dich zu entscheiden... Wenn du magst, kannst du besagte Studien aber gerne posten.. Nicht böse gemeint, aber vielleicht kenne ich diese nur nicht.

---

Subject: Re: lichtetes haar

Posted by [gauron](#) on Sun, 08 Jun 2008 11:22:40 GMT

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

es ist eher tonsur ..also es fängt oben mittig an und arbeitet sich langsam nach vorne ..seitlich hab ich voll dichtes haar und geheimratsecken bilden sich auch keine.. ist halt die waagrechte fläche .. gefärbt habe ich weil mein blond so scheisse ist und ich mit dunklen haaren besser ausgeschaut habe .. leider hab ich aufgehört da ja die haare lichter wurden und beim schwarz ist das mehr aufgefallen ... jetzt wo ich wieder naturfarbe habe schaut es optisch weniger schlimm aus wegen kontrast .. wenn ich die haare frisch wasche da merkt man auch nicht weil gewisses volumen da ist..aber wenn ich morgen umgekämmt aufstehe oder nach 2 tagen merkt man schon deutlich .. ich mach mir halt echt sorgen bin ja noch jung ..wenns so bleiben würde könnte ich noch damit leben aber es sollte nicht schlimmer werden ...

genaue ursache meines HA kann ich nicht sagen ... in meiner familie hat keiner haarprobleme .. bin selbst immer fit, gesund und ohne beschwerden.. blutwerte sind immer normal

was sollte ich eurer meinung nach versuchen?

---

Subject: Re: lichtetes haar

Posted by [benutzer81](#) on Sun, 08 Jun 2008 11:25:07 GMT

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

Ich kenne ein gutes beispiel welches bei mir in der familie deutlich macht, dass die erbanlagen stärker sind als die lebensweise. Mein vater und sein bruder. Während mein vater schon früh anfang zu rauchen (nicht gerade wenig), rührte mein onkel nie 1 zigarette an. Desweiteren war mein onkel schon immer ein gesundheits- und fitnessfreak während meinen vater damit jagen kannst Jedenfalls gings bei beiden anfang 20 los, entwickelte sich gleich schnell und mitte 40 waren beide bei nw6-7 angelangt (bei meinem onkel gings sogar nen tick schneller)

Jedoch ist mein onkel heute topfit, während sich mein vater mit den allseits bekannten volkserkrankungen /wehwehchen herumschlägt..

Eine gesunde lebensweise macht sich also schon bezahlt, aber auf den ha wird es bei entsprechender erblicher veranlagung nur geringfügen einfluss haben (ist wohl auch individuell verschieden)

---

Subject: Re: lichtet haar

Posted by [minoxy](#) on Sun, 08 Jun 2008 11:34:38 GMT

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

---

ParkerLewis schrieb am Son, 08 Juni 2008 12:58minoxy schrieb am Son, 08 Juni 2008 12:33ich habe mit dem Rauchen aufgehört, und als Belohnung eine schwere chronische Darmentzündung bekommen. Das ist mit Studien bewiesen. 8 Jahre habe ich Medis geschluckt die um einiges schlimmer waren als das Rauchen. Habe wieder angefangen und bin absolut beschwerdefrei, keine Medis. Ist mir lange nicht so gut gegangen. Das ist auch mit Studien belegt. Normal müsste ich die Dinger auf Rezept bekommen. Deshalbb bin ich da ein bisschen empfindlich, Hab kurz vor der Frührente gestanden und führe jetzt ein absolut normales Leben. Viele schlucken Sachen,(was ich verstehen kann)"NUR" wegen Haarverlust. Da fragen sich viele auch nach dem Verstand. Ist mit Sicherheit auch sehr gesund.

Kann ja alles sein,aber du willst mir doch sicher nicht erzählen,dass Rauchen gesund sei,oder? Ich denke eher deine Darmentzündung war eher eine Reaktion auf den Entzug,als eine Reaktion auf die fehlenden Giftstoffe und Teer.Ebenso,dass es dir wieder gut geht.Pure Verschleierung durch Nikotin.Das hat aber nix mit der "Gesundheitsfluppe" zu tun.Was gutes,tust du deinem Körper noch lange nicht.Eher wirken Zigaretten noch entzündungsfördernd,denn hemmend.Den vermehrten oxidativen Stress und die Verengung der erwähne ich schon gar nicht.

Zigaretten als gesundheitsfördernd zu bezeichnen ist eine Mär.

Ich finde es im übrigen kein Argument,etwas schlechtes mit etwas schlechtem zu vergleichen.Wo ist denn da der Sinn,ausser die Rechtfertigung vor sich selbst? Na ja ist eben ne Grundsatzdiskussion und ich denke du bist alt genug,das selbst für dich zu entscheiden... Wenn du magst,kannst du besagte Studien aber gerne posten..Nicht böse gemeint,aber vielleicht kenne ich diese nur nicht.

Selbstverständlich ist Rauchen nicht gesund.

Aber für mich ein Wundermittel.

Ob du es jetzt glaubst oder nicht, ist mir eigentlich egal.

Da ich mich seit langem damit nicht mehr beschäftige müsste ich die Studien suchen.

Ein Artikel hier. Falls du mehr sehen willst musst du halt googeln, ich geh jetzt grillen

[http://wissen.spiegel.de/wissen/dokument/dokument.html?id=14\\_019089&top=SPIEGEL](http://wissen.spiegel.de/wissen/dokument/dokument.html?id=14_019089&top=SPIEGEL)

---

Subject: Re: lichtetes haar

Posted by [ParkerLewis](#) on Sun, 08 Jun 2008 12:34:26 GMT

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

---

Minoxy, ich habe nie behauptet, dass ich dir nicht glaube (sonst hätte ich nicht nach deinen Studien gefragt), ich finde es allerdings trotzdem obskur.

Den Bericht im "British Medical Journal" hatte ich tatsächlich mal gelesen, allerdings verdrängt, so wie es aussieht.. Dort war aber auch nur die Rede von dem Wirkstoff "Nikotin", was ja nicht unbedingt mit Rauchen gleichzusetzen ist. Pflaster wären da sicherlich eine gesündere Alternative.

Na ja wie dem auch sei. Hauptsache ist doch, dir geht es besser, gelle?... Ich tue es dir jetzt nämlich gleich und hol die Würstchen raus.

---

Subject: Re: lichtetes haar

Posted by [minoxy](#) on Sun, 08 Jun 2008 13:08:56 GMT

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

---

ParkerLewis schrieb am Son, 08 Juni 2008 14:34 Minoxy, ich habe nie behauptet, dass ich dir nicht glaube (sonst hätte ich nicht nach deinen Studien gefragt), ich finde es allerdings trotzdem obskur. Den Bericht im "British Medical Journal" hatte ich tatsächlich mal gelesen, allerdings verdrängt, so wie es aussieht.. Dort war aber auch nur die Rede von dem Wirkstoff "Nikotin", was ja nicht unbedingt mit Rauchen gleichzusetzen ist. Pflaster wären da sicherlich eine gesündere Alternative.

Na ja wie dem auch sei. Hauptsache ist doch, dir geht es besser, gelle?... Ich tue es dir jetzt nämlich gleich und hol die Würstchen raus.

Nikotin Pflaster hab ich ausprobiert. Klappt nicht.

Da steckt mehr dahinter.

Aber vielleicht hast du jetzt gesehen, das ich nicht von einer Magenn Darm Verstimmung rede. Aber es geht mir wirklich seit Jahren super. Das merkt man daran, das ich mir über Haarausfall Sorgen mache.

Mein Vater sagte immer, der gesunde Mensch hat tausend Wünsche, der Kranke nur einen. Ein schönes Weekend.

---

Subject: Re: lichtetes haar

Posted by [benutzer81](#) on Sun, 08 Jun 2008 13:15:13 GMT

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

---

minoxy schrieb am Son, 08 Juni 2008 15:08

Mein Vater sagte immer, der gesunde Mensch hat tausend Wünsche, der Kranke nur einen. Ein schönes Weekend.

Da ist was dran!

---