

---

Subject: total verzweifelt

Posted by [Sandro](#) on Mon, 23 Feb 2009 19:41:03 GMT

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

---

Hallo,

ich bin Sandro, 31 Jahre und habe auch eine Leidensgeschichte und brauche Ratschläge oder wenigstens etwas seelischen Trost.

Ich habe mein Leben lang extrem dicke Haare gehabt. Frisöre haben immer von meinen Haaren geschwärmt und seit kurzem ist alles anders.

Meine Haare sind plötzlich viel dünner, fast fein. Ich sehe an den GHEs einen deutlichen rückgang und auch am Kiesel? ich glaube Tonsurschimpft sich das einen Rückgang der Haare und allgemein kommt es mir auf dem Kopf viel leerer vor als früher.

Wobei ich "früher" als die Zeit vor 5 Monaten bezeichne.

Ich habe täglich beim Haarewaschen jede Menge Haare in der Hand und mein Frisör hat auch leicht geschockt reagiert, ob der Veränderung.

Was mich stutzig macht:

- In meiner gesamten Familie gibt es niemanden der unter Haarausfall oder Glatzenbildung leidet und unter den Vorfahren (letzte 4 Generationen) war auch niemand betroffen.

- Es geht alles so verdammt schnell, ich hab das Gefühl ich kann da zuschauen und es kam so plötzlich.

Was ich mir als Auslöser einbilde?

Ich leide unter Schuppenflechte und vermutete zuerst die Cortisonhaltigen Salben könnten da Einfluß haben.

Abgesetzt- ändert nichts

Ich hab über einen kurzen Zeitraum (3-5 Monate) Exzessiv Haargel benutzt. Dummheit, wunderschöne junge Freundin gehabt für die man halt jung und modern wirken wollte) schon lange damit aufgehört

Ich habe durch og. Freundin einen seelischen Knacks mitgekriegt, sie hat mich über die lange Zeit quasi nur verarscht und ich habe viel für sie aufgegeben, auch im freundeskreis.

Ich weiß nicht ob ich depressiv bin, aber ich bin unglücklich mein selbstbewusstsein war auch noch mit meinen tollen Haaren zerstört.

Mein Hautarzt hat keinen Plan und mich für einen Haartest in eine Hautklinik überwiesen, Termin nähert sich zum Glück endlich.

Mein Leben ist auch ohne das ich meine Haare verliere schon total im Eimer, ich weiß nicht was ich verbrochen habe um das alles erleiden zu müssen. Ich war mein Leben lang korrekt und

hab das wohl anderer immer vor das eigene gestellt....  
ok ich merk schon es artet gerade aus

Danke das ihr euch die Zeit fürs lesen genommen habt.

Wie kann die Hautklinik mir weiterhelfen oder sollte ich noch zu meinem Hautarzt?

Was kann der Test aussagen und ist es normal damit die Haare so schnell ausfallen obwohl man erblich scheinbar nicht betroffen sein sollte?

---

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [kkoo](#) on Mon, 23 Feb 2009 19:53:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was den haarausfall angeht:  
lies mal die basisinfos:  
[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/11760/#msg\\_11760](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/11760/#msg_11760)

allgemein kann dir keiner sagen, was es auslöst, wie du es stoppen kannst etc. auch dei ärzte nicht. lass dich mal durchchecken, aber wenn es androgenetische alopezie ist, bist du hier richtig. generell gilt: man muss ausprobieren, was wirkt, und es gibt keine garantie.

was die anderen probleme angeht:  
das geht sehr sehr vielen so, such dir dinge, die dich aufbauen, freunde, andere frauen (die meisten kümmern sich nicht sonderlich um haare..., sondern ob du cool und nett und witzig bist

---

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [Sandro](#) on Tue, 24 Feb 2009 16:55:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke erst mal!

um das ganze genauer zu beschreiben, eigentlich ist es auf dem gesamten Oberkopf. Am Kiesel fällt es nur am meisten auf, aber eigentlich fallen sie überall aus.

Ist das normal, das das so schnell geht? Ich dachte immer sowas kommt über mehrere Jahre und nicht von heute auf morgen (4 Monate).

und das mit den Frauen.... selbst mit meinen tollen Haaren hatte ich Probleme die richtige zu finden

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [kkoo](#) on Tue, 24 Feb 2009 18:11:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sandro schrieb am Die, 24 Februar 2009 17:55Danke erst mal!

um das ganze genauer zu beschreiben, eigentlich ist es auf dem gesamten Oberkopf. Am Kiesel fällt es nur am meisten auf, aber eigentlich fallen sie überall aus.

Ist das normal, das das so schnell geht? Ich dachte immer sowas kommt über mehrere Jahre und nicht von heute auf morgen (4 Monate).

und das mit den Frauen.... selbst mit meinen tollen Haaren hatte ich Probleme die richtige zu finden

wenn du HA am ganze kopf hast, also diffus, dann auch eisen, ferritin, transferrin und zink und insbesondere die schilddrüsenwerte checken lassen

es ist eher so, dass man es erst merkt wenn genau drauf achtet, und dann ist man sensibilisiert und sieht überall die haare rieseln. also eine aufmerksamkeitsache.

es gibt noch viel viel mehr richtige

---

---

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [Balle](#) on Wed, 25 Feb 2009 13:40:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Eine plötzlich auftretende AGA in deinem Alter ist schon ungewöhnlich, einiges in deinem Beitrag wie Liebeskummer oder Cortisonpräparate lassen auch eher diffusen Haarausfall schließen, welcher ja reversibel ist, auch die Tatsache, das viele Haare ausfallen macht das eher wahrscheinlich. Die Geheimratsecken hast du bestimmt schon länger, sind dir wahrscheinlich nur nicht aufgefallen wegen deinem dichten Deckhaar, meine sind mir auch erst aufgefallen, als ich durch diffusen Haarausfall innerhalb weniger Wochen viele Haare verloren hab, hatte ich zusätzlich zur AGA, vermutlich stressbedingt, alle wieder nachgewachsen, und meine Geheimratsecken verdichten sich auch etwas seit ich Fin und Pantostin nehme, Haarausfall kann einen ganz schön fertig machen, aber wie es sich bei dir anhört, bist du wohl kein " hoffnungsloser Fall", wird schon , viel Glück

---

---

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [Sandro](#) on Tue, 10 Mar 2009 18:45:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ein kurzer Zwischenbericht.

Ich war jetzt beim Trichogram und der Arzt hatte doch deutlich mühe die Haare herauszurupfen. Am Oberkopf ging es schwer und am Hinterkopf fast garnicht. Das Testergebnis kommt dann Anfang April.

Mein Bluttest hat ergeben, das der Eisengehalt okist. Die Schilddrüse hat eine Unterfunktion. 5.3 war da der Wert. Aber laut Arzt ist eine Unterfunktion nicht für Haarprobleme verantwortlich.

---

---

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [Sandro](#) on Sun, 29 Mar 2009 15:54:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nachdem ich jetzt seit ca 20 Tagen Jod Tabletten einnehme habe bemerke ich den HA jetzt richtig.  
Beim Haarewaschen hole ich schon fast Büschelweise die Haare runter und wenn ich jetzt mal so einen Zupftest mache kann ich die Haare leicht rausziehen, das ging vor der Jodeinnahme nicht.

Kann das Jod da einen Einfluss haben?

Ich setze das jetzt ab.

---

---

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [amigo77](#) on Mon, 30 Mar 2009 14:24:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi und herzlich willkommen im Kreise derjenigen, die wohl lieber ihrem Leben nachgehen würden, als sich mit so einem belastenden Umstand wie eigenem Haarausfall zu befassen.

Ich kann Dir auch zunächst einmal raten, die Probleme mit guten Ärzten zu besprechen, denn die Heftigkeit und Plötzlichkeit mit der das Ganze bei Dir auftritt, ist sicher ungewöhnlich. Ich kenne schon das eine oder andere Beispiel, wo jemand Haarausfall nach typisch männlichem Muster bekommen hat und alles sehr plötzlich und schnell ging. Man sollte aber andere Gründe für den (diffusen) Haarausfall zumindest ausschliessen, damit man weiss, woran man ist.

Ich weiss auf jeden Fall, wie du dich fühlen musst. HA hat fast bei jedem negative psychische Auswirkungen und wenn es dann noch so rasant über einen hereinbricht und man viele Haare pro Tag verliert, dann bekommt man natürlich eher noch Panik dazu und das Gefühl, die Kontrolle über Körper und Aussehen zu verlieren. Vielleicht solltest du dir als spontane Massnahme überlegen, die Haare sehr kurz zu schneiden bzw. zu rasieren, denn erstens ist das angenehmer, wenn die Haare, die ausgehen, wenigstens kurz sind und man somit nicht gleich den Abfluss im Bad verstopft, und zweitens macht das die Therapie der Kopfhaut einfacher, wenn man sich dort was gegen Haarausfall oder Kopfhauterkrankungen wie Ekzeme aufträgt. Emotional kann das vielleicht auch helfen, wenn einem sehr kurze Haare stehen, denn dann kann man darauf schliessen, dass man auch ohne nennenswerte Kopfbehaarung vernünftig

aussehen wird, wenn also der "worst case" eintreten sollte. Nimmt einem dann einiges an Zukunftsangst.

Aber der starke diffuse Haarausfall, den du beschreibst, kann ja auch andere Gründe haben, und wenn diese erfolgreich beseitigt bzw. therapiert werden, dann wachsen die verlorenen Haare ja wieder nach.

So wie ich das verstehe, hängt Haarausfall mit genetischer Vorprogrammierung zusammen, aber auch mit sogenannten Triggern, also Auslösern, die den HA ggf. verschlimmern, beschleunigen oder früher anfangen lassen können. Zum Teil haben diese Trigger vielleicht auch mit unserer Lebensweise und mit Umweltverschmutzung zu tun, denn es ist ja schon interessant, dass Haarausfall vor allem in den westlichen Ländern sehr stark verbreitet ist und scheinbar immer mehr Menschen betrifft. Die Hälfte aller Männer leidet schon in der ersten Lebenshälfte unter Haarausfall, manchmal sind es "nur" Geheimratsecken, manchmal ist es ne frühe Glatze. Auch bei Frauen ist Haarausfall ein wohl stärker werdendes Problem.

Noch ein paar Bemerkungen zu dem, was du über dein Verhalten anderen gegenüber schreibst:

-wenn Du Probleme mit Frauen, Dating und romantischen Beziehungen hast (die, wie du sagst, ja schon vor den Haarprobleme da waren), dann musst du in dem Bereich wie die meisten Männer ein paar sehr wichtige Dinge lernen, was mittlerweile kein Problem mehr ist, da es genug Material dazu gibt (das Buch "Männlichkeit leben" von Björn Leimbach ist z. B. ein guter Start)

-ich bin mir mittlerweile total sicher, dass Haarausfall nicht das Ende von einem erfüllten Liebesleben ist; einzig und allein der Umstand, wenn man(n) mit seinem Haarverlust nicht klar kommt, macht einen unattraktiv; das einzige, was zählt, ist also die eigene Einstellung zu sich selbst - ich weiss, das klingt viel zu simpel und radikal und ich habe solche Sprüche auch jahrelang zurückgewiesen, bis ich verstanden habe, wieviel Wahrheit dahinter steckt

-du solltest ganz schnell damit aufhören, das Wohl anderer immer vor das eigene zu stellen! Damit erreichst du gar nichts, andere werden dich sogar nicht einmal ehrlich dafür mögen. Vor allem aber ist es eine Illusion, zu glauben, man würde anderen damit wirklich dienen, denn nur wenn man sich erst gründlich um sich selbst kümmert, hat man anderen überhaupt was Substanzielles zu geben.

Ich wünsche viel Erfolg auf dem Kopf!

---

Subject: Re: total verzweifelt  
Posted by [Sandro](#) on Thu, 09 Apr 2009 13:37:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Heute war nun Termin zur Auswertung des Tricogramm.  
Der Arzt erzälte etwas von akut und viele dystrophe Haare.

Er hat sich den Kopf noch mal angeschaut und mein e schuppenflechte auch dort entdeckt und jetzt meint er der HA komme davon. ????? Hä?

Verschrieben wurde mir Betnesol-V crinale 0,1% und Shampoo mit Terzolin Lösung.

Irgendwie bin ich genau so ratlos wie vorher! Mein Schilddrüsen TSH hat er angeguckt meinte aber das die fehlenden Hormonwerte sicherlich ok sind. Ein weiterer Bluttest wurde trotzdem gemacht.

Schuppenflechte am Kopf? Ja habe ich in schwacher Form, allerdings nicht dort wo die Haare ausfallen.

Hat jemand eine Meinung dazu?

Was mir jetzt zu Infektion oder Vergiftung einfallen würde:

meine chronische Sinusitis die ich immer mal wieder spüre  
meine extreme Haargelverwendung bevor das losging  
meine komplett neu sanierte wohnung, danach gings los und nicht die kosten fressen mir die haare vom kopf

---

Subject: Re: total verzweifelt

Posted by [nepomuk](#) on Mon, 27 Apr 2009 16:07:20 GMT

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

---

Ich finde, amigo77 hat viel Wahres geschrieben, kann ich so unterschreiben. Bei deinem ungewöhnlichen Verlauf (später Beginn und so massiver Ausfall) würde ich mal eine Vergiftungserscheinung in den Raum werfen, gerade wo du von neu sanierter Wohnung schreibst. Welche Materialien hast du da verwendet? Lacke, Lösungsmittel, vieles davon gast aus und ist alles andere als gesund. Es gibt heute noch im Baumarkt PCB-ähnlichen Holzschutz, auch Pyrethroide sind gefährliche Nervengifte. Nimmst du Medikamente, welche? In meiner Trennungsphase dürfte mein HA ebenfalls angefangen haben, das war ein Schockerlebnis. Gib die Hoffnung nicht auf und suche^^, es gibt eine Ursache und eine Lösung. Ich konnte z.B. meinen einigermaßen akzeptablen Status jetzt über acht Jahre halten, ganz ohne Medikamente.

---