
Subject: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [Christian24](#) on Thu, 19 Nov 2009 18:04:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gibt es eins?? Hab schon Tricomin versucht, ohne Wirkung! In der Suche finde ich auch nichts passendes.
Dieses Jucken und Brennen seit ein paar Monaten is wirklich die Hölle!

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [Mauijim](#) on Sat, 21 Nov 2009 07:08:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

yoga, meditation, selbsthypnose, stress vermeiden, kopf massieren, (ac-therapie?)seele baumeln lassen:-)

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [Fiorentino](#) on Sat, 21 Nov 2009 14:26:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist bei mir auch unerträglich. Von jemandem aus nem englischsprachigen Forum hab ich das hier <http://www.vitacost.com/NSI-Turmeric-Extract-Curcumin-C3-Complex-with-Bioperine> empfohlen bekommen, aufgrund antioxidativer und antiinflammatorischer Wirkung. Jemand 'ne Meinung dazu?
Werde das mal in Kombi mit Aloe-Vera Gel ausprobieren.

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [benutzer81](#) on Sat, 21 Nov 2009 17:01:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mauijim schrieb am Sat, 21 November 2009 08:08yoga, meditation, selbsthypnose, stress vermeiden, kopf massieren, (ac-therapie?)seele baumeln lassen:-)

Bis auf die Ac-Therapie (rausgeworfenes Geld) ein durchaus guter Ansatz. Rückblickend traten diese "Qualen" (zu welchen die tricho durchaus werden kann) gerade zu jenen Zeiten auf, in denen ich psychisch am labilsten war und extrem unter Stress stand (nicht zuletzt wegen der AGA selbst). Dachte kurzzeitig die AC-Therapie hätte mir geholfen aber bei genauerer Betrachtung glaube ich mittlerweile das es psychosomatischer Natur war. Ich war derart überzeugt dass mir diese Therapie Abhilfe bei der Trichodynie bringt, dass ich jeweils nach den beiden Behandlungen beschwerdefrei wurde.

Mal ne Frage Christian, bemerkst du auch Juckreiz an anderen Stellen ausser der Kopfhaut?

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [Christian24](#) on Sat, 21 Nov 2009 17:18:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

benutzer81 schrieb am Sat, 21 November 2009 18:01Mauijim schrieb am Sat, 21 November 2009 08:08yoga, meditation, selbsthypnose, stress vermeiden, kopf massieren, (ac-therapie?)seele baumeln lassen:-)

Mal ne Frage Christian, bemerkst du auch Juckreiz an anderen Stellen ausser der Kopfhaut?

Ja, wie gesagt, ich muss Antihistaminika schlucken um die Juckreizsymptome am Körper zu unterdrücken!

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [benutzer81](#) on Sat, 21 Nov 2009 22:43:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Christian24 schrieb am Sat, 21 November 2009 18:18benutzer81 schrieb am Sat, 21 November 2009 18:01Mauijim schrieb am Sat, 21 November 2009 08:08yoga, meditation, selbsthypnose, stress vermeiden, kopf massieren, (ac-therapie?)seele baumeln lassen:-)

Mal ne Frage Christian, bemerkst du auch Juckreiz an anderen Stellen ausser der Kopfhaut?

Ja, wie gesagt, ich muss Antihistaminika schlucken um die Juckreizsymptome am Körper zu unterdrücken!

Hatte diese Symptome auch. War damals bei nem Hautarzt der mir bei Schilderung des Problems ziemlich ruppig entgegnete "das ist psychisch, alles Einbildung" und mich ohne auch nur irgendwas zu verschreiben wieder nach Hause schickte. Obwohl der Typ ein A*** war, glaube ich heute dass er recht hatte.

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [NW5a](#) on Sat, 21 Nov 2009 22:57:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Christian,

mir hat Tricomin eigentlich immer geholfen, war mir aber dann zu teuer und habe dann einfach mal Basische Bäder gemacht und ein getränktes Handtuch um den Kopf gebunden. Danach habe ich ein AloeVera Spray, welche Biotin, Vitamin E und Panthenol enthält draufgemacht.

Deutlich weniger Juckreiz und der Abstand der Juckreizattacken nimmt auch deutlich ab.

Ich werde jetzt nochmal ein Tagebuch führen, was ich gegessen habe um zu sehen, ob nicht Histamin an sich ein Auslöser mit sein könnte. Lebensmittel welche man bei Histaminunverträglichkeit meiden sollte, werde ich speziell markieren. Naja, vielleicht alles Selbsthypnose, aber ich bin zuversichtlich.

Gruß

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [Christian24](#) on Sun, 22 Nov 2009 02:47:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

benutzer81 schrieb am Sat, 21 November 2009 23:43Christian24 schrieb am Sat, 21 November 2009 18:18benutzer81 schrieb am Sat, 21 November 2009 18:01Mauijim schrieb am Sat, 21 November 2009 08:08yoga, meditation, selbsthypnose, stress vermeiden, kopf massieren, (ac-therapie?)seele baumeln lassen:-)

Mal ne Frage Christian, bemerkst du auch Juckreiz an anderen Stellen ausser der Kopfhaut?

Ja, wie gesagt, ich muss Antihistaminika schlucken um die Juckreizsymptome am Körper zu unterdrücken!

Hatte diese Symptome auch. War damals bei nem Hautarzt der mir bei Schilderung des Problems ziemlich ruppig entgegnete "das ist psychisch, alles Einbildung" und mich ohne auch nur irgendetwas zu verschreiben wieder nach Hause schickte. Obwohl der Typ ein A*** war, glaube ich heute dass er recht hatte.

Ich schließe die psychische Komponente auch nicht aus. Wie gesagt, dass Ende meiner Langzeitbeziehung hat mich doch sehr mitgenommen. Trotzdem hätte ich mir nie gedacht, dass das in einer Trichodynie endet. Das Witzige ist, und jetzt bitte ich dich mich nicht auszulachen, da ich jetzt gerade in so einem Zustand bin ... wenn ich betrunken bin und in so einem Zustand bin ich gerade, spür ich absolut keine Beschwerden. Ich weiß schon, dass man im Rauschzustand Schmerzen geringer wahr nimmt, aber im Betrunkenen Zustand so wie jetzt, spüre ich absolut keine Anzeichen einer Trichodynie ... und deshalb glaube ich schon das die psychische Komponente ein wesentlicher Faktor bei dieser Sache ist. Das Problem ist nur, sobald ich morgen wieder aufwache hab ich diese Schmerzen wieder und ich weiß nach wie vor nicht wie ich damit umgehen soll. Sofern es psychisch ist (und ich hoffe meine Ausschläge sind auch damit gemeint) hoffe ich dass die Zeit diese Wunden heilen wird. Zur Zeit bin ich mit diesem Zustand wirklich überfordert. Wenn der Körper verrückt spielt und man nicht weiß warum, dann ist das ein ziemlicher Ausnahmezustand in dem man sich befindet. Trotz allem, bin ich wirklich froh zumindest solche "anonymen Forumsfreunde" wie dich in so einem schwierigem Bereich wie diesem zu haben, wo man seine Gedanken in solchen Extremsituationen wie diesen auch austauschen kann.

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [Balle](#) on Sun, 22 Nov 2009 11:23:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Trichodynie ist doch nur Jucken und Missempfindungen der Kopfhaut, oder? Ist doch nicht so schlimm, habe ich auch manchmal, erscheint mir auch psychisch bedingt, würde keine Mittel dagegen nehmen, habe letztsens asch erst in einem Bericht über psychosomatische Beschwerden gehört, das Beschwerden wie Juckreiz etc sehr häufig ohne erkennbaren Grund auftreten.

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [el huevo](#) on Sun, 22 Nov 2009 11:23:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fiorentino schrieb am Sat, 21 November 2009 15:26Ist bei mir auch unerträglich. Von jemandem aus nem englischsprachigen Forum hab ich das hier <http://www.vitacost.com/NSI-Turmeric-Extract-Curcumin-C3-Complex-with-Bioperine> empfohlen bekommen, aufgrund antioxidativer und antiinflammatorischer Wirkung. Jemand 'ne Meinung dazu?

Werde das mal in Kombi mit Aloe-Vera Gel ausprobieren.

Das gleiche Zeug hat auch stealth empfohlen, aber um TGF-beta runterzudrücken. Habe es selbst noch nicht probiert, aber über Curcumin hört man nur Gutes. Ob es gegen Tricho hilft, wer weiß?

Bin gespannt auf deinen Erfahrungsbericht...

egg

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [Christian24](#) on Mon, 11 Jan 2010 19:13:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fiorentino schrieb am Sat, 21 November 2009 15:26Ist bei mir auch unerträglich. Von jemandem aus nem englischsprachigen Forum hab ich das hier <http://www.vitacost.com/NSI-Turmeric-Extract-Curcumin-C3-Complex-with-Bioperine> empfohlen bekommen, aufgrund antioxidativer und antiinflammatorischer Wirkung. Jemand 'ne Meinung dazu?

Werde das mal in Kombi mit Aloe-Vera Gel ausprobieren.

Hast du das schon ausprobiert?? Bringt das was?

Subject: Re: Effektives Mittel gegen trichodynie
Posted by [HirschGeweih](#) on Mon, 11 Jan 2010 22:29:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mag zwar schon was bringen... aber die menge in relation zum preis? niemals.

Mach dir lieber mindestens einmal am tag curcuma auf eins deiner mahlzeiten da kommst du gleich 10mal billiger und wahrscheinlich effektiver weg.

Zur entzündungshemmenden wirkung. Curcuma enthält tatsächlich geringe mengen an gerbstoffen die grunsätzlich entzündungshemmend sind. Aber die mengen die in curcuma enthalten sind sind wie gesagt gering.
