
Subject: Hilfe!

Posted by [urm3l](#) on Mon, 01 Feb 2010 21:09:59 GMT

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

Hallo liebe Community,

ich schreibe euch hier aus einer totalen Panikattacke heraus. Ich habe vorhin in den Spiegel geschaut und gemerkt, dass ich richtig, richtig wenig Haare auf dem Kopf hab. Ich bin 21 Jahre alt und männlich, falls das wichtig ist. Um Gottes Willen helft mir! Ich war vor ein paar Tagen wegen einer anderen Geschichte bei der Hautärztin und die hab ich mal drauf angesprochen ob ich nicht ein wenig Haare auf dem Kopf hab und sie hat gemeint, ja, das wäre altersbedingter Haarausfall. Ich bin 21!!! Ich halte allerdings nicht besonders viel von dieser Hautärztin (noch viel weniger von der Diagnose aber das hat wohl eher was mit mir zu tun) Morgen gehe ich zu einem anderen Hautarzt. Sagt mir bitte was ich dem sagen soll. Ich hab mittlerweile das Vertrauen in die Mediziner verloren. Wonach soll ich ihn fragen? Was soll er bei mir testen? Welche Blutwerte? Mein Vater und meine Opas hatte nicht wirklich Haarausfall. Beide haben zwar nur noch wenig auf dem Kopf aber mein Papa geht auch auf die 60 zu und da geht das auch klar denk ich früher hatte er zumindest normale Haare. Schon seit einiger Zeit juckt meine Kopfhaut aber der HÄ ist nichts dazu eingefallen und sie hat nur gemeint das geht schon wieder weg.

Bittebittebitte helft mir ich will nicht für den Rest meines Lebens eine Glatze haben! Ich habe grade erst 6 Jahre Aknetherapie hinter mir!

Euer verzweifertes neues Forummitglied

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [Amarok](#) on Mon, 01 Feb 2010 22:38:33 GMT

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

Servus!

Erstmal durchatmen, die Panik kennen wir hier wohl alle
Hautärzte haben in der Regel leider keinen Schimmer was Haarausfall angeht.

Was hast du für ein Haarausfallmuster?

Wirds überall weniger inklusive Nacken/Seiten? Dann ist "altersbedingter" Haarausfall unwahrscheinlich.

Mögliche Ursachen könnten die Schilddrüse oder Eisenmangel sein.

Blutwerte Schilddrüse: TSH, ft3, ft4, TPO-AK, evtl. TRAK

Blutwerte Eisen: Eisen, Ferritin, evtl. Transferrin

Die wird dein Hautarzt aber wahrscheinlich nicht machen, das fällt eher in das Gebiet eines Endokrinologen. Lass dir die Werte, falls er welche macht, aber trotzdem mal mitgeben. Zumindest der TSH wird oft bestimmt aber wegen veralteten Referenzwerten falsch interpretiert.

Wenns es sich nur an einigen Stellen (Geheimratsecken, Tonsur, Scheitelbereich) lichtet, ist es schon wahrscheinlicher, dass es sich um ne androgenetische Alopezie handelt (das meinst du wohl mit "altersbedingtem" Haarausfall)

Besondere Blutwerte gibts dafür nicht. Wird im wesentlichen Anhand des Ausfallsmusters diagnostiziert. Am besten postest du mal hier ein Foto unter guten Lichtverhältnissen.

Was bei dir evtl. noch ne Rolle spielen könnte ist die Aknetherapie. Wurdest du mit Tabletten behandelt (z.B. Roaccutan)? Das kann auch Haarausfall zur Folge haben.

Ansonsten viel Erfolg morgen, aber erwarte nicht zuviel davon

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [HirschGeweih](#) on Mon, 01 Feb 2010 23:46:30 GMT

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

ruhig bleiben erstmal. das jucken solltest du auf jedenfall untersuchen lassen, das kann sonstwas sein. Wechsle auf jedenfall den hautarzt, dein erster scheint ja recht inkompetent zu sein (bei juckender kopfhaut sollte man wenigstens irgendeine analyse machen finde ich). 21 find ich auch zu früh für HA. Das kann anlagebedingt sein, muss nicht.

Kopfhaut untersuchen lassen, ganz wichtig schilddrüse und auch ein blutbild wären nicht schlecht (obwohl man bei höchstens 10% der fälle irgendwas im blutbild entdecken kann).

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [urm3l](#) on Tue, 02 Feb 2010 06:45:20 GMT

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

danke erstmal für die schnellen Antworten. Hab mir aufgeschrieben, was du meinst was für Blutwerte wichtig sind und werd die morgen mal machen lassen zur Not setz ich mich eben auch noch zum Endokrinologen.

Ich hab mich wegen meiner Akne tatsächlich sehr lange (und sehr hochdosiert, da heftig) mit Roaccutan behandeln lassen. Aber das habe ich schon vor einem halben Jahr abgesetzt. Kann es denn sein, dass ich jetzt erst Haarausfall davon bekomme?

danke

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [Amarok](#) on Tue, 02 Feb 2010 14:25:47 GMT

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

Gib mal Roaccutan in die Suche ein, da findest du ne Menge dazu...

Wenn du jetzt merkst, dass du extrem wenige Haare auf dem Kopf hast wird der HA ja schon länger existieren.

Oder hast du sicher erst nach Absetzen angefangen, Haare zu verlieren?

Es wäre wie gesagt wichtig zu sehen, was du für ein Haarausfallmuster hast.

Ein diffuser (über den ganzen Kopf verteilter) HA könnte vom Roa kommen und sich auch nach absetzen wieder erholen. Ein halbes Jahr nach 6 Jahren Roa ist nicht grad viel.

Wenn du ein typisches AGA Muster hast (siehe hier: <http://www.keratin.com/az/norwood01.gif>) kann es zwar auch sein, dass Roa irgendeine Rolle bei der Entstehung gespielt hat, aber welche wird dir niemand sagen können. Ohne ne Therapie wird sich das dann voraussichtlich auch nicht wieder erholen.

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [urm3l](#) on Tue, 02 Feb 2010 14:45:02 GMT

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

Entschuldigung habe ich vergessen zu beantworten. Habe diffusen Haarausfall. (Nicht wie auf den Bildern sondern über den ganzen Kopf verteilt). Habe mich auch falsch ausgedrückt. Habe nicht 6 Jahre Roa genommen sondern nur ein Jahr. Die Aknetherapie insgesamt ging 6 Jahre.

Das der Haarausfall schon länger existieren muss ist schon richtig. Ich hatte schonmal starken Haarausfall, da hatte ich aber eine Entzündung auf dem Kopf und die hat der Hautarzt ganz gut wegbekommen. War immer noch nicht beim Hautarzt heute weil mir irgendwie keiner einen Termin geben will.

Kann ich denn eigentlich einfach zum Endokrinologen gehen, sagen, dass ich die und die Werte haben will und die Kasse zahlt das?

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [HirschGeweih](#) on Tue, 02 Feb 2010 18:13:47 GMT

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

Hab noch nie von roaccutan gehört das es Ha auslöst, eher soll es die haut austrocknen und vor allem die gelenkapseln was wiederum in gelenkbeschwerden resultieren kann, nicht muss.

Bei diffusem haarausfall musst du dich auf jedenfall untersuchen lassen. Es ist meistens nie leicht einen termin bei einem dermatologen zu kriegen ich kenn das.

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [Fiorentino](#) on Tue, 02 Feb 2010 18:22:49 GMT

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

Sicher löst Isotretinoin Haarausfall aus. Teilweise auch erst nach Absetzen. HA ist als Nebenwirkung im Beipackzettel unter "häufig" gelistet.

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [HirschGeweih](#) on Tue, 02 Feb 2010 18:30:39 GMT

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

ui stimmt sogar. Kann mich nur an 3 fälle erinnern, einen sogar persönlich, wo leute roaccu

genommen haben, keiner von ihnen hatte HA. Wahrscheinlich hatten sie einfach glück.

Kann dann doch gut sein das der HA bei dir durch roaccutan kommt, nimmst es ja auch schon seit einem jahr.

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [urm3l](#) on Tue, 02 Feb 2010 19:06:56 GMT

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

also ich hab jetzt mal ein bisschen nachgelesen und es stimmt wohl schon, dass haarausfall häufig eine nebenwirkung von roa ist. allerdings ist auch noch keiner auf eine lösung gestoßen. aber wenn die (kopf-)haut so sehr ausgetrocknet wird und ich außerdem selber eine juckende Kopfhaut habe dann kann das doch schonmal damit zusammenhängen oder? Was könnte man denn in diesem Fall dagegen tun?

ich nehme es schon seit oktober nicht mehr habe es aber vorher ein jahr lang benutzt. ich hab jetzt mal ein bisschen die boardsuche und google benutzt und hab jetzt noch ein paar fragen:

1. haltet ihr es grundsätzlich für sinnvoll biotin zu nehmen? (eure persönliche meinung)
2. sollte ich beim hautarzt (hab jetzt einen termin für donnerstag bekommen) ein trichogramm machen lassen?

Danke für die Hilfe bisher da bin ich ja echt mal in nem tollen forum gelandet daumen hoch =)

urm3l

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [Amarok](#) on Wed, 03 Feb 2010 13:51:22 GMT

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

Das Kopfhautjucken kann auch sonstwoher kommen. Hat glaub ich fast jeder, der von Haarausfall betroffen ist. Nimm auf jeden Fall ein mildes, rückfettendes Shampoo (für trockenes Haar). Falls du Schuppen hast, kann sich die der Hautarzt mal ansehen. Viele haben auch ein Ekzem auf der Kopfhaut (was aber eher mit fettigen Schuppen einhergeht). Dafür gibts dann entsprechende Anti-Schuppenshampoos wie Ketoconazol.

Biotin kann nicht schaden und kostet so gut wie nichts, nimms halt 2-3 Monate. Da langt das Zeug vom Aldi. Kannst dir auch nen Vitamin B-Komplex zulegen, da ist Biotin niedriger dosiert in der Regel mit drin (z.B. von Ratiopharm). Da kosten 60 Stück auch nur 5 Euro und du hast die anderen B-Vitamine auch abgedeckt.

Trichogramm ja, wenn du es verkräften kannst noch ein paar Haare zu opfern und du dir mit deiner Selbstdiagnose "diffuser Haarausfall" nicht absolut sicher bist. Beim Tricho schauen sie einfach, ob beim Ausfall ein bestimmtes Muster vorhanden ist wie bei AGA oder nicht, bzw. ob überhaupt ein Haarausfall vorliegt. Kann u.U. sinnvoll sein.. man bescheißt sich sonst auch mal ganz gern selbst, weil "diffuser Haarausfall" was die Aussichten auf Heilung angeht für

einen die bessere Diagnose ist

Wegen dem Endo... Haarausfall juckt die in der Regel keinen Meter. Wenn du die Werte haben willst, musst du weitere Symptome nennen. Typisch bei Schilddrüsenunterfunktion z.B. dauernde Müdigkeit, Schwäche, Gewichtszunahme, schnelles Frieren und als allerletztes dann vielleicht Haarausfall
Dann machen die das auch. Terminlich dauerts da leider in der Regel wesentlich länger als beim Hautarzt.

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [urm3l](#) on Wed, 03 Feb 2010 21:37:13 GMT

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

wow danke für die ausführliche antwort. du hast nicht zufällig auch noch eine empfehlung für mich beim thema rückfettendes shampoo für trockene haare? schuppen hab ich im moment (gott sei dank) keine was aber auch daran liegen kann, dass ich früher mal dazu geneigt habe und schon seit langem deshalb das antischuppen shampoo von seba med benutze (ph neutral usw. also fast wie aus der apotheke)

ein ekzem habe ich (glaube ich) nicht aber mal eine ganz dumme frage: woran würde ich das denn merken wenn ich eins hätte? also schuppen hab ich wie gesagt keine aber sind schuppen das einzige indiz für ein ekzem?

du klingst irgendwie nicht besonders überzeugt von dem biotin. die wirkung ist demnach nicht so unglaublich bombig wie ich mir das jetzt wünsche oder?

Ok also dann brauche ich das trichogramm wohl eher nicht denn dass ich einen diffusen haarausfall habe, da bin ich mir relativ sicher. du machst mir grade eine wahre freude, wenn du mir sagst, dass da die heilungschancen größer sind danke =)

urm3l

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [Amarok](#) on Thu, 04 Feb 2010 14:57:23 GMT

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

urm3l schrieb am Wed, 03 February 2010 22:37 du hast nicht zufällig auch noch eine empfehlung für mich beim thema rückfettendes shampoo für trockene haare?
Balea von dm wird oft empfohlen. Ich nehm Schauma für trockenes Haar, ist auch in Ordnung. Hauptsache nichts zu aggressives, aber wenn du keine Schuppen hast, ist das ja eh nicht nötig.

Zitat:ein ekzem habe ich (glaube ich) nicht aber mal eine ganz dumme frage: woran würde ich das denn merken wenn ich eins hätte? also schuppen hab ich wie gesagt keine aber sind schuppen das einzige indiz für ein ekzem?

Bei nem Ekzem müsstest du zumindest Rötungen haben, in der Regel sind es aber fettige Schuppen.

http://de.wikipedia.org/wiki/Seborrhoisches_Ekzem

Ist aber häufiger bei androgenem Haarausfall, weil bei der Entstehung auch die männlichen Hormone ne Rolle spielen.

Zitat:du klingst irgendwie nicht besonders überzeugt von dem biotin. die wirkung ist demnach nicht so unglaublich bombig wie ich mir das jetzt wünsche oder?

Generell könnte es ja nur bombig wirken, wenn dein Haarausfall von nem Biotinmangel kommt. Das dürfte wohl bei den wenigsten der Fall sein. Wegen seiner Bedeutung fürs Haarwachstum/weils billig ist und man es kaum überdosieren kann nimmt man es oft trotzdem als erstes.

Wo ich grad nicht allzu viel drüber weiß ist, inwiefern es nen Zusammenhang zw. Biotinstoffwechsel und Roaccutan gibt. Hab grad nur ne Studie gefunden, die zum Schluss kam, dass Isotretinoin zu ner reduzierten Biotinidase-Aktivität (dem Enzym, dass Biotin freisetzt) führt, allerdings ohne dass sich die Biotinlevel im Blut geändert hätten.

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10325581?itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum&ordinalpos=2

Ich würde es an deiner Stelle trotzdem eine Weile nehmen.

Zitat:du machst mir grade eine wahre freude, wenn du mir sagst, dass da die heilungschancen größer sind danke =)

Das mit den Heilungschancen meinte ich insofern, dass diffuser Haarausfall meistens ein Symptom einer anderen Erkrankung oder eines Mangels ist und sich mit dessen Behandlung wieder legt. Dagegen ist AGA ne Rezeptorengeschichte, bei der man meist mühsam an seinen Hormonen rumdoktorn muss, mit entsprechenden Nebenwirkungen. Ich hab jedenfalls anfangs immer gehofft, ich hätte ne Schilddrüsenunterfunktion, war leider doch AGA Also nicht zu früh freuen... die Ursache muss man trotzdem noch finden

Subject: Re: Hilfe!

Posted by [urm3l](#) on Thu, 04 Feb 2010 21:41:25 GMT

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

naja trocken sind meine haare ja schon glaub ich sehr und meine kopfhaut auch (sagt meine friseur. ich werd glaub ich einfach mal das rückfettende shampoo von balea probieren wird mich schon nicht umbringen.

auf der wikipedia seite steht, dass das ekzem unter anderem durch stress entstehen kann, was mir heute auch meine hautärztin genannt hat als eine der möglichkeiten, die zu haarausfall führen können. das mit dem stress könnte seit etwa 2 monaten sogar stimmen. gibt es denn etwas, was ich dagegen tun kann, ohne gleich zum psychologen zu müssen?

ich habe mir heute bei der hautärztin blut abnehmen lassen um zu schauen, ob ich eine schilddrüsenfehlfunktion habe. sie hat mal nur tsh abgenommen weils wohl so ist, dass mit tsh erstmal festgestellt werden kann, ob die schilddrüse grundsätzlich funktioniert oder nicht und die anderen werte etwas darüber aussagen, was genau kaputt ist.

für den fall, dass die schilddrüse heil ist, was bleibt denn dann noch als mögliche ursache

übrig außer stress und spätfolgen von roaccutan?

danke danke danke
urm3l
