
Subject: Vergeudet eure Zeit nicht

Posted by [kongo](#) on Sun, 20 Jun 2010 23:25:08 GMT

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

Hallo, Ich hab hier zwar noch nie was geschrieben aber lese schon seid Jahren mit und möchte zum Thema "umgang mit Haarausfall" etwas loswerden.

Ich bin 23 Jahre alt und seid gut 4 Jahre litt ich an Haarausfall.

Ich hab so einiges an Mitteln und Techniken ausprobiert (vom Schulmedizinischen Ansatz mit Propecia & Co, bis hin zu sagen wir mal eher dubiosen verzweiflungsaktionen wie speziellen Kopfhautmassagen, und für etwa 2 Wochen hab ich mir auch ein Echthaarsystem angetan (ich hab's als Tortur empfunden)

Nunja nichts von alledem hat mir geholfen. Die Haare sind weiterhin munterausgegangen mal schneller, mal langsamer aber ziemlich unabhängig davon welches Regimen ect ich angewendet habe.

Also für mich war die diese ganze Sache extrem belastend und meine Haare (die ich früher doch sehr gern gehabt habe) haben sich in diesen Jahren für mich zu einem endlosen Quell von Stress, Frust, Panik ect entwickelt.

und das hat egal ob ich mir das zugestehen wollte oder nicht immer mehr auf mein Leben abgestrahlt. Ich bin unsicherer geworden, vorsichtiger, schüchterner und all die Dinge die man wenn man jung ist nicht sein sollte ;=)

Doch weil mir wirklich nichts geholfen habe ich mich nach langem (wir reden hier von Monaten) langem Ringen dazu durchgerungen sie...ihr ahnt es schon abzuschneiden.

Einfach ab mit dem ganzen Gemurkse und mit meinen Locken ist auch viel Stress von mir abgefallen. Das war eine meiner BESTEN Entscheidungen der letzten Jahre.

Es fühlt sich wahnsinnig gut an und seid etwa 6 Wochen lauf ich jetzt mit dem 2mm Schopf herum. Ich will jetzt niemandem etwas vormachen ja es gibt blöde Kommentare und nein nicht jeder (auch ich nicht) sieht mit so kurzen Haaren genauso "gut" aus wie diverse Stars die hier oft als Vorbilder genannt werden und zum ersten mal mit Freunden/Kollegen/Bekanntem zusammenzutreffen war durchaus auch mit etwas Sorge verbunden.

Aber das ist alles egal, denn das tolle ist: jetzt ist der Druck raus. Ich muss mich nicht mehr darum scheren ob meine Haare richtig sitzen, welches Produkt ich ausprobieren könnte, wie dies oder jenes tun kann um mein Problem (welches Problem eigentlich - so denke ich jetzt) zu verbergen oder zu kaschieren.

Ich bin einfach ich selbst und das kommt wahnsinnig gut an zuerst bei mir selbst und natürlich auch bei den Frauen oder prinzipiell anderen Menschen.

Ich wünschte mir ich hätte damals als mir zum ersten mal meine wachsenden Geheimratsecken aufgefallen sind einfach den Rasierer gepackt und die Sache gleich gelöst. Denn das ist sie jetzt ...gelöst, Haarausfall ist für mich einfach kein Thema mehr.

und Ich denke was ich hiermit bezwecken will ist das all jene die wie ich schon in sehr jungen Jahren an HA leiden nicht auch einige JAhre des Zweifels und haderns zubringen müssen bis sie dahintersteigen wie vollkommen unnötig das ist.

Lasst euch einfach nicht ein auf die ganzen Sachen sondern konfrontiert euch mit eurem blanken Kopf - jetzt sofort.

Ich verspreche es wird euch besser gehen und zusätzlich spart ihr euch teure (und nicht ganz nebenwirkungsfreie) Medikamente.

-allein die Idee das junge ME Menschen wegen soetwas auf fragewürdige und teure Medikamente zurückgreifen ist doch furchtbar- Ihr wollt doch das Zeug nicht für immer nehmen und bis zur endgültigen Lösung des Problems dauerts halt immer noch 4-5 Jahre (dieser Zeitraum wird nur auch nie kürzer)

Also zum Abschluss für jeden der an HA leidet und glaubt das es ein Problem ist: Schneidet sie ab und probiert es aus für mindestens ein halbes Jahr, die Medis könnt ihr später immer noch nehmen aber so erspart ihr euch mitunter einen schlimmen leidensweg.

Alles natürlich nur meine Meinung

salute

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [malcanum](#) on Mon, 21 Jun 2010 18:01:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Erstmal Glückwunsch für Deinen Mut und das Du mit Deiner Entscheidung glücklich bist. Ich finde die Idee eig. ganz gut, erstmal die mm Variante auszuprobieren, bevor man sich auf was Anderes einlässt. Als kleine Tipp (hatte ich auch gemacht)...vorher mit nem guten Malprogramm sich mal virtuell ne Glatze verpassen, da kann man dann schon so "ungefähr" sehen was einen erwartet... Ich habe die mm Variante auch gemacht, aber war damit sehr unglücklich. Bleib Dir und Deiner Linie treu, und genieße das entspannte Leben. Wir Anderen werden hier weiterkämpfen

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [Yes No](#) on Mon, 21 Jun 2010 20:37:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Na gut, mit dem "Haare ab" kann man zunächst - wenn es gut kommt - einen Stein vom Herzen loswerden.

Jedoch mE unterliegt man einem Denkfehler, der aber allgemein ist: dass das Ganze nur ein kosmetisches Problem ist.

Die Ursache hat man damit aber gar nicht gelöst. Es mehren sich Hinweise darauf, dass AGA und Gefäßsystemerkrankungen, z.B. Bluthochdruck, sowie Insulinresistenz usw,

möglicherweise zwei (oder mehrere) Symptome ein-und-derselben Problematik sind.. So könnte die medikamentöse Behandlung des einen auch das andere Problem mitbehandeln. Wenn man AGA hat sollte man auf jeden Fall auch die andere(n) genannte(n) Sache(n) überprüfen und im Auge behalten.

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [kongo](#) on Mon, 21 Jun 2010 21:30:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das finde ich sehr interessant und war mir auch nicht bewusst.
Jedoch- ist wohl bei vielen so das die Gefäßerkrankungen und ähnliches das offenbar mit AGA einhergeht (is mir eben völlig neu) sicherlich nicht im Zentrum des Interesses steht. Auch denke Ich das die meisten AGA medis wohl nicht dazu geacht sind solche Dinge zu behandeln.

Also versteh mich nicht Falsch solche zusammenhänge muss man ernst nehmen aber dann würde ich doch eher dazu raten die entsprechenden Dinge direkt zu behandeln anstatt den oft frustrierenden Umweg über eine Behandlung der AGA zu nehmen.

und ich muss natürlich nochmal wiederholen das es für mich die beste Lösung war einfach radikal abzuschneiden , es is natürlich richtig das es nicht jedem damit gut geht aber probieren sollte man es doch bevor man anfängt mit Medikamenten , Haarteilen, HTs u ä zu experimentieren.

salute

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [Joxx](#) on Mon, 21 Jun 2010 23:35:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@villian: ich denke eher das mit den bluthochdruck usw is eine von medien und konzernen verursachte lüge. es gibt genug (leistungs)sportler die bei nw5 angekommen sind. es gibt auch viele ältere menschen die keine haare haben.

ich hab zivildienst im krankenhaus gemacht, abteilung gefäßchirurgie, zu 80% der patienten waren ältere menschen die sich zu wenig bewegen und sich nicht richtig ernähren.

wenn du dir schon fin und co gut reden willst, solltest du dir mal die nebenwirkungen durchlesen

".....Der mögliche Zusammenhang von Brustkrebs mit der Einnahme von Finasterid war dabei nicht signifikant, kann jedoch laut MHRA auch nicht ausgeschlossen werden...."

oder

"Während der Schwangerschaft eingenommenes Finasterid führt zu Fehlbildungen der äußeren Geschlechtsorgane männlicher Feten. Daher gilt für Frauen die schwanger oder möglicherweise schwanger sind, jeglichen Kontakt mit dieser Substanz zu vermeiden. Selbst der Kontakt mit Sperma eines therapierten Mannes kann schädlich sein."

fin is wohl doch nich so gesund.

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [benutzer81](#) on Tue, 22 Jun 2010 12:58:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Menschen mit Bauchansatz neigen auch eher zu Diabetis, und Menschen unter 1,70m Körpergröße neuerdings auch dazu, eher einen Herzinfarkt zu erleiden.

Darüber hinaus hat man herausgefunden dass alleinstehende Menschen gefährdeter sind als konservative Christen, Gefäßkrankungen zu bekommen. Da diese meist auch glücklicher sind als liberale/ linksorientierte Menschen (welche seltener in einem gefestigtem sozialen Umfeld leben) sinkt auch das Risiko für Depressionen. Vorausgesetzt der christlich konservative hat sich nicht schon sehr früh mit Videospiele abgegeben, damit steigt nämlich die Gefahr für ADS. Aber oft sind die Ursachen auch pränatal, also schon vor der Geburt verwurzelt.

Wer schon länger in einer Großstadt lebt, sollte sich lieber auch gleich untersuchen lassen - heute wissen wir ja was der Feinstaub alles angerichtet hat und in ca. 30 Jahren werden wir erfahren wie unzureichend all die heutigen Studien bezüglich der Handystrahlung durchgeführt wurden.

Aber bitte nicht mit Alkohol trösten - wer über 2,0ltr Bier die Woche trinkt ist grundsätzlich gefährdet, erst recht wenn er zusätzlich noch die erst kürzlich gefundene Höchstgrenze für rotes Fleisch seit vielen Jahren überschritten hat. Kohlenhydrate sind jetzt übrigens auch ganz schlecht.

Achja, um nochmal auf die AGA zurückzukommen - AGA macht unattraktiv und man hat weniger Chancen im Privat- und Berufsleben. Wem das immer noch egal ist, der sollte die gesundheitlichen Risiken für Singles bedenken. Aber keine Sorge, du kannst immernoch ein dickes Auto kaufen - das bringt die Mädels wieder an's Gerät. (diese haben aber hoffentlich mit einer hpv impfung vorgesorgt, um euch lange glücklich zu machen)

Du fühlst dich immernoch gut? Das ist dem Krebs egal! Erst recht dem Darmkrebs! Günther Netzer hat sich jetzt auch untersuchen lassen!

Also somit hat der Threadersteller schon recht, vergeudet nicht eure Zeit und habt Spass. Denn spätestens in 20 Jahren lässt eure Potenz sowieso rapide nach (wenn euch MS oder ähnliches nicht schon zuvor Bewegungsunfähig gemacht hat)

Akzeptiert es, ihr seid biochemische Fehlproduktionen.

Was nun aber wirklich traurig ist und ich jetzt gerade bemerke: Das ganze ist mir aus dem

Stehgreif eingefallen

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [eragon](#) on Tue, 22 Jun 2010 13:39:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@benutzer81:

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 22 Jun 2010 21:37:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Kongo: Schade dass bei dir Fin und dei anderen Mittelchen nichts bewirkt hat. Freut mich für dich wenn dir ne Glatze steht und der Leidensdruck Geschichte ist. Ich seh eben schon mit kurzen Haaren furchtbar aus, deshalb brauch ich meine Mähne!
Ähm, du weißt das Glatze älter macht? Leider...
Grüße Sonic

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [kongo](#) on Tue, 22 Jun 2010 22:10:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Sonic
Also ich finds mittlerweile ganz okay dass das Zeug bei mir nicht anschlägt, ich will nicht mein Leben lang Medikamente nehmen müssen (das muss allerdings jeder selber mit sich ausmachen - ich fühl mich ohne wohler)und da sie eh nix bringen brauch ich gar nicht darüber nachdenken.

Wenn Du für dich meinst das Glatze überhaupt nicht geht dann tut mir das leid weil es die Sache sicher nicht einfacher macht, aber Ich wünsch dir das du es so hinbekommst das du dich mit dir wohl fühlst. N1

und ob mich die Glatze ein paar Jährchen älter macht kümmert mich ansich erstmal nicht vielleicht später wen ich älter werde.
Ausserdem sicher nicht so alt wie eine Tonsur bzw GHes (sowas lässt einen ALT aussehen)

und das ich mich endlich nichtmehr unwohl fühle vor allem bei outdoor Aktivitäten (Surfen, Schwimmen, Radfahren, ect..) is mir viel mehr Wert als die Möglichkeit nach aufwändigem styling eine Frisur hinzubekommen die wohl gut aussieht aber mit der ich nichtmal tanzen gehen kann weil sie sonst zusammenfällt (ganz zu schweigen von einer Liebesnacht nach der man dann gefragt wird "was den plötzlich mit den Haaren ist"- alles schon gehabt)

All solche Dinge haben mir für mich gezeigt das mir der aufwand zu groß ist - ich hab zuviel anderes vor als das ich nebenbei auch immer darauf achten könnte das meine Haare ja nicht so aussehen wie sie in wirklichkeit mittlerweile sind - scheisse . Aber meine Locken waren wohl nicht für länger als 20 Jahre gedacht und wenigstens hab ich so ziemlich jeden Unsinn den man am Kopf tragen kann schonmal ausprobiert bevor sie mir ausgegangen sind. (wobei dreads oder exzessive Gelfrisuren dem Haarstatus sicher auch nicht geholfen haben)
Ich will hier btw niemandem seine Entscheidungen für oder gegen irgendeine Behandlung schlecht reden, mir is schon klar das abrasieren wohl nicht jedermanns Sache ist , aber ich wollte einfach mein gutes Gefühl teilen und vielleicht gibts ja mal jemanden der sich den ganzen Stress ersparen kann und mit Glatze so zufrieden ist wie ich - an den richtet sich mein eingangspost dann.

salute

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [Ruul](#) on Tue, 27 Jul 2010 18:48:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hmm ich kenn dein Gefühl all zu gut. Ich hatte 5 Jahre 1mm. Ich bin jetzt 26 und kann dir versprechen irgendwann wirste deine Haare dann doch vermissen. Zumindest ich habe sie vermisst. Ich trage jetzt seit 2 Monaten ein zweithaar Lacesystem und fühle mich Pudelwohl. Jedesmal wenn ich in den Spiegel schaue, fühl ich mich toll, hundert mal besser als mit dem jahrelangen Kahlschlag. Ich kann mir jede Frisur machen die ich will und da ich alles selber mache ist es auch kein preislicher Weltuntergang. Mein Umfeld reagierte allesamt auch nur positiv. Auch die paar die wissen dass es ein zweithaarsystem ist, sagen das war die beste Entscheidung die ich treffen konnte.

Ist ein tolles Gefühl wieder gut aus zu sehen und ich denke ich werde das nicht so schnell aufgeben. Ich sah mit kurzen Haaren zwar auch gut aus, also keine Katastrophe, aber so ist es zig mal besser.

Ich will dir das Gefühl damit nicht vermiesen, ich will damit nur sagen, dass es bei mir nur temporär toll war.

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht
Posted by [benutzer81](#) on Wed, 28 Jul 2010 06:56:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ruulkasar schrieb am Tue, 27 July 2010 20:48

...Hmm ich kenn dein Gefühl all zu gut...

...und fühle mich Pudelwohl...

...wenn ich in den Spiegel schaue, fühl ich mich toll...

...Ist ein tolles Gefühl wieder gut aus zu sehen...

...Ich will dir das Gefühl damit nicht vermiesen...

geht`s wirklich um die Haare selbst?

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht

Posted by [Ruul](#) on Wed, 28 Jul 2010 14:06:57 GMT

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

hehe ja mein Gefühlsstatus ist im Moment sehr gut, was sich wohl unbewusst in meine Schreibweise widerspiegelt ^^

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht

Posted by [pippo24](#) on Wed, 28 Jul 2010 17:30:53 GMT

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

naja die meinung nicht seine zeit zu verschwenden ist nicht ganz richtig bzw. sehr individuell.

Falls man glück hat wie sonic und die medics anschlagen aht man sicherlich seine zeit nicht verschwendet.

Wenn aber nicht klappt und man immer verzweifelter nach einer lösung sucht dann stimme ich dir zu.

Dazu kommen natürlich noch andre faktoren wie z.b alter.

Es ist mit sicherheit grds. für jemanden anfang 20 schlimmer seine haare zu verlieren als für jemanden ende 30.

Wie gut sah man vor dem Ha aus bzw. wie tief ist der fall.

Damit meine ich wenn jemand mit volem haar sehr gut aussah nimmt ihn der ha wahrscheinlich mehr mit als jemanden der auch mit haar hässlich oder "normal" aussah.

Wie reagiert das soziale umfeld- ziehen eine freunde etc. auf- das müssen oft garnicht schlimme bemerkungen sein..oft reicht ein blick...

Welchen "Glücks/erfolgs status" hat derjenige?

Die meisten von uns die stark unter dem Ha leiden waren wohl schon zuvor nicht zufrieden unsicher etc. dann ist so eine erkrankung wie HA natürlich wesentlich schlimmer als wenn es jemanden trifft bei dem alles passt.

Zusätzlich muss man sagen es gibt einfach leute bei denen sieht glatze einfach scheiße aus...

Insgesamt würde ich sagen es lohnt sich sicherlich etwas gegen HA zu tun, denn die chancen sind eigentlich ganz gut ihn ohne große NWs zu stoppen.

Wenn man jedoch zu den Leuten gehört die Pech haben und Nix wirkt oder starke NWs macht dann muss man rechtzeitig aufhören.
Leider habe ich diesen Punkt verpasst...

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht

Posted by [Ruul](#) on Wed, 28 Jul 2010 18:12:39 GMT

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

Ich hab NW3-4 und Medikamentös hab ich viel probiert, aber nicht mit gutem Erfolg. Naja jetzt leb ich halt mit einer Kosmetischen Lösung und hab zur Zeit und gutes Lebensgefühl, also besser als mit Kahlschlag. HT kommt bei mir net in Frage, da die Ergebnisse bei viel Kohle nicht wirklich immer Top sind. Die Concealer Phase habe ich jetzt 4 Jahre gehabt und war tot unglücklich damit mir meine Haare immer "malen" zu müssen. Ich konnte mich net am Kopfkrazten, jede früh 20min Dermmatch auftragen. Das war echt zu stressig.

Die letzten 2 Monate waren für mich wie eine Offenbarung. Ich muss mich nicht jeden Tag um meine Haare kümmern. Ich hab jetzt ein normaleres Leben als vorher. Haare waschen, Gel rein... fertig.

Ich muss nur alle 2 Wochen neu verkleben und das ist als würde ich nur alle 2 Wochen Dermmatch benutzen müssen. Ihr könnt euch bestimmt vorstellen wie gut das tut, sich so frei fühlen zu können. Und mir ist es schnurz egal, was die Gesellschaft von Haarteilen denkt. Mir geht es 10mal besser und es ist fast ausgeschlossen, dass es mal spontan abfallen könnte. Es ist halt fakt, dass es bei mir besser aussieht. Bei vielen Frauen ist es ja Gang und Gebe Perücken zu tragen (in meinen Freundeskreis machen das 2 Dunkelhäutige Freundinnen und bei denen ist das normal), also warum darf ich das dann nicht tun. Durch die beiden bin ich auf die Idee gekommen. Die haben mich da gut beraten und untertützt.

Klar ist die Lösung nicht für jederman so gut. Wenn man zB NW6 hat und auf einmal NW1^^. Das fällt dann doch auf und diese sind dann wahrscheinlich auch mit negativen Erfahrungen zurück gekehrt. Bei mir denken ja alle ich hab nur NW1, weil ich immer alles kaschiert habe und deswegen merkte es auch keiner als ich längere Haare aufeinmal hatte.

Ich will damit keine Werbung machen, ich will nur ausdrücken, dass ich meine Lösung nach jahrelangen Leidensweg endlich gefunden habe.

Subject: Aw: Vergeudet eure Zeit nicht

Posted by [Gast](#) on Mon, 16 Aug 2010 21:08:05 GMT

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

hab meine Haare vor ca. nem Monat auf 7mm rasiert - danach wachsen lassen und nun auf 3mm rasiert - bin NW 2,5 diffus fühl mich suuuuper mit den kurzen Haaren, nicht nur weil es mir ganz gut steht (seh zwar härter und etwas wild aus) sondern da ich kaum noch Gedanken an meine Haare verschwende. Aufgeben mit den Therapien will ich dennoch nicht, da ich nicht

weiß ob das Gefühl ewig anhält und ich nicht doch wieder irgendwann mal längere Haare haben möchte. Eins hab ich auf jeden Fall oft gesagt bekommen - ich hab die richtige Kopfform für ne Platte - und das is schon mal positiv

hab noch kein einziges Mal irgendwas negatives gehörteher im Gegenteil

dieses Gefühl mit kurzen Haaren bedeutet für mich einfach eine neu erlebte Freiheit
