

---

Subject: Cortisolmangel und Haarausfall

Posted by [gretchen](#) on Fri, 30 Jul 2010 05:36:28 GMT

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

---

hallo,

mein speicheltest zeigt im gegensatz zu den serumproben, dass ich viel zu wenig cortisol produziere. vermutlich durch jahrelange pilleneinnahme, andauernden stress (zusätzlich zu dem, den man sich dank des haarausfalls macht..).

mein speicheltwert liegt bei 2453pg/ml (5000-15000 ist der range bei morgendlicher bestimmung).

ich habe zu dem thema folgenden link aus dem frauenforum gefunden:

[http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/mv/msg/166/#msg\\_1590](http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/mv/msg/166/#msg_1590)

wisst ihr, wie man das wieder "richten" kann, also die durch nebennierenschwäche ausgefallenen haare wieder nachwachsen??? der ausfall findet v.a. an den seiten, sprich über den ohren und am vorderen kopf statt. insgesamt sind ALLE haare viel dünner geworden. hab jetzt phytoC von meiner ärztin bekommen, ein homöopatikum zur sanften stimulierung der hypophyse.

danke und liebe grüße, gretchen

---

---

Subject: Aw: Cortisolmangel und Haarausfall

Posted by [pilos](#) on Fri, 30 Jul 2010 11:07:27 GMT

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

---

serumproben und speicheltest zu gleicher uhrzeit gemacht...können sich kaum unterscheiden...

speicheltests..sind aber nicht ganz zuverlässig.

am besten NNR werte bestimmen lassen

androstendion

dheas

17-OHP

---

---

Subject: Aw: Cortisolmangel und Haarausfall  
Posted by [gretchen](#) on Fri, 30 Jul 2010 11:14:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ne, der speicheltest erfolgte mal früher.

generell kann man bei mir sagen:

androstendion eher obergrenze, dheas im mittelfeld und 17ohp wurde nur einmal vor 1,5 jahren oder so bestimmt und lag ebenfalls im mittelfeld.

wären denn diese werte überhaupt aussagekräftig, solange ich noch die pille nehme?

was macht einen speicheltest so unzuverlässig? weil er leicht zu beeinflussen ist durch östrogeneinnahme? hab sogar gelesen durch ketokonazol....?!?!

---

Subject: Aw: Cortisolmangel und Haarausfall  
Posted by [HirschGeweih](#) on Fri, 30 Jul 2010 17:01:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

war cortisol nicht das stresshormon? und hatte dieses hormon nicht eigentlich negative effekte auf die gesundheit und auch die haare? demnach wäre ein niedriger wert positiv.

---

Subject: Aw: Cortisolmangel und Haarausfall  
Posted by [gretchen](#) on Fri, 30 Jul 2010 18:48:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ja, war/ ist es .

es geht aber darum, dass die NNR "erschöpft" ist, nachdem sie nach anhaltendem stress eben zunächst dauernd cortisol produziert hat, was die haare dauerhaft geschädigt hat und dann eben bei stress nicht mehr ausreichend mit cortisolausschüttung reagieren kann.

eine nebennierenschwäche macht dann ebenfalls haarausfall.

durch das niedrige cortisol sinken auch progesteron und dhea als dessen vorläufer-hormone ab (das hab ich aus dem buch von dr. scheuernstuhl, sehr zu empfehlen, jedenfalls für frauen!), wodurch dann wiederum weniger östrogen und androgene gebildet werden...

ggf gibts darum keinen neuwuchs der haare, die zuvor durch dauerhohes cortisol ausgefallen sind (androgene, zumindest testo..und östrogen sind doch für haarwuchs nötig)???

die frage ist nur, kann eine erschöpfte NNR überhaupt wieder aktiviert werden?? alles was man hierzu so liest ist entweder ultralangwierig (pflanzlich, ernährungsumstellung,

stressreduktion \*haha\* ODER sehr heftig in richtung lebenslange cortisongabe...\*ganz toll\*...also fett und/oder haarlos?!?)

lg, gretchen

---