
Subject: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [deni](#) on Sun, 19 Sep 2010 15:46:08 GMT

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

hallo,

ich habe auch seit längerem haarausfall und das haar ist sehr strohig und auch irgendwie LEBLOS. glanz fehlt, sie sind trocken und dünn geworden.

ich habe bis dato nicht viel unternommen, da mich die arztdysee total nervt mittlerweile.

ich leide an hashimoto und bin da aber seit längerem gefühlsmässig ganz gut eingestellt. ich hatte fast zwei jahre corti genommen, dhea, progesteron und fludrocortison wegen einer nebennierenschwäche. seit einigen monaten habe ich alles abgesetzt und mir geht es besser. ich benötige auch nur mehr wenig SD hormone und mir gehts "relativ" gut.

ich habe LI und FI. meide somit fast alles was damit zu tun.

des weiteren nehme ich oft eisentabletten, aber mein eisenwert kommt dennoch nicht wirklich hoch. ob es daran liegt mit dem haarausfall weiss ich nicht. konnte hier auch keine unterschiede feststellen.

nun möchte ich mich aber dem thema haare doch intensiver beschäftigen und hoffe hier auf hilfe:

1. ich suche einen guten arzt in grossraum frankfurt/hanau/offenbach
2. welche spurenelemente, mineralien etc können für haarausfall verantwortlich sein
3. was sollte ich noch beachten?
4. was hält ihr von östrogenartigen haarwasser ? ein versuch wert?
5. wie zähle ich meinen haarausfall richtig? ich kämme meine haare so gut wie nie ... von daher wäre es mir wichtig hier eine hilfe zu bekommen, wie ich das idealerweise mache.
6. gibt es sonst noch etwas was ich beachten muss?

danke sehr

lg deni

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [PiZzA4eVeR](#) on Mon, 20 Sep 2010 13:54:24 GMT

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

statt uns deine gesamte krankenakte vorzulesen wär die information:

Alter und Geschlecht

wichtiger

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [Minu](#) on Mon, 20 Sep 2010 16:21:15 GMT

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

Hallo Deni!

Zur Einstellung deiner Schilddrüse kann ich leider nicht viel sagen. Vielleicht kennst du das Schilddrüsenforum ja schon?

Dort gibt es viele kompetente Leute, die dir damit weiterhelfen können.

So wie du dein Haarproblem beschreibst, kann das einige Ursachen haben, sicher auch Eisenmangel.

Da würde ich mal zu einem vernünftigen Arzt (sorry zu 1. kann ich leider nichts sagen) und alles überprüfen lassen, auch Vitamin B12, D3 und Zink (das war 2.)

zu 3. Welche Haarpflegeprodukte benutzt du?

zu 4. mir hat es bisher nichts gebracht.

zu 5. am besten morgens nach dem Aufstehen im Bett suchen (kenne deine Haarlänge nicht), über dem Waschbecken kämmen, nach dem Waschen (wenn möglich mit Stöpsel, dass nichts den Abfluss runter geht) über dem Becken kämmen und irgendwo trocknen, wo du die Haare wiederfindest...

Aber eigentlich bringt es nur Frust, denn das man zu viele Haare verliert, merkt man auch so.

zu 6. nicht zu viele Dinge gleichzeitig beginnen, so dass man eventuelle Verschlechterungen, oder Verbesserungen nicht mehr zuordnen kann. Eine Behandlung konsequent durchführen. Den Mut und die Hoffnung nicht verlieren... !

LG Minu

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [deni](#) on Tue, 21 Sep 2010 05:49:18 GMT

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

PiZzA4eVeR schrieb am Mon, 20 September 2010 15:54 statt uns deine gesamte Krankenakte vorzulesen wär die Information:

Alter und Geschlecht

wichtiger

weiblich und 39

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [deni](#) on Tue, 21 Sep 2010 05:56:58 GMT

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

Minu schrieb am Mon, 20 September 2010 18:21Hallo Deni!

Zur Einstellung deiner Schilddrüse kann ich leider nicht viel sagen. Vielleicht kennst du das Schilddrüsenforum ja schon?

ja ja das kenn ich, aber hier habe ich auch absolut die kontrolle. ich gehe nicht mehr davon aus, dass es an der SD liegt.

Minu schrieb am Mon, 20 September 2010 18:21

Da würde ich mal zu einem vernünftigen Arzt (sorry zu 1. kann ich leider nichts sagen)und alles überprüfen lassen, auch Vitamin B12, D3 und Zink (das war 2.) ist D3 auch "vitamin D" oder gibt es da mit der zahl 3 noch einen unterschied?! B12 ist über der norm und B vitamine bringen auch keinen erfolg, das habe ich oft u regelmässig schon genommen. Zink habe ich nur mal gelesen, dass es nicht wirklich zu messen ist im blut oder?

Minu schrieb am Mon, 20 September 2010 18:21

zu 3. Welche Haarpflegeprodukte benutzt du?

derzeit keraologie für trockene haare. gibt es besseres was empfohlen werden kann.

Minu schrieb am Mon, 20 September 2010 18:21

zu 5. am besten morgens nach dem Aufstehen im Bett suchen (kenne deine Haarlänge nicht), über dem Waschbecken kämmen, nach dem Waschen (wenn möglich mit Stöpsel, dass nichts den Abfluss runter geht) über dem Becken kämmen und irgendwo trocknen, wo du die Haare wiederfindest...

die länge der haare: über die schulter ein stück. ich kann die kämmen beim bzw. nach dem waschen, aber muss sagen, dass ich meine haare zwischen den haarwäschen NICHT kämme! vielleicht sind da dann auch mehr haare als üblich drin?!?! kann das sein? ja, wenn ich die trockne, dann ist der boden im bad(hellgrauer boden) schon deutlich übersät mit haaren.

was macht das GLÄTTEN mit den haaren, können die davon auch richtig kaputt werden - trotz glättschutz?

Ig deni

Subject: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [pilos](#) on Tue, 21 Sep 2010 06:02:47 GMT

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

deni schrieb am Tue, 21 September 2010 08:56

derzeit keraologie für trockene haare. gibt es besseres was empfohlen werden kann.

wenn das produkt nur so vor poyquaternium 10, 44 usw...Guar hydroxypropyltrimonium chloride, starch hydroxypropyltrimonium chloride, polyquaternium-39, polyquaternium-43, polyquaternium-7, ..usw..strotzt.....dann können die haare nur stohig werden....

ja mit d und d3 ist das gleiche gemeint.

die bestimmung von irgendwelche nährstoffe und vitamine hat noch nie wirklich was gebracht
HA mässig...ausser es war eisen (ferritin/transferrin).....

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [deni](#) on Tue, 21 Sep 2010 07:30:21 GMT

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

pilos schrieb am Tue, 21 September 2010 08:02

wenn das produkt nur so vor poyquaternium 10, 44 usw...Guar hydroxypropyltrimonium chloride, starch hydroxypropyltrimonium chloride, polyquaternium-39, polyquaternium-43, polyquaternium-7, ..usw..strotzt.....dann können die haare nur stohig werden....
oh ja das ist da drin. sind das silikone?

Was ist ein gutes Haarshampoo!? hat jemand eine empfehlung?

pilos schrieb am Tue, 21 September 2010 08:02

ja mit d und d3 ist das gleiche gemeint.

macht das auch haarausfall?!

pilos schrieb am Tue, 21 September 2010 08:02

die bestimmung von irgendwelche nährstoffe und vitamine hat noch nie wirklich was gebracht
HA mässig...ausser es war eisen (ferritin/transferrin).....

wie meinst du das? dass die werte okay waren oder niedrig und hatten nur nichts mit dem haarausfall zu tun!?

mein eisen wert bewegt sich immer nur im unteren drittel und kommt nicht wirklich hoch... also im SD forum geht man davon aus, dass der wert in der norm mind. mittig sein soll.

brüchig sind meine haare auch... an was kann das liegen? welcher mangel?

danke schon mal , deni

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe

Posted by [Minu](#) on Tue, 21 Sep 2010 16:42:10 GMT

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

Hi Deni!

Eisen, also Ferritin sollte auf jeden Fall über 70 liegen, damit die Haare vernünftig wachsen. Ein Eisenmangel kann auch für brüchige Haare oder Fingernägel verantwortlich sein.

Zinkmangel kann aber ebenfalls Haarausfall verursachen. Zink ist wohl nur aussagekräftig im Vollblut zu bestimmen. Eine Hautärztin hat mir Unizink empfohlen.

Zu D3 kann ich nur sagen, einfach mal googlen, da gibt es eine Seite von einem Prof. DDr. Huber, der der Meinung ist, dass ein Mangel Haarausfall verursachen kann. Persönlich kann ich es bisher weder bestätigen noch abstreiten. Ich versuche gerade meinen Mangel zu beheben. Da ich aber gerade erst angefangen habe, kann ich noch nichts berichten.

Was die Haarpflege betrifft: All diese Stoffe (bin leider kein Chemiker) trocknen auf Dauer die Haare mehr aus, weil durch die Silikonschicht nachher gar keine Pflegestoffe mehr an das Haar herankommen. Das heißt es ist nur "sichtbar" geglättet und gepflegt (wie die Werbung das auch so schön formuliert), aber darunter wird es porös und die Haare brechen ab. Sollte das jemand besser erklären, können wäre ich froh !

Das von dir genannte Shampoo kenne ich nicht . Empfehlen kann ich persönlich die Produkte von "Phyto". Damit bin ich seit etwa einem Jahr total zufrieden. Die haben auch für jeden Haartyp was dabei.

Sicher gibt es auch günstigere Produkte ohne Silikone zum Beispiel bei DM, allerdings weiß ich nicht was da empfehlenswert wäre.

Wenn du zwischendurch nicht kämmst, hängen einige der ausgefallenen Haare sicher in den Längen drin, die sich dann erst nach dem Waschen lösen. Das könnte schon sein, dass dir das somit mehr vorkommt...

LG Minu

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe
Posted by [PiZzA4eVeR](#) on Tue, 21 Sep 2010 20:35:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Um mal die Frage zu beantworten... :

Von der hatte ich einen ganz guten Eindruck, wobei er sich auf "Ja Sie haben halt genetischen Haarausfall" reduziert...
war noch bei ner 2. in Bad Homburg, die war IMHO nicht so gut

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe
Posted by [deni](#) on Wed, 22 Sep 2010 06:17:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PiZzA4eVeR schrieb am Tue, 21 September 2010 22:35Um mal die Frage zu beantworten... :

Von der hatte ich einen ganz guten Eindruck, wobei er sich auf "Ja Sie haben halt genetischen Haarausfall" reduziert...
war noch bei ner 2. in Bad Homburg, die war IMHO nicht so gut

hallo,
danke für den tipp. du schreibst "wobei ER sich ja auf"... Christine ist aber eine frau..oder war das andere arzt in HG.
hat diese ärztin auch genetisch bedingten bei dir diagnostiziert?

meine haare brechen auch sehr stark ab und sind sehr trocken. deshalb denke ich immer, dass es vielleicht noch etwas anderes ist. vor allem meine spitzen unten kommen mir so dünn vor.

Ig deni

Subject: Aw: haarausfall - arzt im grossraum FFM gesucht und hilfe
Posted by [PiZzA4eVeR](#) on Sat, 25 Sep 2010 21:35:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

DER Eindruck --> er

und ja
