
Subject: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Fri, 05 Nov 2010 11:57:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo zusammen...

hier mal meine geschichte... könnte gut hilfe & tipps gebrauchen! für alle die's nicht interessiert... egal...

im letzten frühling hat mir eine coiffeuse gesagt ich könnte eine glatze bekommen. das schockte mich und seit dem achte ich mich sehr darauf. bis im sommer habe ich eine lange isokur gemacht (2 mal... total etwa 2.5 jahr). ende august ging ich dann zu meinem hautarzt (wegen der iso). hab ihm dann wegen dem haarausfall noch gefragt. der hat dann gemeint ja leichter haarausfall, aber da bräuchte ich mir keine sorgen zu machen. in der zwischenzeit sind 3 monate vergangen und mein haarausfall ist immer stärker geworden. verliere pro tag weit über 100 haare und die meisten am vorderkopf und tonsur... -> deutet auf aga hin... wobei ich genau einen urgrossvater (väterlicherseits) habe, der unter HA litt. sonst keine verwandten (weder m noch v seits). (jetzt keine kommentare von wegen ich stelle mir das nur vor... ist realität...).

psychische belastung brauch ich euch ja nicht vorzuheulen, die kennt ihr alle wohl selber... jetzt habe ich eine menge fragen (jaja ich habe viel viel viel zeit mit dem lesen in diesem forum und im netz verbracht... aber trotzdem).

sonst noch... habe seit februar so etwas wie eine freundin, was mich aber seit dem sehr belastet, weil es irgendwie doch nie richtig klappt... egal... will damit nur sagen, dass ich seit dem total belastet bin total unter stress stehe.

habe seit februar meine ernährung total umgestellt, aber bin viel viel 'gesünder' geworden und habe 10 kilo abgenommen.

habe in zwei wochen einen termin in einer spezialklinik... bin jedoch irgendwie ziemlich skeptisch, ob das mir hilft (uiklinik zh; ch).

meine fragen:

- medis (iso) können keinen hormonellen HA verursachen oder?
- was man so über fin liest schreckt eim ja irgendwie total ab...?
- was für alternativen würdet ihr mir empfehlen (aminosäuren...)? können alternativen auch ohne fin total helfen?

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [masqe](#) on Tue, 09 Nov 2010 16:25:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

10kg abgenommen, auch wenn du nun gesünder lebst kann das HA hervorrufen.
Stress ebenfalls----> HA

Allerdings wären das eine Haarausfall wo die Haare zurückkommen wenn sich alles

eingependelt hat.

Die erhöhte Haarausfallrate sagt auchnix wirklich aus....allerdings ist GHE und Tonsur sehr verdächtig.

Stell doch mal ein paar Fotos rein.

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Thu, 18 Nov 2010 12:21:02 GMT

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

war gestern bei der haarsprechstunde im unispital zürich... naja wie befürchtet konnten die mir nicht allzuviel weiterhelfen, ausser dass sie mich jetzt auf fin gesetzt haben.

ich hab jetzt heute mi fin angefangen, habe dazu eine wichtige frage...
bis die wirkung von fin einsetzt dauert es ja einige monate, was am haarzyklus liegen soll.
bedeutet das, dass die wirkung jetzt beginnt, aber man es erst in x monaten sieht? oder bedeutet das, dass ich meinen jetzigen haarstatus halten könnte, aber es zuerst kurz eine verschlechterung gibt.

mein problem ist, dass ich erst seit 5 monaten wirklich haarausfall habe. dieser geht aber sehr schnell vorwärts. habe jetzt schiss, dass bis die wirkung von fin einsetzt es 'bereits zu spät' ist...

zum haarspezialisten, schon krass, der hat mir die medis verschrieben, noch bevor er konkret nw ansprach. zu den nebenwirkungen meinte er nur libidoverlust, blablabla... sonst nichts und der beipackzettel sagt auch nicht mehr aus. schon krass diese diskrepanz zum forum hier...

son scheiss, fühl mich irgendwie total gefiggt vom leben... einen urgrossvater mit schütterem haar, sonst niemand in der familie und ich bekomme den scheiss mit 23/24...

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [HirschGeweih](#) on Thu, 18 Nov 2010 15:15:57 GMT

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

countz schrieb am Thu, 18 November 2010 13:21 war gestern bei der haarsprechstunde im unispital zürich... naja wie befürchtet konnten die mir nicht allzuviel weiterhelfen, ausser dass sie mich jetzt auf fin gesetzt haben.

ich hab jetzt heute mi fin angefangen, habe dazu eine wichtige frage...
bis die wirkung von fin einsetzt dauert es ja einige monate, was am haarzyklus liegen soll.
bedeutet das, dass die wirkung jetzt beginnt, aber man es erst in x monaten sieht? oder bedeutet das, dass ich meinen jetzigen haarstatus halten könnte, aber es zuerst kurz eine verschlechterung gibt.

mein problem ist, dass ich erst seit 5 monaten wirklich haarausfall habe. dieser geht aber sehr

schnell vorwärts. habe jetzt schiss, dass bis die wirkung von fin einsetzt es 'bereits zu spät' ist...

zum haarspezialisten, schon krass, der hat mir die medis verschrieben, noch bevor er konkret nw ansprach. zu den nebenwirkungen meinte er nur libidoverlust, blablabla... sonst nichts und der beipackzettel sagt auch nicht mehr aus. schon krass diese diskrepanz zum forum hier...

son scheiss, fühl mich irgendwie total gefiggt vom leben... einen urgrossvater mit schütterem haar, sonst niemand in der familie und ich bekomme den scheiss mit 23/24...

haben wir dir doch gesagt das zum artzt rennen gar nichts bringt beim thema haare. Was mich persönlich mal interessiert da immer wieder und so oft diese frage aufkommt und immer die gleiche antwort, aber die meisten leuten rennen trotzdem erstmal zum artzt. Egal was ich wissen will: Warum, obwohl ihr wisst das es nix bringt und gewarnt worden seit, rennt ihr trotzdem noch sinnloser weise zum artzt? Ist es der "letzte rettende strohhalm" für euch oder liegt es daran das ihr nem artzt mit seinem dämmlichen dokortitel und am besten gleich noch "supder duper unschlagbarem elite diplom" mehr glaubt als uns....?

Es wundert mich ausserdem echt wie so mancher artzt an sein ach so KRASSES DIPLOM gekommen ist mit ner offensichtlich si begrenzten intelligenz...? Wahrscheinlich weil er es von irgendem schwarzmarktfutzi gekauft hat anders kann ich mir so starke inkompetenz manchmal echt nicht erklären, diese leute sollen ne jahrelange ausbildung, schulbildung, diplom etc. hinter sich haben... wie ist es bitte möglich für einen offensichtlich in seinem eigenen bereich so inkompetenten idioten der so wenig ahnung von seiner eigenen materie hat an so ein diplom zu kommen? Wie geht sowas?

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Thu, 18 Nov 2010 22:57:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also die frage nach dem warum ist eigentlich ziemlich einfach zu beantworten... das ich hier im forum auf mehr kompetente leute gestossen bin, das ist schon eine weile klar. warum zum artzt? grundsätzlich mal die einfachste antwort, man braucht dennoch einen artzt, der einem fin verschreibt... der wichtigere punkt ist aber ein anderer... am anfang hofft man doch so fest man kann, dass der haarausfall difus ist... als ich meinen termin gemacht habe, war mein muster noch nicht so klar... und da ich so gut wie unvorbelastet war, versuchte ich mich so fest wie möglich an diese hoffnung zu binden. ich glaube jedem von diesem forum ging es mal so... also finde ich diese erste reaktion ziemlich verständlich...

das mit dem dokortitel ist ja so ne sache... das ist halt unsere bürokratische gesellschaft... war mir von anfang an klar, dass ich wohl bereits einiges mehr weiss wie der artzt... geschweigedann die vom forum hier...

der erste (äusserst schwere schritt) ist sich mal einzugestehen, dass es so ist, dass das scheiss leben diese bürde einem aufträgt... der zweite schritt ist es sich jetzt zu fragen, wie man damit

umgehen will...

aber die frage bleibt dennoch, wie sieht es mit der wirkung von fin aus für mich, was denkt ihr...?

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [HirschGeweih](#) on Fri, 19 Nov 2010 12:40:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

countz schrieb am Thu, 18 November 2010 23:57also die frage nach dem warum ist eigentlich ziemlich einfach zu beantworten...

das ich hier im forum auf mehr kompetente leute gestossen bin, das ist schon eine weile klar. warum zum arzt? grundsätzlich mal die einfachste antwort, man braucht dennoch einen arzt, der einem fin verschreibt...

der wichtigere punkt ist aber ein anderer... am anfang hofft man doch so fest man kann, dass der haarausfall difus ist... als ich meinen termin gemacht habe, war mein muster noch nicht so klar... und da ich so gut wie unvorbelastet war, versuchte ich mich so fest wie möglich an diese hoffnung zu binden. ich glaube jedem von diesem forum ging es mal so... also finde ich diese erste reaktion ziemlich verständlich...

das mit dem dokortitel ist ja so ne sache... das ist halt unsere bürokratische gesellschaft... war mir von anfang an klar, dass ich wohl bereits einiges mehr weiss wie der arzt... geschweigedann die vom forum hier...

der erste (äusserst schwere schritt) ist sich mal einzugestehen, dass es so ist, dass das scheiss leben diese bürde einem aufträgt... der zweite schritt ist es sich jetzt zu fragen, wie man damit umgehen will...

aber die frage bleibt dennoch, wie sieht es mit der wirkung von fin aus für mich, was denkt ihr...?

also von beidem etwas? ah ja ich verstehe^^

Ohne zweifel ist es scheisse, aber je eher man was effektives dagegen macht oder lernt damit umzugehen desto besser. Zig leuten hier geht es genauso. Übrigens du brauchst nicht zwangsweise ein rezept vom arzt, du kannst fin auch ohne rezept bestellen über generics24 und elitenetpharmacy, du kannst auch 5mg tabletten teilen und kommst bei generics damit z.b. auf ca. 4,60-4,70€ im monat für fin.

zum fin: vorderkopf tonsur, an der tonsur hast du eine geringe aber größere chance auf neuwuchs als vorne. Bei den meisten usern hilft fin den haarausfall wenigstens drastisch abzubremsen oder manchmal über jahre fast auch ganz zu stoppen. Aber bei einigen hilft es mässig bis gar nicht aus irgendwelchen gründen. Aber die chance auf zumindest ordentlichen haarausfallsstop ist groß.

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Fri, 19 Nov 2010 12:44:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das war das einzig positive, der arzt hat von sich aus gesagt 1 mg sei ein witz, er empfehle 5 mg zu teilen... hat mir gleich ein rezept für 5 mg ausgeteilt... jetzt hab ich etwa 60 euro bezahlt für ein jahresration... ist so noch zahlbar... aber danke

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [HirschGeweih](#) on Fri, 19 Nov 2010 12:52:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

countz schrieb am Fri, 19 November 2010 13:44das war das einzig positive, der arzt hat von sich aus gesagt 1 mg sei ein witz, er empfehle 5 mg zu teilen... hat mir gleich ein rezept für 5 mg ausgeteilt... jetzt hab ich etwa 60 euro bezahlt für ein jahresration... ist so noch zahlbar... aber danke

wow das ist selten, was für ein kompetenter arzt. In der regel verschreiben sie dir wenn nur 1mg, und oft und gerne auch propecia

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [greenhulk](#) on Mon, 29 Nov 2010 16:36:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

countz schrieb am Fri, 19 November 2010 13:44das war das einzig positive, der arzt hat von sich aus gesagt 1 mg sei ein witz, er empfehle 5 mg zu teilen... hat mir gleich ein rezept für 5 mg ausgeteilt... jetzt hab ich etwa 60 euro bezahlt für ein jahresration... ist so noch zahlbar... aber danke

wie hast du den termin in zürich vereinbart? telefonisch, mail? wartezeit? danke.

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Mon, 29 Nov 2010 22:29:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mein hausarzt hat den für mich vereinbart, muss über ihn gehen. ich hatte eine wartezeit von etwas über einem monat, aber nur, weil mein hausarzt sich ziemlich eingesetzt hat, sonst hat man glaube ich eine grössere wartefrist.

aber ich kann dir den termin ehrlich nicht empfehlen, ausser du hasst offensichtlich diffusen haarausfall, aa oder sonst absolut speziell. sonst ist es wirklich so, dass die dort nicht mehr ahnung haben wie dein hausarzt und die meisten hier im forum dir viel mehr tipps geben können... also überlege's dir gut. mich hat die wartefrist auf den termin nur zusätzlich noch sehr stark belastet...

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [greenhulk](#) on Mon, 29 Nov 2010 23:18:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

danke für die antwort. hätte dir dein hausarzt nicht auch das rezept für die 5mg ausstellen können? sollte grundsätzlich gehen, oder!?

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Tue, 30 Nov 2010 16:48:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

jep sollte gehen, kommt glaube ich auf den hausarzt drauf an. ich hielt mich lange an den strohhalm diffuser haarausfall... darum ging ich zuerst noch nach zürich...

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Mon, 11 Apr 2011 11:53:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey leute

ich habe mal eine frage, was würdet ihr mir raten...

ich habe gegen ende november10 mit fin begonnen. an weihnachten habe ich wegen augendruck und weil ich mir absolut benebelt vorkam für eine woche abgesetzt und die dosis danach auf 0.25 pro tag gesenkt. in der zwischenzeit habe ich fin ein zweites mal für 1 woche abgesetzt, sonst kontinuierlich eingenommen.

mein haarausfall begann letzten sommer, ist sehr aggressiv (200-300 haare pro tag - in der zwischenzeit weniger, aber die haare sind prozentual auch wahrscheinlich so um di 60% weniger...) und hat mich innerhalb von 3/4 jahr sehr viele haare gekostet. in den gh's sieht man es am besten, es dünt aber der ganze oberkopf und auch an an der tonsur das haar extrem aus...

ich nehme also in etwa einer woche seit 5 monaten fin, aber ohne wirkung. ich bin seit vier monat auf einer 0,25 dosis. 1,25 war unerträglich (augendruck und benebelt)... 0,25 wirkt zu gering (?), nw: ab und zu ganz leichter augendruck...

sonst ist mir aufgefallen, dass ich leicht an sehkraft verloren habe... sehe immernoch ziemlich gut, aber es war schon besser (bin übrigens 24).

mein problem, ich habe eine suuperherzigeobercoole freundin und ein hübsches gesicht und ich will weder noch verlieren

-> naja die dosis erhöhen, da habe ich angst, dass es meinen augen schadet und mich wieder benebelt.... (lebensqualität gleich null)

-> die dosis so lasse, da habe ich angst, dass ich mir fin für nix reinschmeisse... 5 monate und

noch kein wirkungseintritt...

was würdet ihr mir raten...

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren

Posted by [Hansmaulwurf5](#) on Mon, 11 Apr 2011 14:29:46 GMT

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

countz schrieb am Thu, 18 November 2010 13:21 war gestern bei der haarsprechstunde im unispital zürich... naja wie befürchtet konnten die mir nicht allzuviel weiterhelfen, ausser dass sie mich jetzt auf fin gesetzt haben.

ich hab jetzt heute mi fin angefangen, habe dazu eine wichtige frage...

bis die wirkung von fin einsetzt dauert es ja einige monate, was am haarzyklus liegen soll.

bedeutet das, dass die wirkung jetzt beginnt, aber man es erst in x monaten sieht? oder bedeutet das, dass ich meinen jetzigen haarstatus halten könnte, aber es zuerst kurz eine verschlechterung gibt.

mein problem ist, dass ich erst seit 5 monaten wirklich haarausfall habe. dieser geht aber sehr schnell vorwärts. habe jetzt schiss, dass bis die wirkung von fin einsetzt es 'bereits zu spät' ist...

zum haarspezialisten, schon krass, der hat mir die medis verschrieben, noch bevor er konkret nw ansprach. zu den nebenwirkungen meinte er nur libidoverlust, blablabla... sonst nichts und der beipackzettel sagt auch nicht mehr aus. schon krass diese diskrepanz zum forum hier...

son scheiss, fühl mich irgendwie total gefiggt vom leben... einen urgrossvater mit schütterem haar, sonst niemand in der familie und ich bekomme den scheiss mit 23/24...

War auch im Unispital in Zürich. Das war einer meiner grössten Fehler, denn in den 4 Monaten in denen ich auf einen Termin warten musste sind mir verdammt viele Haare ausgefallen. Schlussendlich wurde mir das teure Propecia verschrieben und eine saftige Rechnung mitgegeben.

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren

Posted by [countz](#) on Mon, 11 Apr 2011 14:35:50 GMT

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

ja der unispital war ein riesengrosser fehler... vorallem wegen der wartezeit... verschrieben wurde mir allerdings die 5mg... das war nicht schlecht...

aber meine frage steht noch... was würdet ihr mir raten?

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [krx](#) on Mon, 11 Apr 2011 16:03:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

versuchs mit 1 mg, wenn du's mim teilen nicht hinbekommst, kauf dir Propecia, vielleicht wirds ja besser...

nimm es 1 Jahr lang ein, und schau dann, ob sich was ändert.

Meine Geschichte ist ähnlich, hab den Haarausfall aktiv beobachtet seit Juni 2010, und mir fallen täglich auch mehr als 200 Haare aus, Diche hat nachgelassen, größere GHE's und die Tonsur bildet sich langsam.

Nehme Fin seit 4 Monaten -> 1 mg. Werde es auch noch 8 Monate weiternehmen und dann schauen was sich getan hat...

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [Creo](#) on Mon, 11 Apr 2011 18:46:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ganz ehrlich, wenn du nur mit 0,25 sogut wie NW frei bleibst, dann bleib dabei. Ich habe auch enorme Probleme mit Dosen höher als 0,5.

Am Anfang dachte ich "Jut das überstehste scho dafür bleiben dir deine Haare erhalten" doch mittlerweile muss ich sagen, dass ich mich wesentlich ausgeglichener fühle, wenn ich das Zeug nicht spüre und das das mir wesentlich wichtiger geworden ist.

Für die Augen empfehle ich dir noch Lachsöl, die Omega-3-Fettsäuren sind gut für den Tränenfilm und falls du auch Probleme mit Augenringen hast, diese sind dadurch bei mir wieder auf ein erträgliches Maß gesunken .

Einzig 0,5g alle 2 Tage würde ich nochmal probieren, dies sollte aufgrund der Halbwertszeit von FIN auch effektiver als täglich 0,25 sein.

Zum Schluss: Nur weil dir bei 0,25g mehr Haare ausgehen bedeutet das noch lange nicht, dass du nicht auch so deinen Status halten kannst .

Gruß

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [Ruul](#) on Mon, 11 Apr 2011 22:02:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann dir noch Rat geben, die "vom Leben gefickt" Einstellung unbedingt los zu werden. Die hatte die nämlich auch die ersten 2 Jahre und das waren die schlimmsten Jahre meines Lebens. Es gibt tausend Wege mit Haarausfall um zu gehen, du musst nur deinen finden und es lockerer sehen. Ich bin jetzt 27 und ich muss sagen die Jahre 22-25 waren schlimm, weil es mich so dermassen angekotzt hat. Du musst dich nicht mir dem Haarausfall zufrieden gaben, aber solltest ihn nicht als Weltuntergang sehen, sondern eher als Herausforderung die du bewältigen

willst. Ich weiss klingt strange, aber das macht dein Gefühlsleben enorm besser und verringert deinen Stress. Jeder hier im Forum kennt das Gefühl und die die sich nicht psychisch unterkriegen lassen, haben auch ein ausgeglichenes Leben.

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Thu, 30 Jun 2011 20:21:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

leute, nehme seit november fin (7.5 monate)... 1 monat 1mg dann 3 monate 0.25 und seit drei monaten 0.5. die nebenwirkungen (augen) lassen eine höhere dosis nicht zu... schon so eher mühsam... wirkung ist allerdings noch keine eingetroffen. was meint ihr? wie gross ist die chance, dass noch eine wirkung einsetzt? verliere nach wie vor sehr viele haare und status wird immer schlechter... wann muss man sich eingestehen, dass fin nicht wirkt? (wobei ich nicht verstehen kann, wie nws existieren können, aber keine wirkung...)

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [masqe](#) on Fri, 01 Jul 2011 15:55:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mindestens 1 Jahr - 2 Jahre. Jeden Monat Fotos machen und vergleichen. Verschlechterungen sind manchmal nur Einbildung, Kopf hoch, weitermachen.

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [countz](#) on Tue, 13 Nov 2012 07:00:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

vor zweieinhalb jahren bemerkte ich das erste mal meinen haarausfall. ich habe stunden damit verbracht in internetforen nachzulesen und eine lösung auf mein problem zu finden (das kennen wohl einige von euch auch), doch das muster war meistens gleich. jemand schreibt in einem forum sein problem, doch fast niemand schreibt später, wie er sein problem gelöst (oder 'gelöst' hat). ich möchte mir die zeit nehmen und hier mein verlauf während den letzten zwei jahren notieren, vielleicht hilft es dem einen oder dem anderen.

als ich vor zweieinhalb jahren meinen haarausfall bemerkte, brach für mich eine welt zusammen. ich war immer sehr stolz auf mein aussehen und dementsprechend ein bisschen eingebildet. plötzlich wurde mir klar, dass ich durch den haarausfall meine atraktivität verlieren könnte. ich forschte nach und nach und hoffte, wie jeder hier, dass es sich nicht um erblich bedingten haarausfall handelt. natürlich hat mein arzt mir gleich gesagt, dass er erblich bedingt ist, doch ich hoffte ihn meinem gewichtsverlust von etwa 8 kilogramm oder der einnahme von isotretinoin zuschieben zu können. hoffnung gab mir immer wieder, dass in meiner familie nicht eine person mit glatze vorkommt. dementsprechend ging ich davon aus, dass er nicht erblich ist. monate lang verbrachte ich meine zeit damit auf diesem forum und allgemein im internet nach lösungen zu suchen. hoffte nach jedem beitrag in diesem forum, dass man bald ein wundermittel finden würde und wurde immer wieder enttäuscht, wenn ich merke musste, dass nichts auf die

schnelle auftauchen wird. mein studium habe ich völlig vernachlässigt. einige fächer habe ich geschmissen, gelernt habe ich nichts und am schluss habe ich meine prüfungen haarscharf und mit viel ach und krach bestanden. allerdings war mir das vollkommen egal. es gab nichts aderes mehr in meinem leben wie mein haarausfall. nach zwei monaten auf dem sofa sitzen und das wort haarausfall in google einzugeben sagte mir meine mutter unter tränen, dass ich unbedingt etwas ändern müsse. ich sei so ein fröhlicher mensch gewesen und jetzt... ich würde nie lächeln oder irgendwelche fröhlichkeit versprühen. (das galt natürlich nur zu hause, weil auswärts relativ schnell eine maske aufgesetzt werden kann und je nach typ gibt es nicht viele leute, die hinter die maske sehen können. bei mir gab es vielleicht etwa 4 personen die das konnten. mein bester freund konnte das nicht). auf die bitte meiner mutter habe ich geantwortet: 'ich kann nichts dafür, ich bin nicht mehr glücklich, der haarausfall zerstört mein leben'. zu diesem zeitpunkt hatte ich ne freundin, sie war das einzige, was meinem leben noch irgendwie freude gab. andererseits war sie wunderhübsch (ist sie auch heute noch), voll meine traumfrau (äusserlich) und so hatte ich immer angst, dass ich mit meinem haarausfall ihr nicht mehr genüge und sie mich verlassen wird.

nach diesen zwei monaten besuchte ich einen spezialarzt im unispital zürich, in der hoffnung von ihm eine lösung präsentiert zu bekommen. natürlich hatte er nicht nur keine lösung bereit, sondern hatte zusätzlich noch weniger ahnung, was haarausfall betrifft, wie ich selber. so ging ich enttäuscht nach hause und fing an diesem tag mit meiner fintherapie an. relativ schnell musste ich merken, dass ich 1 mg nicht ertrage, weil es einen augendruck auslöste und ich mich manchmal wie ein bisschen benebelt anfühlte. diese tatsache und berichte wie solche über sunken eyes führten dazu, dass ich ständig im hinterkopf hatte, dass das medikament mir mehr schaden als helfen könnte. trotzdem machte ich weiter, habe lediglich die dosis mit hilfe von vodka verkleinert. nach einigem tüfteln hat sich 0.5 mg als optimal erwiesen, um die nebenwirkungen klein zu halten. leider blieb aber der erfolg aus und auch meine glücklichkeit kehrte nicht zurück. jeden tag schaute ich tausend mal in den spiegel, hoffte, dass die wirkung endlich einsetze, wuschelte meine haare durch, schätzte die ausgefallenen haare und hätte täglich weinen können (aber das macht man ja als mann nicht...). von zeit zu zeit besuchte ich meinen hausarzt, der war freundlich, interessiert an meinem vorgehen ('spielen' mit der dosierung) und absolut direkt, was seine meinung anging. seine art war super, weil er mir nie falsche hoffnungen machte, mein problem ernst nahm und mich respektvoll behandelte. doch auch nach einem jahr setzte keine wirkung ein und meine lebensqualität blieb im keller.

im letzten märz trennten meine freundin und ich uns. mein haarausfall hatte ich in der zwischenzeit seit 1 3/4 jahren. lange war für mich klar, dass es sich um erblichbedingten handelt (auch wenn ich nach wie vor nicht weiss woher... und es nicht sehr logisch wirkt) und da die finwirkung immer noch nicht einsetzte, entschied ich mich aufzugeben und zu akzeptieren, dass ich eine glatze bekommen werde. zu diesem zeitpunkt wusste das noch so gut wie niemand von meinen kollegen. das lag allerdings weniger dran das mein haarausfall nicht so stark gewesen sei, sondern mehr, dass ich täglich zeit und gel investierte und vorallem einen guten coiffure hatte.

einen monat nachdem ich und meine freundin uns trennten sass ich am abend in meinem zimmer, es war mitternacht und ich sagte zu mir: 'hey junge es reicht! seit zwei jahren lässt du dir von diesem scheiss dein leben zerstören, bist unglücklich und du verpennst dein leben, weil du entweder auf internetseiten nach einer wunderlösung suchst, oder da hockst und dich selbst bemitleidest.' an dem abend habe ich mir gesagt, heute ändert sich das, ich will wieder leben. ich habe mich entschieden mit dem versteckspiel aufzuhören, schnappte mir den rasierer

und habe mir das erste mal im leben meine haare abrasiert. (zwischen dem rasierer in die hand nehmen un dem ersten schnitt verstrich allerdings eine stunde des überwindens).

seit dem tag hat sich mein leben um 180 grad gewendet. das nicht, weil mir der rasierte kopf super stünde, sondern weil ich mir an diesem tag sagte, dass ich ab sofort meinen stolz und meine selbstverliebtheit verringere. ich begann ab diesem tag wieder zu leben und glücklich zu sein, weil ich nicht mehr stündlich im spiegel meine frisur überprüfte, täglich die ausgefallenen haare zählte und bei jeder person im hinterkopf den gedanken hatte, bemerkt sie wohl meinen haarausfall. ich aktzeptierte meinen haarausfall und sagte, ab jetzt scheiss ich drauf. es gefällt mir zwar nicht und ich hätte es lieber anders, aber ich hab probiert dagegen zu kämpfen, erfolglos und jetzt will ich wieder leben. die wahrheit machte mich frei. das ist jetzt etwa ein halbes jahr her und ich rasiere mir wöchentlich oder zweiwöchentlich die haare. seit einem halben jahr bin ich wieder glücklich, lebe mein leben und genieße es! zwei jahre meines lebens habe ich mit dieser albernen sache (ich weiss dass sie eben genau nicht albern ist!) 'verschwendet'.

vieleicht bist du gerade in der gleichen situation, wie ich damals. dann möchte ich dir einen rat geben: wälze dich in selbstmitleid und wirf der welt vor, dass sie ungerecht und scheisse ist, aber mach es nicht zwei jahre lang und schon gar nicht länger! dein leben zur sau macht nämlich nicht dein haarausfall, sondern deine einstellung dazu (oder allgemein: nicht das aussehen zerstört dein leben, sondern deine einstellung dazu). die lösung für das problem sieht bei jedem anders aus, nicht jeder muss sich gleich den kopf rasieren, aber die lösung muss im kopf stattfinden, und das lieber heute als morgen.

so beende ich meine geschichte, danke allen, die mir rat gegeben haben (besonders was das thema finasterid betrifft) und mich viel über haarausfall gelehrt haben. ich wünsche jedem, der im gleichen boot sitzt, dass er seine lösung findet.

countz

zwei ps möchte ich anfügen:

1. wer sich sagt, dass er mit haarausfall nie eine hübsche frau finden wird, dem sage ich eins: solltest du jemals eine hübsche frau finden, die dich trotz haarausfall nimmt, dann bist du sie nicht wert, weil du so bist, wie du willst, dass sie nicht sein sollte.
2. bei mir hats auch noch einen religiösen hintergedanken. wer sich für den interessiert, kann mir eine pn schicken. habe dazu einen podcast online und kann den link schicken.

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [frodo](#) on Tue, 13 Nov 2012 13:25:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sehr aufmunternder text countz !

mir gehts in etwa so wie dir...
bin jetzt gerade drauf und dran mir die haare zu rasieren))
danke für den text

Subject: Aw: meine geschichte mit meinen haaren
Posted by [malcanum](#) on Wed, 14 Nov 2012 03:39:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke countz für Dein Posting.

Deine Gedankengänge und die Konsequenz die Du daraus für Dich gezogen hast, sind für mein Empfinden die wahre "cure" zum Thema HA. Sicherlich nicht leicht für Jedermann zu erreichen, leider.

Dein 1. PS ist für mich Kommunikationskunst in Perfektion. Solch einen komplexen Gedanken in einen Satz zu verbauen ist einfach nur genial.

Ich wünsche Dir alles Gute.
