Subject: Haarausfall mit 21 - was kann ich tun?
Posted by aMio on Tue, 05 Jul 2011 15:08:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Guten Tag liebe Community,
ich habe mich in diesem Forum angemeldet, da ich seit ca. einem halben Jahr unter ziemlich starkem Haarausfall leide. Anfangs dachte ich nur, dass meine Geheimratsecken etwas weiter nach oben wandern, mir wurde gesagt, dies sei vollkommen normal. Doch in den letzten Monaten wird mein Haar immer lichter, so dass ich große Angst habe, schon bald eine Glatze oder Halbglatze zu bekommen. Ich weiß, dass ich mich damit dann abfinden muss, doch vielleicht ist es für all Das noch nicht zu spät.

Ich bin 21 Jahre alt, wiege 72kg und bin 181cm groß. Seit ca. 3 Jahren betreibe ich 3x die Woche Kraftsport. Ich rauche nur sehr selten (ab und an auf Parties) und trinke gelegentlich Alkohol. Stress habe ich schon ab & an mal, doch nicht mehr, wie jeder andere Mensch.

Meine Großeltern und auch meine Eltern haben sehr volles Haar, die Thematik "Haarausfall" war in unserer Familie nie eine Problematik.

Ich habe bereits versucht, einen Termin beim Hautarzt zu bekommen (da ich langsam echt Angst um meine Haare habe), leider vergebens (war bei 3 Ärzten, frühster Termin Mitte Oktober 11). Allerdings wurde mir geraten, zu einem Allgemeinarzt zu gehen und meine Blutwerte untersuchen zu lassen (ua. die Schilddrüse). Die Befunde habe ich heute bekommen - alles in Ordnung. Allerdings hat auch mein Hausarzt den Haarausfall bemerkt, genauso wie meine Freunde und mein Frisör - Einbildung ist es nicht.

Ich habe für gewöhnlich sehr volles und vor allem dickes Haar gehabt, doch die Fülle verabschiedet sich immer mehr.
Mit Produkten wie Alpacin und Panthenolspray habe ich versucht, die Problematik zu unterbinden (seit ca. 1 Woche). Doch hätte ich so gern wieder das Haar, was ich noch vor einem Jahr auf meinem Kopf hatte.

Um die Problematik mal bildlich zu zeigen, habe ich ein Foto von meinem Kopf gemacht, ich hoffe es ist etwas zu erkennen.

Ich bin dankbar für jede Antwort und hoffe auf erfolgreiches Feedback.

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit & liebe Grüße.

PS: Für mich wirkt der Haarausfall gleichmäßig, auch wenn es auf dem Foto so wirkt, als wäre es nur einseitig, kann daran liegen, dass ich zuvor gelegen hatte

File Attachments

1) 20110704_012.jpg, downloaded 475 times

Subject: Aw: Haarausfall mit 21 - was kann ich tun?
Posted by hairadise.lost on Tue, 05 Jul 2011 20:44:21 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Willkommen im Forum!

Alpecin wird dir nicht helfen... Dasselbe gilt für andere Drogerieprodukte...

Wenn Minoxidil gut anschlägt, könntest du den Status von vor einem Jahr wiederbekommen. Man kann aber nicht genau vorhersagen, wie erfolgreich du damit sein wirst, das muss man testen. Bei Blutdruckproblemen darf man es nicht nehmen. Wenn man dagegen allergisch ist, kann es auch zu verstärkten Nebenwirkungen kommen, diese klingen nach dem Absetzen jedoch wieder ab. Bei Reizungen etwa 3 ml D-Panthenol reinmischen, z.B. das 75%ige von Spinnrad. Günstig sind z.B. Kirkland Minoxidil oder Spectral.UHP. Morgens tragen viele Rogaine Foam auf, da dieser kosmetisch besser ist (keine verklebten Haare). Daneben gibt es auch Minoxidilprodukte mit zusätzlichen Wirkstoffen, die sind jedoch meist deutlich teurer und nicht extrem viel wirksamer.

Dies wird jedoch nicht dauerhaft helfen, dazu braucht man noch einen DHT-Blocker. Die größten Erfolge kann man hierbei mit Finasterid (oral) erreichen. Generika bekommt man davon sehr günstig. Dabei wird jedoch in den Hormonhaushalt eingegriffen, informiere dich daher vor der Einnahme über die möglichen Nebenwirkungen!

Ansosnten gibt es noch topische DHT-Blocker. Ein schwacher (kaum/keine Nebenwirkungen) wäre Pantostin. Wirksamer wäre z.B. Super Zix II oder Finasterid topisch. Daneben gibt es auch noch Rezeptorenblocker wie Spiro.
Viele benutzen auch ein Shampoo mit Ketoconazol 2%, das ist schwach antiandrogen, z.B. Hexal Ket Schuppenshampoo.