
Subject: SD- Unterfunktion Haarausfall

Posted by [lotte444](#) on Wed, 07 Dec 2011 16:11:30 GMT

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

Hallo,

ich (31,w) leide seit etwa 10 Jahren Haarausfall (mal mehr, mal weniger). Nachdem ich mich lange von diversen Hautärzten vertrösten ließ (HA ist leider nicht „wichtig“ genug, um ernst genommen zu werden), habe ich es jetzt endlich wieder angepackt. Ich war bei einer Endokrinologin, die eine leichte Schilddrüsenunterfunktion festgestellt hat (kein Übergewicht). Dazu auch ein erhöhter Testosteronspiegel (Pille Aida nach 14 Jahren seit etwa 2 Monaten abgesetzt). Mir wurde jetzt L-Thyroxin 50 verschrieben und außerdem wurde mir geraten wieder eine antiandrogene Pille zu nehmen. Das will ich aber aus zwei Gründen nicht: 1. Es besteht ein Kinderwunsch, 2. Die antiandrogene Wirkung der Pille hat meinen Haarausfall in den letzten 10 Jahren auch nicht gebessert. Ich schreibe euch jetzt mal meine Werte, damit ihr euch ein besseres Bild machen könnt und stelle dann ein paar Fragen...hoffentlich kann mir jemand weiterhelfen:

TSH basal: 4.9 (Ref.: 0.4-2.5 mU/l)

fT3: 2.71 (Ref.: 1,7-3.7 ng/l)

fT4: 12.7 (Ref.: 7-14.8 ng/l)

Ferritin: 42 (Ref.: 10-120)

Transferritin 296 (Ref.: 200-360 mg/dl)

Transferritin-Sättigung: 28% (Ref.: 16-45)

Testosteron: 0.82 (Ref.: 0.15-0.7)

Androstendion (RIA) 3.99 (Ref.: 0.21-3.08)

MAK: < 30 U/ml

TAK: < 10 U/ml

Zusätzliche Infos zur Schilddrüse: 4 ml rechts und 2.4 ml links ohne Knoten bei nur geringer Echoverminderung

Fragen:

- Ist die Behandlung mit L-Thyroxin 50 richtig? Wie finde ich heraus, ob ich richtig eingestellt bin?
- Wie finde ich heraus, ob der der Haarausfall von der SD-Unterfunktion, oder vom erhöhten Testosteronspiegel kommt?
- Gibt es noch andere Wege den Testosteronspiegel zu senken als die Pille?
- Was verraten mir die fT3 und fT4 Werte?

Gibt es Leute, die ähnliche Erfahrungen haben, bzw. medizinisch versiert sind und mir weiterhelfen könnten? Ich würde mich sehr freuen, da ich noch keinen Arzt gefunden habe, der mein Problem ernst nimmt und mein Selbstbewusstsein mit jedem Haar mehr schwindet..!

Vielen Dank im Voraus!!!!!!

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [kkoo](#) on Wed, 07 Dec 2011 20:37:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du musst eben erstmal die UF in Griff bekommen... gegen das Testo solltest du bei Kinderwunsch erstmal nichts tun. Dann muss man sehen. Eine Nebenwirkung von Sd-UF ist diffuser HA. Ist Dein HA diffus? Ggf. Bilder posten, dann kann man es bewerten. Des weiteren: es gibt auch ein Frauenforum hier, wo näher auf solch situationen eingegangen wird:

<http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/f/1/>

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [greenlife](#) on Thu, 08 Dec 2011 09:30:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also HA ist holistisch zu sehen, also ganzheitlich. Ernährung und Psyche sowie Umweltfaktoren spielen eine Rolle.

Du musst grundsatzlich der Sache auf den Grund gehen.

Wenn Du keine frischen Enzyme, sprich genuegnd Rohkost zu Dir nimmst, und nicht genug Obst ist, dann kann keine NEM etwas ausrichten. Von L-Tyroxin kannst Du auch ganz schön kribbelig werden. Musst Du beobachten. Besser ist es mit bestimmten NEM die Produktion der Sd anregen, da wird dann nur so viel angeregt wie gebraucht wird.

Ich habe super Erfolge mit ganz banalem Gurkensaft gemacht. 2-3 x täglich frisch gepressten Gurkensaft trinken. Kannst Du auch mischen mit Möhre oder Apfel und super ist er mit frischem Knoblauch, dann hast Du auch keine Erkältung mehr, jedenfalls nicht so leicht.

Dann gibt es ein neues Mittel von MacDok, das probiert mein Mann gerade aus. Kann man googeln, habe die webseite gerade nicht parat.

Der Erfinder musste 4 Jahre mit seinem Hab und Gut gegen L'Oreal klagen, weil sein Zeug anscheinend wie Zunder wirken soll, und L'oreal das für sich in Anspruch nehmen wollte..

Ich berichte wenn ich Ergebnisse sehe.

Also Silicea D12 als heisse Sieben 1x täglich hilft auch gut.

Aber immer alles nur unterstützend zu einer super Rohkosternaehrung mit wirklich viel (0,5- 1 liter) Gurkensaft am Tag.

Nicht auf Matratzen mit Federkern schlafen, Passiflora Kapseln gegen Nervosität nehmen, wenig Kaffee trinken, keinen Zucker, kein Weissmehl um nur die schlimmsten Uebeltaeter zu nennen.

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [lotte444](#) on Fri, 09 Dec 2011 12:58:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für die Antworten! Ich werd meinen SD Wert im Blick behalten und ich ich ernähre mich auch relativ bewusst! Leider ist es in meiner Stadt so, dass ich mich mit Ärzten nicht sooo gute Erfahrungen gemacht habe. Ich musste fast schon betteln (Endokrinologe), um eine Blutanalyse zu bekommen...und erst genommen wurde ich sovieso irgendwie nirgens. Haarausfallpatienten

bringen wohl nicht genug Geld..dabei ist es für die Betroffenen echt schlimm..zumindest für Frauen! Und der Hausarzt hätte mir eigentl. gar nicht L-Thyroxin verschrieben, wenn es nicht die Empfehlung der Endokrinologin gewesen wäre. Ich müsste einen Arzt finden, der auf dem Gebiet der SD kompetent ist und bei dem ich mich gut aufgehoben fühle...das wird wahrscheinlich ne lange Suche. Hat jemand eine dauerhafte Besserung des Haarausfalls erfahren, nachdem seine Schilddrüse richtig eingestellt war? Ich mach mir zudem Sorgen, dass meine Haarwurzeln (aufgrund des erhöhten Testosterinspiegels) empfindlich auf das Dihydrotestosteron reagieren...dann ist man doch aufgeschmissen, oder? Hilft dann wirklich nur noch die Pille? Die will ich nämlich nie wieder nehmen...

MfG, Lotte

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [mike](#). on Fri, 09 Dec 2011 13:05:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

greenlife schrieb am Thu, 08 December 2011 10:30.....Du auch ganz schön kribbelig werden. Musst Du beobachten.

Kann das das Kopfhautkribbeln erklären !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

und das kribbeln an Beinen und Armen

Ich möchte wissen, wie viele von uns hier ein SD-Problem haben und fälschlicherweise sich NUR auf die DHT unterdrückung kümmern

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [greenlife](#) on Sat, 10 Dec 2011 05:08:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

natürlich ist eine USD sehr unangenehm mit vielen einhergehenden "Zipperlein" bis zum Haarausfall. Die Ursachen werden Euch die Aerzte katalogmäßig runterbeten und Ihr seid danach auch nicht schlauer. Bei Frauen ist von Hormonstörungen über Umwelteinflüsse und Psychischen Problemen alles als Ursache möglich.
Man muss einfach versuchen den Körper wieder in seine Balance zu bringen, hört sich einfach an, ist aber wirklich ein grosses Stück Arbeit.
Das beste ist wenn man sich einmal ein paar Bücher kauft und sich selber schlau macht. Das habe ich vor 11 Jahren gemacht. Ich habe seinerzeit damit meinen Brustkrebs verabschiedet, ohne Chemo, ohne Bestrahlung, ohne auch nur eine einzige Chemiepille zu schlucken. Die Aerzte haben mich damals für verrückt erklärt und mir zum Abschied gesagt : das werden Sie noch bitter bereuen, Sie sind in falscher Beeinflussung!
Naja, mir ging es damals nach dieser Entscheidung so gut wie nie zuvor in meinem Leben. Habe

die Ernährung auf Rohkost umgestellt ,habe spezielle NEM's genommen, spezielle alternative Therapien gemacht, unzählige Bücher gelesen und das Internet für mich entdeckt.

Ich will nur sagen : mir hat noch nie ein Arzt geholfen wenn es schwierig wurde. Man muss lernen seine Krankheiten selber in den Griff zu bekommen. Und das ist unbequem, deshalb schaffen es nur sehr wenige.

Ernaehunrunsumstellung : daran scheitern die meisten.

Bewegung : den inneren Schweinehund überwinden

Psyche : wem soll man sich anvertrauen? Wer ist kompetent? Bin ich psychisch belastet? Wie kann man das selber objektiv beurteilen?

NEM: was soll ich nehmen, welcher Therapeut kennt sich aus, wo bekomme ich die wirklich wirksamen Mittel her mit hoher Bioverfügbarkeit und wie nehme ich sie ein in welcher Dosierung und Kombination?

Also, das sind die Themen wenn man wirklich eine Krankheit hat, die von Ärzten nicht wirklich gut behandelt werden kann, und die Resultate einfach unbefriedigend sind, wenn nicht sogar eine Verschlimmerung des Krankheitsbildes entsteht.

Es gibt sehr wenige wirklich gute alternative Aerzte, ich habe einige Hundert kennengelernt und muss sagen, auch in dieser Berufsgruppe tummeln sich unendlich viele die sich und ihr Können selbstueberschaetzen. Sehr sehr wenige sind wirklich ganzheitlich ausgebildet und haben die nötigen Berufserfahrungen und Ethik den Patienten nachhaltig zu helfen. Sehr oft wird der Aspekt Ernährung völlig aus den Behandlungen herausgelassen, da die Patienten sonst weg bleiben. Das ist die häufigste Begründung die ich gesagt bekomme, wenn ich mal wieder eine Therapie kritisiere.

Ausserdem kenne ich kaum Aerzte/Therapeuten die sich mit NEM auskennen, da sie in der wirklich wirksamen Form in Deutschland nicht zugänglich sind, also verboten zu verkaufen. Man muss sie sich umständlich über Holland und England besorgen. Was aber sehr gut geht, wenn man sich selber schlau gemacht hat.

Kurz um, meine Empfehlung: gute Bücher lesen und die Sache mit dem Haarausfall selber in die Hand nehmen.

Das Mittel heisst übrigens MY DOK und kann online bestellt werden.

Hatte ich versehentlich falsch geschrieben in meinem vorigen Beitrag.

Das Mittel das bei mir auch sehr gut geholfen hat ist GenF20, auch über online zu beziehen.

Hilft so, dass sich die SD selbst reguliert.

Die Inhaltsstoffe sind gut auf einander abgestimmt.

Bitte auch eine Dünndarm Dysbiose prüfen lassen, dann kann man nämlich die guten Vitamine und Mineralien aus der Nahrung nicht mehr ausreichend aufnehmen, dann nützen NEM auch nicht mehr viel. Da muss man dann das Problem beheben und NEM sublingual nehmen oder intravenös. Dann auf KEINEM FALL Weissmehlprodukte mehr essen und auf Gluten ganz verzichten.

Ich bin keine Ärztin, nur eine informierte Patientin. Vor 11 Jahren wusste ich nichts darüber, aber ich hatte einen starken Lebenswillen und bin von Natur aus neugierig und eigensinnig. Das hat mir das Leben gerettet, da ich Krebs hatte.

Eine SDU kann man wesentlich einfacher in den Griff bekommen, aber alles fängt unten an. Das heisst den Körper in die Balance bringen, siehe oben.

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [mike](#) on Sat, 10 Dec 2011 09:58:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@greenlife...

endlich mal jmd. der nicht nur an DHT-senkung denkt

Meine DHT Senkung kostet mich wahrscheinlich meine Front

Ich werde jetzt recherchieren welche NEMs für mich und meine allgemeine Gesundheit entscheiden sind...und für Haargesundheit beitragen,... dann kann die Front vllt wieder so werden wie dJ wenn die Chemie stimmt

http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/20005/216404/#msg_216404

Ein Arzt versteht nichts, von der richtigen chemie/Hormonkonfiguration...

Frauen sind da auch viel cleverer als wir... die wissen, einen minimale Abweichung der Hormone (Zyklus..Menopause..oder sionst was) kann das Wohlbefinden stören, schweißausbrüche, HA.....

wir Männer nehmen das so hin und unterdrücken zT sogar blind eines unserer wichtigsten männliches Hormon das DHT

irgendwie pervers

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [greenlife](#) on Mon, 12 Dec 2011 04:00:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mike, noch mal zum Kribbeln : hört sich ganz danach an, dass Du nicht richtig eingestellt bist, sprich zuviel LTyroxin nimmst oder andere Mittel die die SD Produktion pushen. Versuche weniger zu nehmen und stell Dich selber ein.

Merke Dir einfach , alles was Unwohlsein hervorruft durch Medikamente ist eine Gegenreaktion des Körpers. Der will Dir sagen dass er das nicht mag. Also höre in Deinen Körper rein und versuche alles irgendwie natürlich in den Griff zu bekommen. Ein chemischer Eingriff durch Medikamente hat IMMER irgendwelche Nebenwirkungen, auf Dauer immer desastroes. Versuche es mit SD pushenden NEM und siehe meinen vorigen Beitrag.

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [greenlife](#) on Mon, 12 Dec 2011 04:18:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

versuche mal YAMS WURZEL zu nehmen, das erhöht den normalen Oestrogenspiegel und soll auch ein natürliches Verhütungsmittel sein. Bitte google mal naturepower.ch, das ist ein online Versand von NEM und die erklären sehr gut wie das alles wirkt. Alles natürlich, ohne Nebenwirkungen ausser den beschriebenen Wirkungen.
Dann check doch mal MY DOK Praeparate, wie ich schon in meinen vorigen Beiträgen gesagt habe . Ausserdem BIOTIN 5mg nehmen.
Dann gibt's noch FOTI bei FAIRVITAL, ein anderer online Versand der auch super Produkte hat.

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [mike.](#) on Mon, 12 Dec 2011 09:44:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

greenlife schrieb am Mon, 12 December 2011 05:18.....versuche mal YAMS WURZEL zu nehmen, und das erhöht den normalen Oestrogenspiegel soll auch ein natürliches Verhütungsmittel sein.

nur ich muss nicht verhüten. Ich bin ein Mann

.... gerade Estradiol MUSS GESENKT WERDEN ... Je höher die Estrogene desto aggressiver die Androgene

Yams hatte ich eine Zeit lang sehr hoch dosiert konsumiert ... könnte für meinen massiven jetzigen HA verantwortlich sein... ?!

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [Rosso](#) on Mon, 12 Dec 2011 20:12:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sat, 10 December 2011 10:58
wir Männer nehmen das so hin und unterdrücken zT sogar blind eines unserer wichtigsten männliches Hormon das DHT

irgendwie pervers

Kann man nur zustimmen...nachdem ich auch jahrelang mit Fin und sogar Spiro oral meine Androgene unterdrückt und dadurch eher noch mehr Haare lassen musste, bin ich nun auch wieder am Anfang und hab keine Ahnung, was ich tun soll. Mit systemischer Androgenunterdrückung hab ich jedenfalls noch nie Erfolg gehabt. Und damit ist jetzt auch Schluss.

Ach und bezüglich Schilddrüse und Ernährung:
<http://www.optimalegesundheit.de/viewtopic.php?f=3&t=4>

Sollte man sich mal angucken.

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [mike](#) on Mon, 12 Dec 2011 22:07:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Rosso

Weil meist die systemische Androgenunterdrückung inkl. AR-Blocker Spiro ... zum einen vermehrt die Aromatase anregt und E2 Spielraum gibt und zum anderen fehlt bei manchen DHT (36% Gewebsred. bei manchen übers Ziel hinausgeschossen)... es kommt zu Estradiolüberschuss.. auch occipital.
viele aromatisieren vorne .. deshalb Lichtung frontal mit/trotz Fin.
manche am Nacken

Interessante Beobachtung... über substituiertes Estradiol bei Sexualstraftätern .. schon etwas älter ..
http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/20005/216041/#msg_216041

Danke für den Link zur SD
sehr interessant...

So ähnlich hatte es Parker auch mal beschrieben.

LG
Mike

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [greenlife](#) on Tue, 13 Dec 2011 05:21:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Mike, also fuer Maenner ist YAMS wohl eher nicht geeignet.....sollten nur Frauen mit HA nehmen.
Es soll ja bei Männern auch erblich bedingten Haarausfall geben, siehe Prinz William und Prinz Charles z.B.
Da soll das MY DOK Präparat ansetzen und sehr gute Resultate haben. Kann das nur empfehlen mal zu probieren und Ergebnisse dann uns allen mitteilen.
Aber bitte den Gurkensaft trinken nicht vergessen.....

Subject: Aw: SD- Unterfunktion Haarausfall
Posted by [greenlife](#) on Tue, 13 Dec 2011 05:24:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Mike, also fuer Maenner ist YAMS wohl eher nicht geeignet.....sollten nur Frauen mit HA nehmen.
Es soll ja bei Männern auch erblich bedingten Haarausfall geben, siehe Prinz William und Prinz Charles z.B.
Da soll das MY DOK Praeparat ansetzen und sehr gute Resultate haben. Kann das nur empfehlen mal zu probieren und Ergebnisse dann uns allen mitteilen.
Aber bitte den Gurkensaft trinken nicht vergessen.....

Hatte uebrigens übersehen dass Du männlich bist, sorry bin neu im Forum muss mich erst an Euch gewöhnen
