
Subject: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [Basti123](#) on Mon, 12 Dec 2011 20:09:39 GMT

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

Hallo liebe Freunde,

ich hoffe ihr könnt mir helfen. Ich (27) leide seit einigen Jahren unter Haarausfall.. Ich nehme schon schon seit 2 Jahren Fin und seit 1 Jahr Minox, nichts hilft wirklich. Zwar hat Minox, meinen Haarausfall glaub ein bisschen verzögert aber das komische ist, das ich glaub an diffusem Haarausfall leide. An den Seiten und auch ganz hinten am Kopf dünnen die Haare aus, vom Oberkopf will ich gar nicht sprechen.

Hab jetzt mein 5 Blutbild machen lassen und mein Arzt hat mir gesagt das ich einen Vitamin D Mangel hätte. Nehme jetzt auch was dagegen, aber zu meiner Frage, kann das sein das ich als Mann Haarausfall habe wegen Vitamin D Mangel, im Internet finde ich nur Haarausfall durch Vit. D Mangel an Frauen Informationen.

Vielen Dank für eure Hilfe, Basti

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [mike.](#) on Mon, 12 Dec 2011 21:01:06 GMT

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

Ich persönlich denke das es schon sein kann...

Vit. D wird im Fj/Sommer vermehrt in der Haut produziert und ... der Wuchs ist bei vielen gerade zu dieser Zeit sehr gut beobachte ich bei mir...Herbst - Winter eher HA und dünnes Haar...

hatte mit meiner Ärztin schon Gespräche über die Wichtigkeit des Vitamins...

wenn die Chemie im Körper stimmt, hast du mit Minox als Responser gute Chancen...

ich überlege es selber zu substituieren....

welche Dosis hast du tgl ?

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [Basti123](#) on Mon, 12 Dec 2011 21:04:50 GMT

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

Hei Mike, danke für deine Antwort.

Mein Problem ist das ich, egal ob Winter oder Sommer, immer Haarausfall hatte. Früher sehr

dickes und eigentlich zuviel Haare, jetzt auf dem ganzen Kopf dünnes Haar und lichte Stellen, aber nicht wirklich eine grosse kahle Stelle..

ich habe Calcimagon - D3 Forte (2000 mg/800 I.E) verschrieben bekommen.. sind kautabletten.

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [mike](#) on Mon, 12 Dec 2011 21:18:13 GMT

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

Basti123 schrieb am Mon, 12 December 2011 22:04: Hei Mike, danke für deine Antwort.

Mein Problem ist das ich, egal ob Winter oder Sommer, immer Haarausfall hatte. Früher sehr dickes und eigentlich zuviel Haare, jetzt auf dem ganzen Kopf dünnes Haar und lichte Stellen, aber nicht wirklich eine grosse kahle Stelle..

ich habe Calcimagon - D3 Forte (2000 mg/800 I.E) verschrieben bekommen.. sind kautabletten.

Danke

je 2000 mg morgens und abends?

... hatte früher auch "zuviel" Haare... kam mit dem Kamm nicht durch
jetzt jahreszeitliche Schwankungen ... Sommer normal ... Winter lichte
tendenz ... immer lichter werdender

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [Basti123](#) on Mon, 12 Dec 2011 21:26:16 GMT

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

Ich nehme sogar 3 mal täglich.

Aber der Haarausfall ist sehr aggressiv, jede Woche wird es schlimmer und am meisten mache mir der Haarausfall am Kopf zu schaffen

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [mike](#) on Mon, 12 Dec 2011 21:37:42 GMT

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

Basti123 schrieb am Mon, 12 December 2011 22:26: Ich nehme sogar 3 mal täglich.

Aber der Haarausfall ist sehr aggressiv, jede Woche wird es schlimmer und am meisten mache mir

der Haarausfall am Kranz zu schaffen

Kranz

komisch

bei mir auch permanent ... ich hatte anf. dJ sehr viele Haare im Nacken... verdeckte mein Muttermal jetzt ist hinten alles Haarfrei bis auf ein paar Flusen.. Muttermal steht frei.

Ich habe meine Bilder verglichen .. Nacken 2005. Nacken 2011

Die Nackenhaarlinie ist bei mir ein wenig nach oben gewandert.

Interessanterweise beobachte ich in der Stadt bei mir viele NW7-Männer ... die haben hinten einen hohen Haaransatz ,, teils miniturisierte Haare im Kranz ..

unser HaarTransplantations - Doc Moses über Kranz...

"....Menschen, die noch Haare haben und an difussem Haarausfall leiden, sowie die .
Haartransplantations-Kandidaten die ich ablehne, wo am Haarkranz die Haare miniaturisiert sind..."

<http://mosesmedicaltv.blogspot.com/2009/08/prp-fur-haarausfall.html>

irgendwie schadet die 5-a-r-1 auch zum teil... die ja mehr occipital (Kranz) vertreten ist.. vllt. im Gemisch 5-a-r-1 + cyp19a1 occipital ... da bei manchen hinten mehr aromatisiert. Bei manchen aromatisiert auch die front verstärkt...
Es gab eine Arbeit darüber.

Nimm die vitamine ... vllt ist das dein Trigger. Derweg muss.

Ich werde es auch ansetzen...

Berichte, mach regelmäßig Fotos von deinem Haarstatus ...
Dann kannst Du alles objektiv und genau beurteilen

Viel Erfolg

LG
Mike

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [Basti123](#) on Mon, 12 Dec 2011 21:43:02 GMT

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

Ja ich hoffe mal das bei mir das Vitamin D den Umschwung bringt (glaub zwar nicht dran).. Danke schonmal für die Hilfe, es schlägt total auf die Psyche..

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [mike.](#) on Mon, 12 Dec 2011 21:50:47 GMT

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

Basti123 schrieb am Mon, 12 December 2011 22:43Ja ich hoffe mal das bei mir das Vitamin D den Umschwung bringt (glaub zwar nicht dran).. Danke schonmal für die Hilfe, es schlägt total auf die Psyche..

bei mir auch.

bist nicht allein

Manche hier im Forum mit Verstand und Glück schafften es

LG Mike

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [Gast](#) on Wed, 14 Dec 2011 00:46:24 GMT

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

Hi,

naja, 800 i.e. ist nicht besonders hoch dosiert, wenn man bedenkt, dass man einen Tagesbedarf von ca. 5000 i.e. hat. Und man geht ja nicht jeden Mittag eine halbe Stunde nackt in die Sonne Über die normale Ernährung lässt sich praktisch kein D3 zuführen, es sei denn, man isst Unmengen Lachs.

Ich persönlich nehme schon seit ca. 2 Jahren 40.000 i.e. pro Woche, auf den Haarausfall hat das aber IMHO keinen nennenswerten Einfluss.Bisher keine Nebenwirkungen.

Gruß

Andy

Subject: Aw: Haarausfall durch Vitamin D Mangel beim Mann?

Posted by [Foxi](#) on Tue, 20 Dec 2011 10:34:04 GMT

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

hab jetzt schon mehrfach Berichte gelesen, die Fin nehmen und

Vitamin D Mangel haben

Vitamin D Mangel ist auch bei einer Autoimmunkrankheit beteiligt!

Foxi
