

---

Subject: Wie kann ich meinen kahlen Kopf nachts bedecken- was hält wirklich?

Posted by [paula](#) on Tue, 21 Feb 2012 10:12:11 GMT

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

---

Hallo an alle Leidensgenossinnen!

Ich brauch euren Rat/ Tipp. Ich bin seit 1 Jahr verheiratet und der Haarausfall begann ganz plötzlich im Dezember 2011. Ich verlor innerhalb von 4 Wochen alle meine schönen langen Haare. Seit nunmehr 3 Monaten schlafen mein Mann und ich getrennt, weil ich nichts finden kann womit ich meinen- mittlerweile kahlen- Kopf nachts bedecken(verstecken) kann. Alles rutscht mir im Schlaf vom Kopf und ich wache morgens ohne Kopfbedeckung auf. Ich weiß daß es mein eigenes Problem ist, daß ich absolut nicht will, daß mein Mann mich ohne eine Kopfbedeckung sieht. Entweder trage ich eine Perücke, oder ein Tuch und am Tag klappt das auch ganz gut, aber eben nachts nicht. Wenn mein Mann neben mir schläft, dann schlafe ich gar nicht oder sehr schlecht weil ich immer Angst habe, die Mütze oder das Tuch rutscht mir vom Kopf. Dann bin ich müde, unleidlich und unglücklich. Also schlafen wir getrennt- aber das tut unserer Beziehung nicht gut und ich habe auch permanent ein schlechtes Gewissen meinem Mann gegenüber, dem unsere Nähe nachts sehr fehlt und er leidet wirklich darunter. Über mangelndes Verständnis seinerseits kann ich nicht klagen. Im Gegenteil. Es ist mein Problem das ich damit habe und ich habe einen Riesenhorror vor unserem nächsten Urlaub- denn dann gibt es keine 2 Schlafzimmer. Was macht ihr denn nachts? Wie geht ihr mit so einer Situation um? Habt ihr einen Rat für mich?

Vielen Dank

Paula

---

---

Subject: Aw: Wie kann ich meinen kahlen Kopf nachts bedecken- was hält wirklich?

Posted by [malcanum](#) on Tue, 21 Feb 2012 10:48:27 GMT

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

---

Ganz ehrlich?

Bitte tue das eurer Ehe nicht an, und sei mutig und erzähle Deinem verständnisvollen Mann von Deinen Sorgen. Er wird es verstehen, und Dir fällt dann ein riesen Fels vom Herzen. Alles andere wird Dich auf lange Sicht wohl eher fertig machen. Wünsche Dir ganz viel Mut und Glück

...nur mal aus Interesse, was erzählst Du Deinem Mann warum Du getrennt schlafen willst?...

Ups, Du bist hier übrigens im verkehrten Forum...hier wolltest Du wohl eher hin

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

---

---

Subject: Aw: Wie kann ich meinen kahlen Kopf nachts bedecken- was hält wirklich?

Posted by [mike.](#) on Tue, 21 Feb 2012 12:15:42 GMT

---

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

---

Hallo Paula,

hast Du eine alopezia totalis?

Warst Du beim Arzt?

Ansonsten schlieÙe ich mich 100% Malcanum an.

Ehrlichkeit und Offenheit in einer glücklichen Beziehung sind das Wichtigste. Ich denke auch, dass er Verständnis hat und Dich unterstützen wird (ich würde es.)...

LG

Mike

---

---

Subject: Aw: Wie kann ich meinen kahlen Kopf nachts bedecken- was hält wirklich?

Posted by [backflash](#) on Tue, 21 Feb 2012 19:51:15 GMT

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

---

Gerade im privaten Bereich ist es wichtig sich nicht zu verstellen. Dein Mann ist doch verständnisvoll, so wie Du ihn beschreibst.

Also: in guten wie in schlechten Zeiten!

---