

---

Subject: Leide ich unter Haarausfall ?

Posted by [Winchester](#) on Sun, 05 Aug 2012 17:01:02 GMT

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

---

Hallo momentan habe ich echt Sorgen um meine Haare ich habe das Gefühl das sie mir immer mehr ausfallen und sie sich Geheimrats ecken bilden an dieser Stelle wollte ich euch mal dazu befragen (da der Hautarzt echt schlecht ist und sich nicht mal 5 Minuten Zeit genommen hat, und er nur erwidert hat du bist 16 jetzt bald 17 da können wir noch nichts machen, was auch zum Teil stimmt dennoch wäre ich ihm dankbar gewesen wenn er sich mal ein ausgefallenes Haar unter dem Mikroskop angeschaut hätte)

Infos die möglicherweise von Belangen sind: Ich bin 16, habe wirklich sehr dünnes Haar (Haare die ausfallen sind laut Internet Kolbenhaare, haben so ein weißen Knubbel am Ende. Mein Vater (schwarze Haare) hat Geheimrats ecken auch ziemlich ausgeprägt (er hat eine sehr starke Schilddrüsenunterfunktion und muss Tabletten nehmen) < Mein Opa (80j) väterlicherseits hatte ebenfalls Geheimratsecken (ausgeprägt aber nicht so sehr wie mein Vater, Mein Opa mütterlicherseits: keine Geheimrats ecken so weit ich weiß von Bildern her. Dennoch hatte mein Vater mindestens bis 25 volles Haar. Mein Bruder: echt gutes Haar voll und dicker

Meine Ernährung habe ich mittlerweile etwas umgestellt, und verzichte eigentlich komplett auf Softdrinks (Cola usw) stattdessen Wasser, des Weiteren esse ich jetzt relativ gut Obst was ich vorher selten getan habe. und gucke nach den Nährstoffen Kupfer, Eisen, Zink (Vitaminen B, A, C, H) halt auf die Dinge die Gut für das Haar sein sollen.

Fragen: ist es möglicherweise eine vorübergehende Phase bzw befinden sich meine Haare an den Seiten in der Telogenphase? (Anzeichen Haare gehen leicht raus ohne Schmerz und ich habe fast immer welche in den Fingern wenn ich leicht drann ziehe und es hängt ein Knubbel drann)

Seid etwa einen Monat habe ich angefangen meine Haare zu fotografieren um festzustellen ob es weniger wird die,

1: Fotos 23.04.2012

1:

2: Auf diesen Foto habe ich die hervorstehenden Haare abrasiert (der Gaaransatz ist jetzt grade meiner Meinung nach halt so wie es sein sollte) um es besser fest zu stellen

3: Haar von der Seite:

4:

---

23.04.2012: Haare sind Kürzer an den seiten 9mm

Vorne:

Seite:

[/QUOTE]

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Winchester](#) on Sun, 05 Aug 2012 17:01:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haare jetzt: 05.08.2012

Vorne:

Rechte seite.

Linke seite:

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Winchester](#) on Sun, 05 Aug 2012 17:49:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Desweiteren habe ich über einen längeren zeitraum Fitness Drinks getrunken 1,5 liter milch am tag "Weight Gainer" und ab und zu Creatin" könnten diese Drinks auswirkungen auf das haar haben ?

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Knorkell](#) on Sun, 05 Aug 2012 23:28:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nein können sie eigentlich nicht.  
Ich weiß auch nicht ob ich da jetzt Miniaturisierungen erkennen kann oder nicht. Warten wir mal auf die anderen und was die so sagen. Für mich sieht das alles ganz normal aus.

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Winchester](#) on Mon, 06 Aug 2012 15:04:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Korkell  
Erstmal Vielen Dank für deine äüßerung & Meinung

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 06 Aug 2012 15:17:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sieht so aus als ob du von Natur aus feinere Haare hast.  
Ansonsten sieht das für mich aus wie NW0.

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [krx](#) on Mon, 06 Aug 2012 16:15:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist kein Haarausfall. Kannst dich beruhigt zurücklehnen...

Gruß

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?

Posted by [Winchester](#) on Mon, 06 Aug 2012 18:48:25 GMT

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

---

An dieser stelle möchte ich mich bei euch 2 Bedanken es tut echt gut von außenstehenden dies zuhören. Den ich zerbreche mir schon über monate den Kopf darüber. Die Stunden/Tage die ich schon im Internet verbracht habe und gelesen und gelesen habe kann ich mittlerweile echt nicht mehr aufzählen.

Ich finde es ist zufrüh um mich zurück zulehnen ich bin ja erst 16 in den nächsten tagen 17. ich hoffe einfach das demnächst und dabei meine ich nicht immer diese Leeren versprechungen im Internet(Median) von irgendwelchen Konzernen "Das ihn der Durchburch gelungen ist und das ein zuverlässiges Mittel kurz vor der tür steht was sogar die Haare wieder sprießen lässt" den diese versprechungen sind schon vor Jahren versprochen wurden. Haarausfall sollte mehr beachtung finden den es ist psychisch sehr belassten und sollte nicht nur gelächter finden... und augenrollen doch das Problem ist das Geld alle sind einfach nur beseßen vom Geld und wollen die Erkrankten nicht sofort heilen wieso auch mit Kranken Menschen verdient man Geld und ein Leben lang diese Tabletten(Pillen) zuschlucken wo die Nebenwirkungen dermaßen von S\*\*\*\* sind. Ich das auch eine Konzern(Firmer) kann ohne Spenden geld einfach nicht weiter drann arbeiten. Aber könnte es nicht mal ein großer konzern in die Hand nehmen leider kommt dann dabei nicht viel raus... Es sollte mal einfach jemand viel Geld haben Verdammt viel geld haben mit guten absichten.

Tut mir leid das musste ich einfach mal los werden.

mfg

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?

Posted by [Winchester](#) on Tue, 02 Oct 2012 17:30:18 GMT

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

---

Hallo, es tut mir leid das ich mich hier schon wieder melde doch ich brauche noch einmal eueren Rat den hier wird man wenigstens verstanden und... könntet ihr noch mal die Heutigen bildern mit den Bilder zuvor (Die am Anfang) vergleichen meiner Meinung nach hat es sich zum negativen gewendet und deswegen brauche ich nochmal ein rat von einen außenstehenden steht. Ich wäre sehr Dankbar

02.10.2012:

Vorne:

Links:

Rechts:

Mfg Winchester

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Homers](#) on Tue, 02 Oct 2012 18:39:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich sehe hier nichts was auf haarausfall deutet. aber das kannst du wohl besser beurteilen. prophylaktisch würde ich in deinem alter sowieso nichts nehmen- zumindest nicht finasterid und/oder minoxidil.

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Yes No](#) on Tue, 02 Oct 2012 18:49:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

"Geheimratsecken" könnten es mal werden.  
Du solltest aber was gegen deine Pickel machen, die sind nämlich ein Hinweis darauf, dass irgendwas in deinem System nicht optimal läuft. Eine Ernährungsumstellung ist angebracht. Sachen wie Gluten/Getreide/Stärke allgemein, Milch, Zucker und raffinierte Fette sind nicht so gut für die Gesundheit..

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 02 Oct 2012 23:47:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

swipe schrieb am Tue, 02 October 2012 20:49"Geheimratsecken" könnten es mal werden.  
Du solltest aber was gegen deine Pickel machen, die sind nämlich ein Hinweis darauf, dass irgendwas in deinem System nicht optimal läuft. Eine Ernährungsumstellung ist angebracht. Sachen wie Gluten/Getreide/Stärke allgemein, Milch, Zucker und raffinierte Fette sind nicht so gut für die Gesundheit..

Unsinn gegen Pickel hilft kein essen.  
Ist außerdem absolut noch im Rahmen.

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Sunken](#) on Wed, 03 Oct 2012 06:44:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mach dir wirklich keine Sorgen. Wenn überhaupt etwas zu sehen ist, ist der Unterschied so minimal, dass er niemandem auffällt - selbst nicht den Leuten, die ihre Zeit hier im Forum verbringen und wie besessen auf Haaransätze starren.

Es ist übrigens ganz normal, dass sich der Haaransatz von Männern beim Auswachsen noch ein bisschen verändert. Mature Hairline nennt man das, hat mit Haarausfall aber nichts zu tun.

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Winchester](#) on Thu, 04 Oct 2012 16:09:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Erstmal vielen Dank für eure Kommentare und Meinungen könnte es sich hierbei um eine "Mature Hairline" handeln ? Ich möcht wirklich kein Geheimrats ecken bekommen das würde mich Zerstören :/ doch wer will das schon, ich würde echt so gut wie alles dafür tun doch leider sind die möglichkeiten mit sehr vielen Nebenwirkungen verbunden es ist einfach ein Teufelskreis..

mfg

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [nepomuk](#) on Wed, 10 Oct 2012 14:53:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Je mehr Sorgen du dir machst, desto schlechter für die Haare (Streß). Du hast perfekte Haare, NW0. Ja, irgendwann können sich kleine Ecken ausbilden, die erwachsene Haarlinie eben. Hier hilft nur der Satz: Dinge, die man nicht ändern kann, darüber hat es keinen Sinn zu jammern.

Was du sehr positiv gemacht hast ist eine Umstellung der Ernährung. Ja, Pickel (stärker: Akne) sind ebenso wie Haarausfall eine Autoimmunerkrankung (nein, es bekommt sie eben nicht jeder in der Pubertät) und werden maßgeblich von Einfachzucker ausgelöst. Weglassen von Weißmehl, Zucker (auch Honig, etc.) und weniger Trinken hilft hier sehr zuverlässig.

Wenn du das Gefühl hast, dir gehen mehr Haare aus als normal, dann finde ich eine Fotokontrolle in größeren Abständen (ein Foto alle paar Monate dürfte reichen, so schnell geht das nicht) sehr sinnvoll, aber auch ausreichend.

Mehr Gemüse, weniger Fleisch und mehr komplexe Kohlenhydrate (Vollgetreide) machen das ganze dan richtig rund .

---

---

Subject: Aw: Leide ich unter Haarausfall ?  
Posted by [Winchester](#) on Wed, 10 Oct 2012 16:27:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nepomuk: Vielen dank das du dir die Zeit genommen hast um mir deine Meinung zu schildern, und sogar noch weitere ernährung´s Tipps für mich übrig hattest ich werde versuchen mich jetzt wieder etwas zu entspannen und nicht mehr so streißig zu sein und mir Panik zu machen.

Mfg

---