

---

Subject: Haarausfall - Ursache gesucht

Posted by [Zottel123](#) on Tue, 21 May 2013 19:32:41 GMT

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

---

Hallo,

Vor ca. drei Wochen ist mir zum ersten Mal aufgefallen, dass mit zu viele Haare ausgehen, vor Allem in Anbetracht auf mein Alter. Ich bin 17 und habe braunes, mittellanges(17-20cm.) langes Haar, das Lockig und z.T. sogar kruselig ist. Ich wasche meine Haare alle 2-3 Tage, benutze ein Shampoo unbekannter Herkunft, das jedoch verspricht, das Haar zu befeuchten und die Kopfhaut sanft zu reinigen. Dazu benutze ich 2 Mal in der Woche eine Spülung von Rausch mit Zinkkraut-Extrakt. Ich habe keine Schuppen oder sonstige Unreinheiten auf meiner Kopfhaut und auch kein Spliss. Das waren mal die allgemeinen Infos in Bezug auf meine Haare. Vielleicht sind die Infos nützlich ^^

Wie schon gesagt, fiel mir vor ca. 3 Wochen auf, dass sich in der Bürste ziemlich viele Haare befinden( im Moment nach jedem durchkämmen so um die 20) und dass beim Durchfahren mit den Händen fast immer ein Haar oder sogar mehrere, meist bis zu drei Haaren in meinen Fingern hängen bleiben. Das macht mir schon recht Sorge, Besonders, weil die Haardichte sichtbar lichter wird. Es gibt zum Glück noch keine kahlen Stellen, aber im Bereich der Geheimratsecken wird die Kopfhaut immer sichtbarer. Auch ist bei den ausgefallenen Haaren immer noch die weisse Wurzel dran :/

Wenn ich mir mal so meine Vorfahren anschau, kann ich sagen, dass ich genetisch sehr vorbelastet bin Mein Vater, mein Onkel, mein Opa mütterlicherseits litten/leiden alle unter Haarausfall.

Zudem fällt mir noch ein, dass ich vor dem Haarausfall zweimal kurz hintereinander an Fieberkrankheiten litt, bei denen die Temperatur die 39°C Marke knackte. Vielleicht hat das auch damit etwas zutun...

Ich schaue jedes Mal voller Sorge in den Spiegel, und auch in entspannteren Momenten kriege ich immer ein ungutes Gefühl, wenn ich wieder mal ein Haar von mir finde. Zudem kommt noch akuter Schulstress, der schuldig, oder zumindest eine Komponente sein könnte. doch der Haarausfall selber bereitet mir am meisten Stress. Ein fieser Teufelskreis Ich möchte meine Haare behalten - Zumindest noch für ein paar Jahre!

Ich schreibe in diesem Forum mit der Hoffnung, dass mir jemand gute Ratschläge geben oder mich zumindest beruhigen kann. Mit chemischen Mitteln, die angeblich den Haarausfall stoppen sollen habe ich keinerlei Erfahrung.

Mit freundlichen Grüßen

P.S. Woran erkenne ich, ob ich dickes oder dünnes Haar habe?

---

---

Subject: Aw: Haarausfall - Ursache gesucht

Posted by [Gast](#) on Wed, 22 May 2013 01:12:12 GMT

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

---

Hällöchen,

kannst du auch Bilder reinstellen?

Sonst kann man es schlecht beurteilen!

---

Subject: Aw: Haarausfall - Ursache gesucht  
Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 22 May 2013 06:16:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie sehen deine Essgewohnheiten aus?  
Drinkst du viel Energy Drinks ? Oder sonst süßes zeugs?  
Was hast du vor 3 Monaten gegesse?  
Nimmst du irgendwelche Nahrungsergänzungsmittel?

Glaube das ein Haarausfall bis zu 100 Stück am Tag normal ist.

---

---

Subject: Aw: Haarausfall - Ursache gesucht  
Posted by [Zottel123](#) on Wed, 22 May 2013 10:34:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Meine Essgewohnheiten sehen meiner Meinung nach ganz gewöhnlich aus...Allgemein esse ich eher wenig. Ja, eine Zeit lang habe ich jeden Tag mindestens einen Energy-Drink getrunken, sogar soviel, dass es mir jetzt gar nicht mehr schmeckt ^^  
Sonst esse ich eher wenig Süßigkeiten. Obst und Gemüse eher wenig.  
Woher soll ich denn wissen, ob es mehr oder weniger als 100 sind?  
Nahrungsergänzungsmittel? nein!

---