

---

Subject: folgende sichere Beobachtungen meines diffusen HA...

Posted by [fixt](#) on Wed, 03 May 2006 17:12:59 GMT

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

---

also um nicht möglicher Einbildung zu unterliegen hab ich auf die folgenden herausgefunden Beobachtungen lange geachtet (ca. 1 Jahr).

Ich habe diffusen HA und meine Augenbrauen werden auch dünner....

Beobachtung 1: Bei Stress bemerke ich unmittelbar eine Zunahme von ausgefallenen Augenbrauenhaaren....z.B. bei Prüfungssituation oder beim verfolgen eines spannenden Sportereignisses.

Beobachtung 2: Habe kürzlich 2 Nächte hintereinander Schlaftabletten genommen(Hoggar oder so). Daraufhin bemerkte ich einen deutlichen Rückgang der ausgefallenen Augenbrauenhaare(an den jeweiligen Tagen).

Beobachtung 3:wenn ich Krafrtraining oder sonstigen Sport mache der keinen Wettkampfcharakter hat bemerke ich keine Verschlimmerung....sobald ich Sport mit Wttkampfchrakter mache (alle möglichen Ballsportarten bemerke ich mehr ausgefallene haare. was ja wiederum Stress bedeutet).

Folgende Beobachtung der ich mir 99% sicher bin.....an Tagen an denen ich wenig esse (Mahlzeit aufgrund Zeitmangels versäume) habe ich definitiv weniger Haare beim duschen verloren....

---

Subject: Re: folgende sichere Beobachtungen meines diffusen HA...

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 03 May 2006 21:39:54 GMT

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

---

Bei Stress sollen B-Vitamine (vor allem B6) gut helfen.

---

Subject: Re: folgende sichere Beobachtungen meines diffusen HA...

Posted by [kkoo](#) on Wed, 03 May 2006 21:49:59 GMT

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

---

fixt schrieb am Mit, 03 Mai 2006 19:12also um nicht möglicher Einbildung zu unterliegen hab ich auf die folgenden herausgefunden Beobachtungen lange geachtet (ca. 1 Jahr).

Ich habe diffusen HA und meine Augenbrauen werden auch dünner....

Beobachtung 1: Bei Stress bemerke ich unmittelbar eine Zunahme von ausgefallenen Augenbrauenhaaren....z.B. bei Prüfungssituation oder beim verfolgen eines spannenden Sportereignisses.

Beobachtung 2: Habe kürzlich 2 Nächte hintereinander Schlaftabletten genommen(Hoggar oder so). Daraufhin bemerkte ich einen deutlichen Rückgang der ausgefallenen Augenbrauenhaare(an den jeweiligen Tagen).

Beobachtung 3:wenn ich Krafrtraining oder sonstigen Sport mache der keinen Wettkampfcharakter hat bemerke ich keine Verschlimmerung....sobald ich Sport mit Wttkampfchrakter mache (alle möglichen Ballsportarten bemerke ich mehr ausgefallene haare. was ja wiederum Stress bedeutet).

Folgende Beobachtung der ich mir 99% sicher bin.....an Tagen an denen ich wenig esse (Mahlzeit aufgrund Zeitmangels versäume) habe ich definitiv weniger Haare beim duschen verloren....

hast du mal deine SD checken lassen?

---

Subject: Re: folgende sichere Beobachtungen meines diffusen HA...

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 03 May 2006 22:48:20 GMT

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

Ganz schwierig, was du da beobachtest!

Ich kann mir nur schwerlich vorstellen, dass ein Ereignis heute sich auf den Haarausfall von morgen auswirkt. Da sollten Wochen dazwischen liegen...

Bei diffusem Haarausfall solltest du auf jeden Fall die Schilddrüse vom Nuklearmediziner abklären lassen.

Eisen, Ferritin, Transferritin und rotes Blutbild sollten auch gemacht werden...

---