

---

Subject: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall

Posted by [Louis de Funès](#) on Sat, 27 Jul 2013 21:52:02 GMT

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

---

Guten Abend allerseits,

kurz die Vorstellung meiner Person und aktuellen Situation.

Ich bin männlich, ab November 37 Jahre alt, norddeutscher Typ mit mittelbraunem Haar und war und bin eigentlich immer überdurchschnittlich sportlich gewesen.

Im Januar diesen Jahres wurde bei meiner Mutter Krebs in Lunge und im Bauchraum im T3-Stadium diagnostiziert, was an sich ja schon mal einen enormen Tiefschlag bedeutet. Prognose der Lebenserwartung zu dem Zeitpunkt ca. 1 Jahr. Im Februar ging dann das volle Programm mit Chemo, Bestrahlung, ect. los. Damit einhergehend natürlich auch der körperliche Verfall. Nachdem der erste Behandlungszyklus abgeschlossen war und ein Kontroll-CT gemacht wurde, gab es zum einen die gute Nachricht, dass im Bauchraum nichts mehr festzustellen sei und auch das Lungenkarzinom halbiert werden konnte, zum anderen dann aber der erneute Schock, dass die Krebszellen gestreut hatten und nun im Gehirn ein kleiner Tumor festzustellen sei.

An sich ist das Ganze ja schon relativ schwer zu meistern, obwohl man sich jeden Tag mit dem Thema auseinandersetzt und so auch an den Ernstfall und das Danach so langsam einplant. Was man aber nicht einplant ist, dass einen die Geschichte unbewusst dann doch mehr mitnimmt als man das vielleicht bewusst wahrnimmt.

Und so kam es nun bei mir, dass ich seit März(körperlicher Verfall Mutter) erst minimal und ab Mai(Hirntumordiagnose), starken, diffusen Haarausfall über den gesamten Kopf beklagen muss. Zudem habe ich seit Januar(Erstdiagnose Krebs) extreme Schlafstörungen und schaffe es nie mehr als 2, 3 Stunden die Nacht vermeintlich tief zu schlafen. Den Rest der Nacht habe ich eher einen Dämmer Schlaf. Dabei hatte ich glücklicherweise, auch familienbedingt, bis jetzt keine Haarprobleme. Ganz im Gegenteil. Ich hatte immer dicken und dichten Haarwuchs. Auch GHEcken waren bis vor vor ca. zwei Jahren, als ich beruflich enormen Stress hatte, kein Thema, weshalb eben vor zwei Jahren zeigefingerbreit an den Schläfen das Haar leicht zurückging und nur ein wenig eher auffiel, weil ich von je her mittig einen tieferen Haaransatz habe.

Selbstverständlich war ich schon beim Arzt, welcher der Meinung ist, dass das Ganze bei mir psychosomatisch zu erklären ist, weil der Haarausfall eben „haargenau,, zu dem psychischen Stress passt, den die Situation mit der Mutter mit sich bringt. Und weil ich halt ansonsten kerngesund bin. Von daher ist der Arzt der Meinung, dass sich der Haarausfall legen würde und der alte Haarstatus wiederkehren würde, so bald der Stress dem ich ausgesetzt bin, nicht mehr der Auslöser ist. Was das heißt wisst ihr ja. Traurig genug.

Dennoch informiert man sich selbstverständlich vielfältig darüber, was passiert, wenn dem nicht so ist. Von vornherein kann ich für mich ausschließen, für den Rest des irdischen Seins medikamentös(Finasterid, Minoxidil ect.) nachzuhelfen, falls ich Pech habe und die derzeitige Stresssituation künftigen Haarwuchs, samt Haarwurzeln, nachhaltig geschädigt hat. Da würde ich eher zur Haartransplantation neigen, bzw. in Richtung Jason Statham, Billy Zane,

Pep Guardiola und Co. tendieren und eben immer glatt rasieren in Kombi mit ein wenig künstlicher Sonne, um mit Glatze nicht zu kränklich(Matthias Sammer) rüberzukommen.

Was mich nun halt sehr interessieren würde ist, ob jemand ebenfalls schon mal mit diffusem, stressbedingtem Haarausfall konfrontiert war oder sonst wie Erfahrungen gemacht hat, und, wie und ob sich das Ganze tatsächlich von selbst wieder gelegt hatte, nachdem die Stressursache nicht mehr der Auslöser war. Für die eine oder andere Info oder Tipps, wie man auf natürlichem Wege „nachhelfen“, kann, bedanke ich mich im Voraus.

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall

Posted by [Balle](#) on Sun, 28 Jul 2013 09:56:33 GMT

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

Hallo,

bei vermutlich stressbedingtem Haarausfall kann ich aus eigener Erfahrung Bockshornklee+Zink+Biotin empfehlen, gibt es Alles in Einem als Kapsel in der Apotheke, aber aufpassen, es gibt die gleiche Kombination von unterschiedlichen Herstellern zu gravierenden Preisunterschieden.

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall

Posted by [ichunddiwelt](#) on Sun, 28 Jul 2013 10:31:27 GMT

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

bei mir wurde der HA auch diffus waehrend einer sehr schweren zeit (krankheit freundin) und ich hatte auch fuer ca 1-2 jahren dauerstress und daemmerschlaf. Ich verlor 2/3 der dichte am oberkopf innert 2 monaten. nebst diffuser ausduennung am ganzen kopf schritt aber der HA auch nach klassischem schema der aga voran, also GHE wurden groesser. stress fuehrt zwangslaeufig auch dazu, dass die aga frueher anfaengt und schneller vorangeht. nun bei mir wurde nach der stressphase der HA weniger jedoch sind die haare nie mehr zurueckgekommen und es ist jetzt bald 4 jahre her. ich hoffe fuer dich das beste. lg

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall

Posted by [Balle](#) on Sun, 28 Jul 2013 16:42:45 GMT

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

ichunddiwelt schrieb am Sun, 28 July 2013 12:31 bei mir wurde der HA auch diffus waehrend einer sehr schweren zeit (krankheit freundin) und ich hatte auch fuer ca 1-2 jahren dauerstress und daemmerschlaf. Ich verlor 2/3 der dichte am oberkopf innert 2 monaten. nebst diffuser ausduennung am ganzen kopf schritt aber der HA auch nach klassischem schema der aga voran, also GHE wurden groesser. stress fuehrt zwangslaeufig auch dazu, dass die aga frueher anfaengt und schneller vorangeht.

Kannst du das auch belegen? Also ich halte das für ein Gerücht, dann hätten außerdem

mit Sicherheit wesentlich mehr Leute wesentlich weniger Haare auf dem Kopf.

nun bei mir wurde nach der stressphase der HA weniger jedoch sind die haare nie mehr zurueckgekommen und es ist jetzt bald 4 jahre her. ich hoffe fuer dich das beste. lg

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall  
Posted by [pilos](#) on Thu, 08 Aug 2013 19:55:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Balle schrieb am Sun, 28 July 2013 19:42Kannst du das auch belegen? Also ich halte das für ein Gerücht, dann hätten außerdem mit Sicherheit wesentlich mehr Leute wesentlich weniger Haare auf dem Kopf.

dieser meinung bin ich auch

schauen wir uns die bilder von KZ insassen, völlig verhungert, täglich im todesangst gelebt und volles haar

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall  
Posted by [Chillhair](#) on Sat, 10 Aug 2013 10:47:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Thu, 08 August 2013 21:55Balle schrieb am Sun, 28 July 2013 19:42Kannst du das auch belegen? Also ich halte das für ein Gerücht, dann hätten außerdem mit Sicherheit wesentlich mehr Leute wesentlich weniger Haare auf dem Kopf.

dieser meinung bin ich auch

schauen wir uns die bilder von KZ insassen, völlig verhungert, täglich im todesangst gelebt und volles haar

Bei mir hats auch erst ordentlich angefangen diffus auszudünnen als eine 4-jährige Beziehung zerbrochen ist. Natürlich muss man auch erblich vorbelastet sein, aber wie schon mehrmals viele andere user vorher erwähnt haben, beschleunigt das den Haarausfall.

Das mit den KZ Insassen ist trotzdem ein schlechtes Beispiel, wie lange waren sie maximal in den KZs? Die Haare verschwinden ja nicht direkt von einem Tag auf den anderen. Bei mir hats über die Hälfte der Haare auf dem Oberkopf in 2-3 Jahren weggehaun.

---

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall

Posted by [Balle](#) on Sat, 10 Aug 2013 13:15:05 GMT

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

---

Chillhair schrieb am Sat, 10 August 2013 12:47pilos schrieb am Thu, 08 August 2013 21:55Balle schrieb am Sun, 28 July 2013 19:42Kannst du das auch belegen? Also ich halte das für ein Gerücht, dann hätten außerdem mit Sicherheit wesentlich mehr Leute wesentlich weniger Haare auf dem Kopf.

dieser meinung bin ich auch

schauen wir uns die bilder von KZ insassen, völlig verhungert, täglich im todesangst gelebt und volles haar

Bei mir hats auch erst ordentlich angefangen diffus auszudünnen als eine 4-jährige Beziehung zerbrochen ist. Natürlich muss man auch erblich vorbelastet sein, aber wie schon mehrmals viele andere user vorher erwähnt haben, beschleunigt das den Haarausfall.

Das mit den KZ Insassen ist trotzdem ein schlechtes Beispiel, wie lange waren sie maximal in den KZs? Die Haare verschwinden ja nicht direkt von einem Tag auf den anderen. Bei mir hats über die Hälfte der Haare auf dem Oberkopf in 2-3 Jahren weggehaun.

Dass Stress reversiblen Haarausfall verursachen kann, wurde auch in Tierversuchen mit Ratten untermauert.

Dein Beispiel erscheint mir eher unstimmig, vor allem wegen des langen Zeitraums, 2 bis 3 Jahre, da kann die AGA bei entsprechender Veranlagung natürlich ordentlich wüten, ob mit oder ohne psychischen Belastungen. Bei dir scheint mir die subjektive Wahrnehmung eher eine entscheidende Rolle zu spielen.

---

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall

Posted by [Chillhair](#) on Sat, 10 Aug 2013 13:20:50 GMT

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

---

Balle schrieb am Sat, 10 August 2013 15:15Chillhair schrieb am Sat, 10 August 2013 12:47pilos

schrieb am Thu, 08 August 2013 21:55Balle schrieb am Sun, 28 July 2013 19:42Kannst du das auch belegen? Also ich halte das für ein Gerücht, dann hätten außerdem mit Sicherheit wesentlich mehr Leute wesentlich weniger Haare auf dem Kopf.

dieser meinung bin ich auch

schauen wir uns die bilder von KZ insassen, völlig verhungert, täglich im todesangst gelebt und volles haar

Bei mir hats auch erst ordentlich angefangen diffus auszudünnen als eine 4-jährige Beziehung zerbrochen ist. Natürlich muss man auch erblich vorbelastet sein, aber wie schon mehrmals viele andere user vorher erwähnt haben, beschleunigt das den Haarausfall.

Das mit den KZ Insassen ist trotzdem ein schlechtes Beispiel, wie lange waren sie maximal in den KZs? Die Haare verschwinden ja nicht direkt von einem Tag auf den anderen. Bei mir hats über die Hälfte der Haare auf dem Oberkopf in 2-3 Jahren weggehaun.

Dass Stress reversiblen Haarausfall verursachen kann, wurde auch in Tierversuchen mit Ratten untermauert.

Dein Beispiel erscheint mir eher unstimmig, vor allem wegen des langen Zeitraums, 2 bis 3 Jahre, da kann die AGA bei entsprechender Veranlagung natürlich ordentlich wüten, ob mit oder ohne psychischen Belastungen. Bei dir scheint mir die subjektive Wahrnehmung eher eine entscheidende Rolle zu spielen.

Das kann auch gut sein, aber es ist krass wie schnell es ging.

Ich habe ja auch mit dem Studium angefangen gehabt vor 3 Jahren und auf dem Studentenausweis habe ich noch eine volle Matte, war 12kg schwerer.

Ich habe teilweise auch durch den Stress abgenommen. Es kam halt alles auf einmal! Nun ist wirklich nach exakt 3 Jahren bestimmt alles diffus oben weg... ob es nun wirklich einen Zusammenhang gab, weiß ich nicht....

---

Subject: Aw: Plötzlicher starker, diffuser Haarausfall  
Posted by [Gast](#) on Sun, 18 Aug 2013 19:24:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---