
Subject: Stress/Magen-Darm verantwortlich?

Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 28 Dec 2013 18:36:31 GMT

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

Mein Haarausfall hängt ja ziemlich stark mit meinem Magen/Darm zusammen - heißt esse ich unverträgliches schuppt und juckt es und die Haare fallen aus. Durch ein paar gescheiterte Beziehungen weiß ich das sich Stress bei mir extrem auf den Magen auswirkt. Deswegen kam mir jetzt irgendwie doch in den Kopf das bei mir vielleicht wirklich Stress Auslöser für das alles ist. Ich muss zugeben ich bin seit Jahren depressiv und vielleicht schlägt mir das ja wirklich permanent auf den Magen wie man so schön sagt und löst das ganze aus...

Was meint ihr dazu?

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?

Posted by [Stefan84](#) on Sat, 28 Dec 2013 19:08:07 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Sat, 28 December 2013 19:36 Mein Haarausfall hängt ja ziemlich stark mit meinem Magen/Darm zusammen - heißt esse ich unverträgliches schuppt und juckt es und die Haare fallen aus. Durch ein paar gescheiterte Beziehungen weiß ich das sich Stress bei mir extrem auf den Magen auswirkt. Deswegen kam mir jetzt irgendwie doch in den Kopf das bei mir vielleicht wirklich Stress Auslöser für das alles ist. Ich muss zugeben ich bin seit Jahren depressiv und vielleicht schlägt mir das ja wirklich permanent auf den Magen wie man so schön sagt und löst das ganze aus...

Was meint ihr dazu?

Stress kann ja verherrende Folgen haben- Magen-Darm Beschwerden sind typisch und damit durchaus in zusammenhang zu bringen. Haarausfall durch Magen-Darm beschwerden höre ich hingegen zum ersten mal- und ich habe Bio studiert. Könnte mir höchstens vorstellen, dass es durch eine permanente psychische Überbelastung zu einer Störung des Hormonhaushaltes kommt und diese dann den HA verursacht.

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?

Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 28 Dec 2013 19:35:12 GMT

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

"Haarausfall durch Magen-Darm beschwerden höre ich hingegen zum ersten mal"

ich meine auch eher so: Stress führt bei mir zu Magen/Darm Beschwerden (also Nahrungsmittel-unverträglichkeiten) und das führt dann zu Haarausfall. Das der Haarausfall bei mir durch die Unverträglichkeiten kommt ist sicher. Gleichzeitig bekomme ich auch immer Ekzeme im Gesicht.

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?
Posted by [Deeds](#) on Sat, 28 Dec 2013 19:47:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe bei mir ähnliches festgestellt.

Lass doch mal den Hormonstatus "in einer schlechten Phase" bestimmen. VII. kommt es zu stressbedingten Verschiebungen.

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?
Posted by [Balle](#) on Sun, 29 Dec 2013 07:09:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Sat, 28 December 2013 20:35"Haarausfall durch Magen-Darm beschwerden höre ich hingegen zum ersten mal"

ich meine auch eher so: Stress führt bei mir zu Magen/Darm Beschwerden (also Nahrungsmittel-unverträglichkeiten) und das führt dann zu Haarausfall. Das der Haarausfall bei mir durch die Unverträglichkeiten kommt ist sicher. Gleichzeitig bekomme ich auch immer Ekzeme im Gesicht.

Rein spekulativ wäre eine verminderte Aufnahme bestimmter Nährstoffe denkbar, welche dann zu Haarverlust führt.
Von Hautproblemen in Verbindung mit chronischem Stress höre ich auch nicht zum ersten Mal.

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 29 Dec 2013 08:02:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Google mal nach dem the healing code.
Ist ne Übung bei der man die Haende an 5 Punkten davorlegt fuer 30sek. Gessmmthaft 5min.
Antistress Wirkung wurde gemessen und lag bei ueber 12h im Vergleich Joga nur 1h.

Lg

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?
Posted by [Stefan84](#) on Sun, 29 Dec 2013 10:26:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Balle schrieb am Sun, 29 December 2013 08:09Intoleranz1 schrieb am Sat, 28 December 2013 20:35"Haarausfall durch Magen-Darm beschwerden höre ich hingegen zum ersten mal"

ich meine auch eher so: Stress führt bei mir zu Magen/Darm Beschwerden (also Nahrungsmittel-unverträglichkeiten) und das führt dann zu Haarausfall. Das der Haarausfall bei mir durch die Unverträglichkeiten kommt ist sicher. Gleichzeitig bekomme ich auch immer Ekzeme im Gesicht.

Rein spekulativ wäre eine verminderte Aufnahme bestimmter Nährstoffe denkbar, welche dann zu Haarverlust führt.

Von Hautproblemen in Verbindung mit chronischem Stress höre ich auch nicht zum ersten Mal.

Das sollte sich dann jedoch bei einem Allergologen diagnostizieren lassen und ist sicherlich kein AGA. Lass es checken, dann eine entsprechende Diät der unverträglichen Nährstoffe und Besserung müsste eintreten.

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?
Posted by [Intoleranz1](#) on Sun, 29 Dec 2013 13:01:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

healing code werde ich mir angucken, danke.

nährstoffmangel habe ich. zink und kupfer

das mit den lebensmitteln weglassen ist nicht so ganz einfach. ist nämlich eine histaminunverträglichkeit und das ist eigentlich in allem mehr oder weniger.

Subject: Aw: Stress/Magen-Darm verantwortlich?
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 29 Dec 2013 18:58:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Stress ist auloesser von ueber 90%: aller Krankheiten die es gibt.
Das ist die Aussage von der WHO FDA und wie sie alle heissen. Wieso also nicht auch AGA.
Stress ist in unserer Gesellschaft ein enormes Problem.
Stress gibts auch durch Chemische Prozesse im Koerper zb durch die Zellatmung entstehen Freiradikale das nennt man Oxidativer Stress.

Wenn du Probleme hast mit den Naehrstoffen wuerde ich dir Raten dich in Probiotika Bakterien einzulesen.

Aber bitte keine Probiotika Jugurts oder Drinks die haben fast alle ueber 30%: Zucker!