

---

Subject: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Rosenkranz](#) on Thu, 09 Jan 2014 21:18:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

N'Abend.

Ich stelle das hier mal ins allgemeine und nicht ins Männerforum, weil es mmn. eigentlich nicht dorthin gehört.

Wenn es hier noch Jemanden gibt, der Schwierigkeiten mit der Schilddrüse hat bzw. hatte, würde Die/Derjenige die Güte besitzen, hier zu antworten oder mir eine PN zu schicken?

Zu meiner Frage:

Wie hat sich der Haarausfall während der SD-Erkrankung gezeigt, und welchen Verlauf hat er genommen?

Haben sich andere Symptome (aus der Liste im SD-Thread?) stark herausgebildet?

Ich kann von mir selbst berichten, dass ich nämlich völlig aus der Bahn geworfen bin; und meine damit, in wirklich jeder Hinsicht.

Ich bin ängstlich, geradezu hypochondrisch, nicht mehr dazu in der Lage, vernünftig soziale Kontakte zu pflegen.

Nicht mehr dazu in der Lage, weiterzustudieren. Ich verbringe 60% meines Lebens im Bett. Entweder schlafend, oder die Gedanken ordnend, um Kraft für die simpelsten alltäglichen Dinge zu sammeln (wie hier zu posten, mich zu duschen, den Briefkasten zu öffnen, etc.)

Ich wage es nicht, in den Spiegel zu gucken; wenn ich unterwegs bin, bin ich hochkonzentriert um spiegelnde Flächen zu vermeiden, um mich nicht zufällig in einem Autofenster oder Ähnlichem zu sehen. Passiert das doch, brauche ich extrem viel Zeit um mich von solch einem Schock zu erholen (natürlich aufgrund des desolaten Haarzustandes).

Mein TSH-Wert lag in der Vergangenheit bei 4.XX, nach Jodtherapie im März/April 2013 bei 2.5X. Die Messung aus November 2013 ergab 0.87, allerdings mit erhöhtem Wert für Thyreoglobulin -> ein Anzeichen für eine Autoimmunklamotte (?). Ein Besuch beim SD-Spezialisten steht aus.

Wie hat sich für andere Betroffene der Haarstatus entwickelt?

Ich hatte Ende 2012 eine extreme Ausdünnung des Scheitels und eine Ausdünnung an den Schläfen, sowohl zur 'Geheimratsecken-Seite', als auch zu den Ohren hin, das allerdings

weniger. Die ganze Front war völlig am Ende, bis auf eine kleine 'Locke' auf der linken Kopfseite.

Mit einer Ernährungsumstellung, einer Einstellung der Tricho, und verbesserter Pflege, konnte ich den Status bis März 2013 verbessern: Relativ schnell kamen Vellushaare auf der rechten Seite dazu, die linke verbesserte sich stets schneller und besser, als die andere Seite. Ich fing an, NEMS zu nehmen - im Juli 2013 kam Ketokonazole 2% dazu, im November 2013 Progesteron.

Ich kann meinen Ansatz haptisch nachfühlen, unter Licht kann man ihn sehen - er ist unverändert zu dem aus Teenie-Zeiten.

Aber die Haare an der Front sind immer schwach - vor allem am Scheitel, sie wachsen 4, 5 oder 6 CM, werden zur Wurzel hin dicker, shedden dann aber aus.

Wie lange muss ich denn warten, bis sich der ganze Status regeneriert hat?! Es kann doch keine X Jahre in Anspruch nehmen, oder doch?!

MfG Rosenkranz

---

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Clayton](#) on Thu, 09 Jan 2014 22:14:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi,

- müdigkeit
- verstopfung
- frösteln bei füßen und händen
- telogenes effluvium
- ich habe immernoch ein volles duschsieb mit körperbehaarung (habe für mentale entlastung kurzhaarschnitt gegönnt, weil jedes ausgefallene haar auf die stimmung drückt), wobei mittlerweile beim abtrocknen mit dem handtuch vglweise wenige kopfhaare im handtuch bleiben)

das ganze fing im september an  
aufmerksam wurde ich zunächst durch das heftige shedding im oktober  
andere symptome passten dazu  
-> diagnose: hashimoto bahnt sich an (erkannt via antikörper)

- hausarzt hat dekristol und selen verschrieben
- dermatologe hat zu minox geraten (27% telogen zu 73% anagen beim trichoscan resultat)

tsh war im oktober über 3  
mittlerweile im 1er bereich (dezember)  
freie werte bewegen sich leicht unter dem referenzbereich  
laune ist permanent schlecht wegen der angst bleibender ausdünnung auf bereichen des oberkopfes

nächster check ende januar

---

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Rosenkranz](#) on Thu, 09 Jan 2014 22:25:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja, hört sich alles sehr ähnlich an!

Mein Trichogramm, das vom Dermatologen am Hinterkopf in der Safety-Zone durchgeführt wurde, (ein völlig inkompetenter Arzt) und seines Erachtens nach ein Zeichen für AGA war, zeigte ein Verhältnis von 59% Anagen / 41% Telogen.  
Bei normalem 90/10 Terminal/Vellusverhältnis.

Das war Anfang 2013, wohl so vor knapp einem Jahr.

Niedergeschlagenheit ist auch kein Ausdruck mehr bei mir, völlige Hoffnungslosigkeit trifft es vielleicht ganz gut.

Hat sich dein Haarstatus denn verbessert?

---

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Clayton](#) on Thu, 09 Jan 2014 22:41:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

also das problem besteht ja merklich erst seit ende september/anfang oktober  
ohne kurzhaarschnitt war auch keine ausdünnung zu sehen mit ausnahme einer stelle hinter der front bei grellem licht und nassem haar  
erst mit dem kurzhaarschnitt (ab anfang november) konnte ich weitere ausgedünnte stellen feststellen  
seit dem hat sich eigtl. nix verändert...also es merkt auch bisher keiner etwas von der ausdünnung (selbst wenn ich freunde darauf hinweise)

die sorge ist folgende: inwiefern handelt es sich hier wirklich um ein schilddrüsenbingtes TE und nicht um AGA?

der dermatologe ist der meinung dass bei o.g. relation (tricho-resultat) es wohl ein schilddrüsenbedingtes TE sei, er aber bei betrachtung der familie (vaterseite sehr aga-anfällig)sei doch die tendenz zu einer aga gegeben..

ich war bei einem allgemeinarzt um mir für alle fälle finasterid zu besorgen  
auch dieser meinte nicht wirklich eine ausdünnung erkennen zu können, verschrieb mir aber auf meinen wunsch (und hinweis auf aga-fälle in familie) hin fin (absprache dass kleine dosierung mit off-phasen)

ich werde über den weiteren statusverlauf berichten

du kannst dich gerne per pn melden (kontakt austauschen), damit wir auch außerhalb des threads kommunizieren können

bin an deinem verlauf ebenfalls interessiert

beste grüße

PS: es bessert wirklich die laune, wenn man ein paar tage nicht im alopezieforum rumhängt

---

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Rosenkranz](#) on Thu, 09 Jan 2014 23:57:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Deckt sich auch mit meinen Erfahrungen;

Die Stelle am Scheitel, hinter der Front leidet am stärksten, deswegen ist auch überhaupt keine Frisur mehr möglich.  
Der Pony hängt nur so herab.

Ich habe auch in Richtung Ludwigschema ermittelt, aber dafür ist es zu punktuell - der hintere Scheitel leidet überhaupt nicht.

Bei mir war der Effekt schon wesentlich stärker merkbar, vor allem beim vorneüberbeugen.

Mittlerweile komme ich wohl aus dem TE raus, aber es dauert wirklich arschlange. 10 Monate nach 2.5 und 'euthyroid' merkt man es noch immer. Auch das harte Shedding, was einfach nicht aufhört. Ich bin so paranoid und gucke mir jedes Haar an, und kann immer feststellen, dass es zur Wurzel hin dicker wird, sich also regeneriert. Und der Phänotyp bessert sich auch. Trotz bestimmt 300-400 Haaren Verlust / Tag.

Es ist fast so, als würde sich der gesamte Kopf pellen und einmal alles rausshedden, was längere Zeit unterversorgt war.  
Mit Scheitel / Front am stärksten.

---

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Velsagos](#) on Fri, 10 Jan 2014 06:32:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich gehöre auch zu den Schilddrüsen-Fehlfunktion geplagten.

Habe eine Unterfunktion kombiniert mit Hashimoto.

Mein TSH lag nach 1 jähriger Medikation bei 2,9, musste also eine höhere Dosis an Thyroxin nehmen.

Ich kann nicht sehr viel mehr sagen als: Finde dich damit ab ! Diese Erkrankung ist leider nicht wirklich heilbar, und mit einer vernünftigen Medikation kann man damit halbwegs leben.

Aber warum hast du denn eine Jodtherapie gemacht? Mir wurde dringendst dazu geraten, Jod zu meiden ! (Das verstärkt den Effekt, weiß nicht welchen, ob Hashimoto oder Unterfunktion)

Diese Antriebslosigkeit die du beschreibst (nur noch im Bett liegen, keine Lust auf duschen/Briefkasten gehen etc.) kenne ich auch.

Sind bei mir meistens so Phasen, die mit der Fehlfunktion einhergehen können. Allerdings ist das bei mir besser geworden, nach erneuter Dosierungsänderung.

Kann also sein, dass du noch nicht die richtige Medikation bekommst (bzw. nimmst du schon Schilddrüsenhormone?)

Bezüglich Haarausfall ist das bei mir eine ganz komische Sache. Angefangen hat der HA bei mir mit etwa 19, er schreitet aber sehr langsam voran, sodass ich jetzt mit 25 Jahren immer noch einen guten Haarstatus habe. Seit der Schilddrüsenentherapie scheint sich mein HA verlangsamt zu haben, obwohl ich den typischen Norwood - Skala HA habe. Die Haare an der Front bspw. wachsen wieder länger und der Status der GHE hat sich seit 2 Jahren nicht verändert, lediglich die Tonsur hat sich ein wenig gelichtet.

Nehme jetzt seit mehr als 2 Jahren Schilddrüsenhormone und mein Haarstatus hat sich halbwegs gehalten, aber nicht wieder regeneriert, was wohl aber eher daran liegt, dass ich AGA habe.

Ob du auch eine Autoimmunkrankheit hast, kann dir eigentlich dein behandelter Arzt sagen, bestimmt wird das anhand von Antikörpern. (Dein Körper bildet Antikörper gegen deine Schilddrüse, Hashimoto eben)

Also meide am besten jodhaltige Lebensmittel (am besten normales Tafelsalz, wenig/keine Fertiggerichte), achte auf jeden Fall auf eine gesunde Ernährung und die korrekte Einnahme der Medikamente. Zusätzlich kannst du wenn du Hashimoto hast, Selen noch supplementieren, bezüglich der Dosierung solltest du deinen Arzt konsultieren.

Dann sollte sich wenigstens deine Antriebslosigkeit und deine hypochondrischen Züge weniger stark ausprägen.

Kopf hoch und Kampf dem HA ! =)

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Gorilla](#) on Fri, 10 Jan 2014 07:59:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Aber warum musst du genau Jod meiden? Bei einer Unterfunktion oder in jungen Jahren wird ja Jodierung sogar verschrieben damit die SD besser arbeitet. Versteh das nicht ganz...

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Rosenkranz](#) on Fri, 10 Jan 2014 12:27:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nene, bei einer Unterfunktion ist Jod-supplementierung schon sinnvoll.

Hashimoto-Hypothyreose ist ja nichts anderes als eine Autoimmunerkrankung, die oftmals sogar durch zu viel Jod hervorgerufen wird.

Mein Internist hat sich allerdings nur am TSH orientiert und direkt Jod gegeben. Dass das auch nach hinten losgehen kann, habe ich erst viel später erfahren. Aber offensichtlich scheint die Sache schon zu funzen, sonst wäre mein TSH ja nicht von 4.0 auf 0.69 (habe den Wert hier nochmal kontrolliert) abgesunken. Ich hoffe, ich bekomme beim Spezialisten Auskunft.

---

---

Subject: Aw: Andere Schilddrüsengeplagte? Hilfe!  
Posted by [Velsagos](#) on Sun, 12 Jan 2014 14:33:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also eine Jodzugabe bei einer reinen Unterfunktion. ... dazu kann ich nichts sagen, ich weiß nur, dass mir meine Ärztin sagte, aufgrund der Hashimoto Diagnose sei Jod eher kontraproduktiv für meinen gesamten Schilddrüsenstoffwechsel.

Nur nach dem TSH - Wert sollte kein Arzt machen ! Sehr wichtig sind auch die freien Hormone, ft1 und ft2 anhand derer bspw. auch ermittelt werden kann, ob eine Autoimmunkrankheit vorliegt oder nicht.

---