
Subject: Haarausfall Ursachen

Posted by [Geroginho](#) on Sun, 16 Mar 2014 18:39:09 GMT

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

Hallo !

Erstmal zu mir, ich bin 26 Jahre alt und sage mal, dass ich mir langsam mehr Haare als zuvor beim duschen/baden ausfallen. Die Haare fallen überall aus, an den Seiten, direkt auf dem Kopf oder im Nacken. Kann das ganze also regional einschränken. Sehen tut man es den den Geheimratsecken. Nachdem ich mal ein paar Bilder verglichen die ca. 5 Jahre alt waren würde ich aber sogar sagen, dass die Geheimratsecken sich nicht merklich verschlimmert haben. Habe hier das "Glück" ein Muttermal direkt am Haaransatz zu haben und die Haare wachsen noch immer bis dahin. Mein Vater hat volles Haar und leichte Geheimratsecken, aber alles im ordentlichen Rahmen. Mein Opa (mütterlicherseits) hat ebenfalls mit seinen 75 Jahren noch Haare auf dem Kopf.

Wenn ich bade, liegen danach so um die 50 Haare in der Wanne, dies macht mir bei einem täglichen Haarverlust von durchschnittlich 100 - 150 recht wenig sorgen. Allerdings wenn ich mir mal durch den Kopf wuschel bleiben ebenfalls 20-30 Haare im Waschbecken. Wenn ich mal mit Daumen und Zeigefinger an den Haaren feste ziehe, kann es vorkommen, dass ich 3-5 Haare in der Hand habe, manchmal aber auch keine.

Als Ursache kann ich einiges schon mal ausgrenzen. Ich ernähre mich gesund, treibe regelmäßig Sport und meine Vitaminwerte im Blut sind alle in Ordnung. Schilddrüse wurde auch untersucht, alles okay!

Ich habe juckende Kopfhaut, nicht ständig, aber schon mehrmals täglich. Auch überall auf dem Kopf, nicht, dass der komplette Kopf aufmal juckt, sondern überall mal etwas. Hatte vorher mal ein Shampoo von Shauma genutzt, damit was es extrem. Bin nun auf eins von Head and Shoulders gewechselt (ggg juckende Haut und dadurch bedingen Haarausfall) welches es besser macht.

Eine Ursache schwebt mir nach etwas recherche allerdings im Kopf herum. Ich leide Nachts wohl manchmal an Zahnknirschen (morgens merke ich aber nichts davon) und habe zwei Amalgamfüllungen. Ist es hier durch die Abreibung der Füllungen bedingt durch das Knirschen möglich, dass der Haarausfall durch diese freigesetzten Metalle bedingt ist?

Zähneknirschen und Haarausfall soll ja auch durch Stress kommen, allerdings fühle ich mich absolut nicht gestresst und habe auch keinen Grund dazu in meinem Leben mich gestresst zu fühlen.

Falls jemand von euch auch Erfahrungen damit hat, gerne her damit!

Hier mal ein Bild, ca. 4 Jahre alt: i57.tinypic.com/2mn2hat.jpg

Hier eins, was nun um die 6 Monate alt ist: i62.tinypic.com/m7qcg.jpg

Besten Dank für eure Hilfe!

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [jiggo](#) on Sun, 16 Mar 2014 18:49:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Leute kommen hier auf die abenteuerlichsten Erklärungen für Haarausfall. Bei nahezu allen ist es AGA, genauso wie bei dir.

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Geroginho](#) on Sun, 16 Mar 2014 20:06:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Meine Erklärung ist es nicht, nur habe ich davon gelesen, dass es einen Zusammenhang geben kann.

Was hilft denn, bzw schränkt den Haarverlust ein?

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [John13](#) on Mon, 17 Mar 2014 08:54:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

finasterid, hoffe ich zumindest

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Geroginho](#) on Mon, 17 Mar 2014 09:20:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was zahle ich denn pro Monat dafür? Wie sieht´s mit Nebenwirkungen aus? Wo kann man sowas kaufen?

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Marvi](#) on Mon, 17 Mar 2014 17:02:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

N bisschen Eigentinitiative gehört schon dazu. Die Fragen kannst du mit Google schneller selber beantworten, als wir dir Texte schreiben können

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Geroginho](#) on Tue, 18 Mar 2014 12:29:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hab mir das ganze nun mal etwas angeschaut und nach Shops gesucht etc.

Könnt Ihr denn empfehlen was man nehmen sollte? Bei FIN gibt es ja auch unterschiedliche Dosierungen etc. wie ich gelesen habe.

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Mmax](#) on Tue, 18 Mar 2014 14:22:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Deine Theorie ist ganz und gar nicht abwegig!
Schau mal hier rein: <http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/22890/>

Lass dich nicht zu schnell von anderen verunsichern.

Grüße, Max

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Geroginho](#) on Wed, 30 Apr 2014 18:06:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich spiele nun mit der Überlegung, es mal mit FIN zu versuchen.

Nun kann ich ja FINPECIA kaufen, welche genau 1mg enthalten aber teuer sind. Oder ich nehme FINPECIA, die enthalten ja 5mg und viertel die einfach? Ist natürlich um einiges günstiger. Macht man das mit einem Tablettenschneider wie es Haufenweise auf eBay gibt?

Nach welcher Zeit macht sich denn das Einnehmen von FIN bemerkbar?

Ist es korrektm dass man in den ersten Wochen erhöhten Haarausfall durch FIN hat?

Nach welcher Zeit würde ich Nebenwirkungen bemerken? Gibt es hier überhaupt eine zeitliche Definition?

Wie sieht es eig mit Minox aus? Das sollte ja zB der Regaine 5% Schaum sein wie zB hier <http://www.zurrose.de/regaine-maenner-schaum-5.html?adword=google/Zur+Rose+Produkte&gclid=CLH-t9vpiL4CFSjpwgodPJYAsQ>

Wielange kommt man mit so einer Packung aus, und wird das noch verdünnt oder direkt aus der Dose aufn Kopf?

Danke für eure Hilfe!

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Mmax](#) on Wed, 30 Apr 2014 20:04:05 GMT

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

Lesen:<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/22890/>

Achja: Nicht auf einer Sache ausruhen und sich auf eine Sache festlegen.

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Geroginho](#) on Fri, 02 May 2014 16:06:36 GMT

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

Ja ich habe mich nun mal weiter eingelesen und spiele mit dem Gedanken nun es erstmal mit Minox und KET zu probieren.

So wie ich aber nun gelesen habe, stoppt Minox nicht den HA, oder?

Hier hilft nur FIN/DUT? Was von den beiden ist denn ehr zu empfehlen?

Über den Tag gesehen, fallen mir eigentlich kaum Haare aus. Wenn ich allerdings mal über den Waschbecken durch die Haare wuschel, dann hab ich da schon nen paar mehr drinliegen. Würde mal sagen um die 100 Haare. Beim stylen habe ich auch um die 10 Haare in der Hand.

Schlimm finde ich nur das Jucken. die Kopfhaut juckt nicht nur an der Tonsur, sondern diffus. Ebenso der HA. Hatte es hier mal probiert mit Eucerin Shampoo aus der Apotheke, allerdings hilft das auch nicht komplett. Hat das Jucken aber reduziert.

Laut Arzt sind alle Werte in Ordnung. Eine Haaranalyse wurde aber nicht gemacht. Kann das Jucken nicht auch Folge einer Entzündung oder ähnlichem sein?

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [mogk](#) on Sat, 03 May 2014 12:50:29 GMT

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

Eine juckende Kopfhaut durch Inflammation haben leider einige Aga Geplagte. Das Ket sollte das etwas lindern.

Was bei dir individuell allerdings gegen Haarausfall hilft kann wirklich niemand sagen, sonst gäbe es nich sovielen Leser hier im Forum. Ket und Minox sind genauso Teile des Puzzle wie auch Fin/Dut. Da sämtliche Mittel aber leider nur über Umwege den Haarausfall in Schach halten solltest du auch verschiedene Medi kombinieren wenn Du wirklich Erfolg haben möchtest.

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Geroginho](#) on Tue, 13 May 2014 16:06:35 GMT

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

So, ich nutze nun seit einer Woche das KET Shampoo von Hexal und muss sagen, dass der Juckreiz doch schon weniger geworden ist! Am diffusen Ausfall der Haare hat sich leider nichts getan!

Nun mal meine Frage zu FIN. Ich habe mir nun Finpecia Tabletten besorgt, habe aber vor der Einnahme noch ein paar Fragen.

- 1.) Kann ich statt 1mg auch 0,5mg nehmen und habe den "gleichen" Effekt?
- 2.) Wann würde ich einen Effekt von Fin frühestens bemerken? Stellt sich Ausfall nach 2 Wochen ein, nach 2 Monaten, 6 Monaten?
- 3.) Sollten NW's auftreten, wann würde ich diese bemerken?

Ich weiß, die Fragen kann man sicher nicht pauschal beantworten, aber sicherlich im groben

Als NEM habe ich mir nun MSM gekauft. Wieviel von dem Pulver sollte man täglich nehmen? Einen Teelöffel ins Wasser mischen?

Danke für eure Hilfe!

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Geroginho](#) on Sun, 25 May 2014 11:18:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach vielen Stunden lesen habe ich mir nun einige Fragen selbst beantworten können!

Habe allerdings noch eine offene Frage bezüglich Fin. In welchen Intervallen ist es ratsam Fin einzunehmen? Je weniger ich nehme, desto weniger NW's, aber wahrscheinlich auch die Chance auf Erfolg geringer. Soweit so klar.

Ich habe mir hier mal das Bild der Studie von Fin angeschaut mit der Wirkung bei verschiedenen Varianten (0,5mg, 1mg etc.). Wenn ich das für mich richtig interpretiert habe wäre ein guter Intervall doch 3x die Woche 1mg? Zumindest schwebt mir das jetzt im Kopf rum. Hat hier jemand andere Ideen? Mir ist klar, dass Fin bei jedem anders wirkt.

Wäre für einen Tipp dankbar!

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Trinitas](#) on Sun, 25 May 2014 12:11:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also ich denke, dass ich sogar (ich hoffe mich trügt die Erinnerung nicht) schon seit 1998 erst Propecia und dann nach einer Pause seit 2001 Proscar und geviertelt und seit 2003 ca. bis 2013 Finapil regelmäßig nahm. Also ohne Unterbrechung jeden Abend zum Essen eine Pille. (die anderen NEMs lasse ich mal aus)

Von Nebenwirkungen- abgesehen von denen, die auf der Packungsbeilage standen, war mir

nichts bekannt, auf die Zusammenhänge wurde ich erst hier im Forum aufmerksam.

2007 schon war ich zur Rückenschule wegen massiven Nackenwirbelproblemen in Verbindung mit Ohrgeräuschen und Schwindel. 2012 wurde es sehr extrem mit dem Schwindel in Verbindung mit Übelkeit kam es teilweise auch zur Krankschreibung. Da ging gar nichts mehr, nur noch liegen und abwarten. Wieder ab zur Rückenschule.

Ich schob das immer auf die arbeitsbedingte Sitzhaltung. Immerhin machte ich ja auch Sport- regelmäßig Mittel- und Langstreckelauf und zusätzlich ein paar Krafeinheitchen zu Hause (Liegestütz, Expander etc.).

Voriges Jahr (dem Forum sein Dank) setzte ich mit Finapil aus und die Schwindeldinger und die Beschwerden blieben aus (ich bilde mir auch ein, dass ich weniger schnell schwitzte).

Als ich dieses Jahr wieder anfang, waren nach - man staune- ca. 7 oder 8 Einnahmen die Nackenbeschwerden wieder da. Zwar noch lange nicht so heftig wie zuvor, aber mit einer Tendenz.

Da hatte ich aber schon Kenntnis von den zahlreichen Nebenwirkungen. Also reduzierte ich auf die Hälfte durch Halbieren und beginne diese nun im 3 Tage "On" - 3 Tage "Off"- Modus zu nehmen. Dazu schmiere ich die Progesteron-Creme. Und bislang sind die Probleme nicht da- jedenfalls lange nicht so, dass sie zum Problem werden.

Mal sehen, es ist auf jeden Fall besser so, nun muß ich sehen, ob es haartechnisch was bringt (nehme zusätzlich noch Regaine- 1 x täglich ebenfalls im 3er Modus)

Es ist also ein Ist-Bericht und soll keine Empfehlung sein.

Da hier aber auch von Ursachen die Rede ist... meiner persönlichen Erfahrung nach- da gehe ich von mir aus: Langzeitstreß, ständig spätes zu Bett gehen (in den frühen Morgenstunden, also Schlafmangel), Rauchen (habe deswegen 1995 damit aufgehört) und Überlastung durch Sport in Verbindung mit Schwitzen (z.B. Schweiß aggressiv und zusätzlicher Mineralstoffverlust/ Salze durch Schweiß). Das alles sind m.M. Förderer von zusätzlichem HA oder können es zumindest sein.

Evt. sind diese Sachen aber auch anlagebedingt und bei einigen relevanter als bei anderen...

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Geroginho](#) on Thu, 21 Aug 2014 21:52:52 GMT

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

Mal ein Update von mir!

Nutze nun seit dem 14 Juni Prog Creme 20mg am Abend auf die Stirn. Bin also bei 14 Tagen on /off jetzt in meiner dritten on Phase. Hatte zunächst die Creme von Biovea, jetzt aber eine von eBay

(http://www.ebay.co.uk/itm/Now-Foods-Natural-Progesterone-Liposomal-Cream-Calming-Lavender-3-oz-85-g-/111148904659?pt=UK_Health_Beauty_Vitamins_Supplements&hash=item19e0fdb0d3).

Bisher kann ich keinen großen Effekt feststellen was den HA betrifft. Einzig das Jucken der Kopfhaut ist etwas geringer geworden, allerdings noch immer vorhanden. Verstärkten Haarwuchs im Gesicht kann ich nicht feststellen, möglicherweise ganz leicht. Mehr

Körperhaare sind mir nicht gewachsen.

Was ich noch festgestellt habe ich, dass wenn ich mir die Haare 2 mal die Woche mit Ket wasche deutlich weniger Haare ausfallen als bei der normalen Haarwäsche (nutze ein Shampoo von Eucerin). Ist das normal?

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Geroginho](#) on Tue, 09 Sep 2014 17:43:56 GMT

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

Im Moment habe ich das Gefühl, dass sich mein Status verschlechtert. Nutze wie gesagt seit 3 Monaten Prog 20mg und etwas länger Ket, allerdings scheinbar ohne Erfolg. Was mich aktuell am stärksten stört ist die juckende Kopfhaut. Selbst beim duschen löst der Duschkopf an der eintreffenden Stelle ein komisches Gefühl auf der Kopfhaut aus.

Da ich bisher nur bei recht wenig Leuten von Erfolg unter RU lesen konnte, überlege ich in einer kleinen Dosis FIN zu nehmen und dann zu schauen ob sich NW's bemerkbar machen. Jetzt hab ich bisher viel über verschiedene Dosen nehmen können. Ich habe hier aktuell 1 mg Tabletten und könnte diese vierteln. Also 0,25mg. Ist es noch ausreichend hier jeden zweiten Tag eine 0,25mg Dosis zu nehmen? Oder erziele ich auch bei weniger schon eine gute Wirkung?

Hat Fin reduzierenden Einfluss auf das Jucken? Das nervt mich tierisch.

Übrigens hat so ziemlich jedes Haar welches ich verliere einen kleinen weißen Knubbel am Ende. Müsste Talg sein, oder?

Danke für die Hilfe!

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [ru-power](#) on Tue, 09 Sep 2014 17:55:57 GMT

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

ja, fin hatte bei mir zb einfluss auf das jucken, es hat sich um ca 80% verbessert (blutig gekratzte Kopfhaut.. später hats alle 10min mal gezwickt/gejukct)
Aber nur RU hats weggezaubert, bisher immer noch (6Wochen Fin/Dut off).

Viel Glück!

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Geroginho](#) on Tue, 09 Sep 2014 18:07:28 GMT

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

Dieses alle 10 Minuten Zwicken / Jucken habe ich aktuell, möglicherweise sogar ehr seltener. Allerdings ist das Gefühl der Kopfhaut allgemein halt ziemlich bescheiden.

Danke!

Edit: Hat denn jemand einen Tipp für eine passende geringe Dosis?

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Geroginho](#) on Wed, 05 Nov 2014 20:30:55 GMT

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

So noch mal zu mir.

Hab jetzt seit Juni 2 Wochen on / off Prog 20mg auf die Stirn geschmiert ohne Erfolg bisher. Haarausfall ist noch immer der gleiche wie vorher, daher werde ich das jetzt wohl absetzen. Als NEM nehme ich täglich MSM und Zink und Biotin je eine Kapsel pro Tag und verwende 2 - 3 mal die Woche KET Shampoo von Hexal.

Ich habe festgestellt, dass ich in letzter Zeit sehr schnell eine fettende Stirn/Nase bekomme. Jemand eine Idee wo das her kommen kann? Früher musste ich mich ehr täglich eincremen aufgrund trockener Haut auf der Stirn. Würde das gerne beheben ..

Nun zum Thema Fin. Ist womöglich ja die einzige Chance mit RU den HA zu stoppen. Habe allerdings natürlich auch Respekt vor den NW...wobei in so einem Forum natürlich auch alle "NW Opfer" vereint sind. Würdet Ihr zu einer Dosis von 2mg die Woche raten? Oder ist das für den Anfang zu wenig?

Ich war bisher auch nicht mehr bei meinem Hausarzt. Vor einem Jahr sagte Arzt A zu juckender Kopfhaut: "Alles ok hier hast Cortison Creme" .. Arzt B sagte zu meinen GHE's, dass ich doch mal Regaine probieren sollte. Blutwerte waren laut Arzt B okay. Macht es also Sinn nochmals zum Arzt zu gehen bevor ich Fin nehme?

Extrem kotzt mich auch das Jucken an. Gerade wenn ich zB beim Duschen den Wasserstrahl direkt auf die Kopfhaut stelle, fängt es an zu ... ich sag mal pulsieren.

Danke für eure Tipps!

Lg

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen

Posted by [Intoleranz1](#) on Wed, 05 Nov 2014 23:48:19 GMT

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

Ernährung. Bei wirklich gesunder Ernährung hört das Jucken auf und der Haarausfall auch. Glaub hier aber keiner. "Gegen AGA kann man nichts machen!" Mir soll's egal sein.

Subject: Aw: Haarausfall Ursachen
Posted by [Geroginho](#) on Thu, 06 Nov 2014 16:22:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich ernähre mich sehr gesund. Kaum fettiges essen, Abends keine Kohlenhydrate, kein Schweinefleisch, viel Gemüse und Obst, Hähnchen und Fisch. Trinke sehr selten Alkohol und ebenfalls esse ich sehr selten Süßigkeiten. Leider hilft das nicht.
