

---

Subject: Normal oder unnormal?!

Posted by [Tebo](#) on Mon, 21 Jul 2014 15:28:45 GMT

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

---

Servus zusammen,

da ich durch meine panische Angst vorm Kahlwerden glaube, manchmal nicht mehr ganz so objektiv beurteilen zu können, ob es nun Haarausfall ist oder nicht, frage ich einfach mal ganz blöd hier im Forum:

Wenn ich über'm Waschbecken ne halbe Minute mit der Hand durch meine Haare gehe/rubbel, dann liegen anschließend meist ca. 10 Haare im Becken. Ist das jetzt normal oder haben das Menschen ohne Haarausfall nicht?

Wäre dankbar über jede Antwort!

LG

Tebo

---

---

Subject: Aw: Normal oder unnormal?!

Posted by [hasgeryan](#) on Mon, 21 Jul 2014 16:15:14 GMT

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

---

Das ist meiner Meinung nach sehr wenig. Habe das gleiche auch gemacht, hatte über 60 Haare auf dem Tisch. Wenn es so weiter geht habe in 2 Jahren keine Haare mehr. Mir geht es sehr schlecht.

---

---

Subject: Aw: Normal oder unnormal?!

Posted by [joseph189](#) on Mon, 21 Jul 2014 16:28:40 GMT

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

---

An der Anzahl der ausgefallenen Haare lässt sich das nicht ablesen (außer du kannst sie dir büschelweise rausrupfen). 100 täglich werden als Normalwert angegeben, allerdings sagt das wenig aus. So haben beispielsweise blonde Menschen bis zu 150.000 Haare, während ein Rothaariger nur 90.000 hat. Dazu kommen dann noch jahreszeitlich bedingte Haarwechsel und weitere Faktoren.

Am besten kannst du es einschätzen wenn du dir die Haare morgens und abends über einem weißen Waschbecken oder Papier auskämmst. Und nicht dran rumreißen und rupfen, ist ja klar dass es dann mehr sind.

---

---

Subject: Aw: Normal oder unnormal?!

Posted by [Trinitas](#) on Mon, 21 Jul 2014 18:22:01 GMT

---

@Tebo

warum eigentlich hast Du panische Angst davor- gibt es dafür eine plausible Begründung z.B. familiäre Vorbelastung oder ist es eine rein Angst vor einer bislang fiktiven Möglichkeit, weil Du dann evt. durch die optische Veränderung Selbstwertprobleme bekommen würdest?

Derzeitiger verstärkter Fellwechsel bei den Temperaturen ist bestimmt bei vielen, auch bei nicht von Haarproblemen Betroffenen ein Thema.

Davon mal abgesehen- Du stehst doch nicht 24 Stunden rund um die Uhr am Waschbecken und fährst Dir kontinuierlich mit der Hand durch die Haare und hast jedesmal 10 davon weniger- dann hättest Du vermutlich nach einer Woche nichts mehr zum Anfassen.

Könnte es ein, dass es Dir auffällt, weil Du Dich verstärkt darauf fixierst und deswegen Deine Wahrnehmung genau darauf fokussierst? Sind denn sonst seit Tagen/ Wochen in Folge permanent lose Haare der Fall, die Dir dauernd auf der Kleidung liegen, am Kopf abstecken oder Dir in sonst einer Weise verstärkt im Tagesverlauf auffallen, ohne dass Du nun darauf direkt geachtet hättest?

---

---

Subject: Aw: Normal oder unnormal?!

Posted by [ru-power](#) on Mon, 21 Jul 2014 19:14:04 GMT

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

---

Eigene Erfahrung:

Ich mache das so: feiner Kamm, meine Haare wachsen nach vorne.

Dann Kopf über Waschbecken, von vorne nach hinten kämmen. ca 1 Minute, dann sind es bei meinem aktuellen Regimen zwischen 5 und 10 Haaren. Am Ende der Minute dann schön nach vorne kämmen (da hängt viel drinne).

Fin only: 80-100 Haare

+Dut top: ca 40-50

+RU: 5-10

Thats it

Bist also mit 10 schon gut dabei denke ich =)

Ich könnte aber schwören dass mir da als Teenie vll 1-3 Haare ausgegangen sind.. ich hatte nie wirklich Haare im Handtuch oder in der Hand. Ganz ganz selten mal..

---