

---

Subject: Stress und Haarausfall  
Posted by [loydd](#) on Tue, 30 May 2006 14:59:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Ich habe in den letzten Tagen enormen Haarausfall bei mir festgestellt.  
Habe auch seit mehreren Wochen richtig viel stress bis hin zu Depressionen.  
Klar weiß ich auch das Stress für den Haarwuchs nicht gerade fördeerlich ist, aber in wieweit spielt dieser Stresshaarausfall in den anlagebedingten Haarausfall mitrein.  
Können ausgefallenen Stresshaare wieder nachwachsen?  
Ich fange jetzt mal damit an Entspannungstrainings zu machen und nich alle zwei minuten zum Spiegel zu rennen.

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall  
Posted by [hairfighter](#) on Tue, 30 May 2006 17:58:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also ich glaube fest an der Theorie Stress- Haarausfall.

Nur - warum fallen mir nur die Haare in den GHE aus, wenn ich extremen Stress auf längere Zeit habe.

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall  
Posted by [kkoo](#) on Tue, 30 May 2006 18:23:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hairfighter schrieb am Die, 30 Mai 2006 19:58Also ich glaube fest an der Theorie Stress-Haarausfall.

Nur - warum fallen mir nur die Haare in den GHE aus, wenn ich extremen Stress auf längere Zeit habe.

gibt studien dazu, stress triggert HA. die in ghs sind wohk am empfindlichsten...

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall  
Posted by [loydd](#) on Wed, 31 May 2006 09:55:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ja das mit den GHS hab ich auch bemerkt.

Aber der Stress wird natürlich auch als schlimmer wenn einem dann wieder die Haare vom Kopf fallen.

Ist n Teufelskreislauf!

Wie entspannt ihr am besten?

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [tino](#) on Wed, 31 May 2006 09:58:42 GMT

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

---

gibt studien dazu, stress triggert HA. die in ghs sind wohk am empfindlichsten...

Ja genau,,...nix Theorie,sondern Fakt!Zweiter Satz ist auch richtig,..GHE sind empfindlicher.

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall - an tino

Posted by [kboo](#) on Wed, 31 May 2006 10:36:50 GMT

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

---

tino schrieb am Mit, 31 Mai 2006 11:58gibt studien dazu, stress triggert HA. die in ghs sind wohk am empfindlichsten...

Ja genau,,...nix Theorie,sondern Fakt!Zweiter Satz ist auch richtig,..GHE sind empfindlicher.

tino, ist diese empfindlichkeit denn näher erklärbar? nur eine idee: stärkere metabolisierung von dht, da am vorderkopf mehr talgdrüsen sitzen (ok. nicht sehr glaubhaft)

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall - an tino

Posted by [tino](#) on Wed, 31 May 2006 10:43:08 GMT

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

---

tino, ist diese empfindlichkeit denn näher erklärbar? nur eine idee: stärkere metabolisierung von dht, da am vorderkopf mehr talgdrüsen sitzen (ok. nicht sehr glaubhaft)

Doch,..hat auch was mit den Talgdrüsen,die durch Stress u Androgene angeregt werden zu tun.Dort greifen die Stressoren zuerst,und daher ist der Bereich sensibler.Der kann aber auch angeboren sensibler sein,(aber dann bei jedem Mann).Er könnte sich vom 1 bis zum 6 Lebensjahr langsamer und schlechter entwickelt haben,..manche haben dort ja schon von Geburt an schwächeres Haar.

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall - an tino

Posted by [hairfighter](#) on Wed, 31 May 2006 13:01:27 GMT

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

---

Und was kann man da machen, das die Haare in den GHE wieder wachsen?????? Wenns fast nur Stressbedingt ist.

Ist da Regain auch förderlich??????????????

---

---

Subject: Re: Stress und Haarausfall - an tino  
Posted by [loydd](#) on Wed, 31 May 2006 14:14:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

wäre auch meine nächste frage gewesen.  
Stress bedingter HA ist ja nochma ne andre Nummer als der anlagebedingte wo die Haare (sehr warscheinlich) nicht wieder nachwachsen.  
Gibts denn die Möglichkeit, dass die Haare wieder nachwachsen wenn kein akuter Stress mehr besteht oder ist der HA gleichzustellen mit dem anlagebedingten und man is quasi machtlos dagegen?!

---

---

Subject: @ tino  
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Wed, 31 May 2006 15:17:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich hatte schon immer sehr extrem dünnes, schwaches, unpigmentiertes Haar in den GHE. Diese Haare sind mir dann auch schon rausgefallen, da war ich erst 14 oder so. Was meinst du, könnte es alleine der Stress gewesen sein den ich damals hatte (stress mit 14 klingt blöd aber ich hab schon ein komisches leben geführt)? Oder ist es wahrscheinlicher dass die AGA bei mir schon mit 14 angefangen hat

ich weiß du kannst jetzt schlecht eine ferndiagnose machen aber wie würdest du das einschätzen?

gruß  
suppe

---

---

Subject: Re: @ tino  
Posted by [kkoo](#) on Wed, 31 May 2006 15:49:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haar-in-der-Suppe schrieb am Mit, 31 Mai 2006 17:17ich hatte schon immer sehr extrem dünnes, schwaches, unpigmentiertes Haar in den GHE. Diese Haare sind mir dann auch schon rausgefallen, da war ich erst 14 oder so. Was meinst du, könnte es alleine der Stress gewesen sein den ich damals hatte (stress mit 14 klingt blöd aber ich hab schon ein komisches leben geführt)? Oder ist es wahrscheinlicher dass die AGA bei mir schon mit 14 angefangen hat

ich weiß du kannst jetzt schlecht eine ferndiagnose machen aber wie würdest du das einschätzen?

gruß  
suppe

bin nicht tino, aber der stress allein reicht wahrscheinlich noch nicht für HA; es mus auch eine bestimmte disposition dafür geben. wenn du die hast, dann kann der stress den ohnehin latenten HA beschleunigt haben...

der zusammenhang, siehe studien abstract:

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/25279/da690711263e814d283eb93ababdfbd3/?srch=paus+stress#msg\\_25279](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/25279/da690711263e814d283eb93ababdfbd3/?srch=paus+stress#msg_25279)

---