
Subject: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus
Posted by [tommey](#) on Wed, 29 Jul 2015 13:54:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Community!

Meine Name ist Tom, ich werde nächste Woche 25 und habe seit einiger Zeit ein Problem mit meinen Haaren...

Es fiel mir das erste mal vor vielleicht 8 Monaten oder so auf..vielleicht ist es auch mittlerweile schon fast ein Jahr her...die Zeit rennt so schnell.

Eigentlich war ich stets mit meinen Haaren zufrieden und hatte keine Probleme. Meine Mutter und Schwester (beide mit etwas dünneren Haaren) beneideten mich immer um meine festen und dicken Haare. Ich trage sie seit bestimmt 10 Jahren etwas länger oben (so zwischen 6cm und 12cm), die Seiten meist etwas kürzer. Meine Friseurinnen bestätigten mir auch immer schöne, gesunde und auch viele Haare auf dem Kopf.

Dann, wie gesagt vor geschätzten 8-12 Monaten, stellte ich ziemlich plötzlich fest, dass sich meine Haare auf der oberen Kopfhaut seltsam dünn anfasten... Hinten und an den Seiten war alles normal...aber auf meinem oberen Kopf schienen sie sich irgendwie verändert zu haben. Nunja und an diesem Zustand hat sich bisher nichts geändert.

Seit ich stärker darauf achte, fällt mir auf, dass ich über den Tag für meine Verhältnisse ungewöhnlich viele Haare verliere. Wenn ich mir mit der Hand durch das Haar fahre und dabei leicht daran ziehe, habe ich fast immer 1-4 Haare in den Händen. Aber nur auf der oberen Kopf! Auch beim Kämmen liegen nachher 5-10 Haare im Waschbecken.

Was mir an den Haaren auffällt ist, dass sie gar nicht oder nur sehr schwach über diesen weißen "Zipfel" am Ende des Haares verfügen. Wenn ich mir sonst mal ein Haar aus dem Kopf gezogen hatte (kam natürlich nicht oft vor) oder wo hängen blieb, kann ich mich immer daran erinnern, diesen weißen Zipfel stärker ausgebildet gesehen zu haben.

Ich habe mir Jahre lang die Haare mit Head&Shoulders gewaschen, um Schuppenbildung vorzugreifen und ich war auch immer zufrieden mit dem Shampoo und dem Gefühl nach dem Waschen.

Aktuell benutze ich Shampoo und eine Spülung aus dem DM Markt, welche beide Coffein beinhalten und kraftlosen Haaren und Wurzeln wieder mehr Kraft verleihen sollen. Dazu habe ich auch mal so ein Coffein Tonikum ebenfalls aus dem DM Markt versucht, es aber nach 1-2 Wochen nicht mehr regelmäßig angewendet (2x täglich). War mir nicht sicher, ob ich damit vielleicht noch mehr Schaden anrichte . Vielleicht ist es dann zu viel Coffein oder so? Ich habe keine Ahnung...

Bin auch natürlichen Mitteln durchaus nicht abgeneigt. Würde fast alles, was Hilfe verspricht mal versuchen.

Wäre für jeden Tipp von euch dankbar! Vielleicht kann mir einer sagen, wo das plötzlich her kommen kann, oder natürlich was ich dagegen tun kann.

Ich habe meine Ernährung nicht verändert, stand nicht unter ungewöhnlich viel Stress und auch meine beiden Eltern meinen, ihre Eltern und Großeltern hatten mit Haarausfall keine

Probleme. Woher soll das also auf einmal kommen? Gibt es nicht irgendwas, was ich tun kann?

Habe auch eine kurze Zeit lang Leinsamen tagelang eingeweicht und die entstandene Flüssigkeit als Spülung benutzt..hatte ich irgendwo im Internet gelesen.. Aber dann hat das Zeug mega gestunken und ich dachte auch, das bringt doch eh nix und habe es gelassen..

Hab echt Angst und bin da verzweifelt. Ich möchte schnellstmöglich gegenwirken, sofern es möglich ist. Werde auch demnächst mit meinem Hautarzt darüber sprechen.

Ratschläge? Ideen? Tipps?

Beste Grüße,

Tom

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus
Posted by [Peder](#) on Wed, 29 Jul 2015 14:24:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ohne Bilder keine Diagnose, aber hört sich nach AGA an

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus
Posted by [tommey](#) on Wed, 29 Jul 2015 23:11:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ok, dann stell ich später heute ein Bild rein. Wovon genau? Einem ausgefallenem Haar?
Und was ist AGA?

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus
Posted by [Peder](#) on Thu, 30 Jul 2015 07:58:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

AGA=androgenetische Alopezie

nein, ein Bild von deinem kompletten Oberkopf, möglichst unter Tageslicht

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus
Posted by [tommey](#) on Thu, 30 Jul 2015 12:48:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

okay

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [tommey](#) on Thu, 30 Jul 2015 12:49:29 GMT

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

leider muss ich mehr als 5 Beiträge geschrieben haben, um die Bilder einfügen zu können...

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [tommey](#) on Thu, 30 Jul 2015 12:50:03 GMT

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

jetzt kommen die Bilder gleich^^

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [tommey](#) on Thu, 30 Jul 2015 12:50:09 GMT

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

So...hab mal versucht ein paar Bilder zu machen. Wenn ich weitere machen soll, aus anderen Perspektiven oder so, sagt einfach Bescheid!

Danke fürs Ansehen und die Hilfe!

PS: Bei "Zoom" über dem Bild könnt ihr die Größe anpassen!

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [Peder](#) on Thu, 30 Jul 2015 13:46:20 GMT

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

Hinten sieht man nicht viel, sieht aber auch bissle übergekämmt aus, GHE und eine ausdünnende Front hast du mMn schon, ist noch nicht weit fortgeschritten und wird dann mit schon 25 evtl. auch nicht böse aggressiv enden. Aber alles Spekulation, Lies dich hier bisschen über die Mittel ein und entscheide dann ob du was machen willst

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [tommey](#) on Mon, 03 Aug 2015 01:37:23 GMT

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

Ok danke!

Gibt es denn etwas, was den Prozess auf jeden Fall erstmal stoppt und vielleicht auch zu einer Besserung führt, ohne große Nebenwirkungen?

Und bringt dieses Coffein Tonikum aus dem DM Markt denn überhaupt etwas?

Wie gesagt schaue ich auch nach alternativen Methoden und nicht nur Tabletten oder so.. Also zum Beispiel, welche Nahrungsmittel besonders gut für das Haarwachstum sind..

Hat da noch jemand Tipps, oder vielleicht auch eine allgemeine Meinung zu meiner Situation?

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [Shibalnu](#) on Mon, 03 Aug 2015 07:10:10 GMT

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

Bei AGA werden dir "gesündere" ernährung und coffein shampoo nicht viel bringen.

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [tommey](#) on Mon, 03 Aug 2015 11:20:58 GMT

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

Und was dann deiner Meinung nach? Ich möchte halt keine Nebenwirkungen haben. Bei Fenistin oder wies heißt sollen ja angeblich unter Umständen sogar die Brüste größer werden und sowas...

Wie schlimm ist mein Zustand?

Subject: Aw: Haare sind dünner und fallen plötzlich aus

Posted by [Knorkell](#) on Mon, 03 Aug 2015 14:01:56 GMT

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

tommey schrieb am Mon, 03 August 2015 13:20Und was dann deiner Meinung nach? Ich möchte halt keine Nebenwirkungen haben. Bei Fenistin oder wies heißt sollen ja angeblich unter Umständen sogar die Brüste größer werden und sowas...

Wie schlimm ist mein Zustand?

Ist noch alles offen. Die beste Chancen ohne NW's hast du mit Ketoconazol als Topik, Minoxidil, Progesteron, evtl. noch Voltaren Gel oder eine Spraymischung welche nach Studienlage die Wirkung von Minoxidil erhöht und RU. Momentan wird gerade Himbeerketon diskutiert und aufgeteilt.

Finasterid lass komplett bleiben die Gerüchte sind wahr, auch wenn sich hier etliche was anderes einreden. Keiner sollte seine Potenz opfern für Haare!

Lies dich hier mal ein das sind Rezepte für alles was du brauchst.

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/f/10/>
