
Subject: Mein Leidensweg mit DUPA (?)

Posted by [Coco88](#) on Tue, 12 Jan 2016 10:29:31 GMT

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

Da es von dieser Sorte nicht so viele gibt, dachte ich mir, erstelle ich mal einen Thread. Meine AGA macht mir schwer zu schaffen, ich verstehe nicht, wieso ich so gestraft werde, DUPA ist ja so ziemlich das undankbarste was man haben kann.

Kurze Geschichte:

Seit 1,5 Jahren merke ich wie die Haare immer schlechter werden. Sie fallen aus, werden immer dünner usw. Jedoch betrifft diese extreme Ausdünnung ohne Ausnahme meinen gesamten Kopf. Ich bin auch immer noch etwas am Zweifeln ob es wirklich eine reine AGA ist oder ob vielleicht noch eine andere Komponente mitspielt? Ich weiß es nicht. Jedenfalls hab ich einen Ärztemarathon hinter mir und so ziemlich alles relevante abklären lassen, darüber hinaus war ich bei zwei Dermatologen, beide diagnostizierten bei mir AGA aber niemand konnte mir beantworten wieso meine gesamten Haare so ausdünnen und nicht nur die typischen AGA Stellen. Testo und DHT sind im Normbereich, die Schilddrüse hab ich jetzt die letzten Monate drei mal checken lassen und immer wars okay (also das volle Programm - TSH, fT3, fT4, Antikörper nicht erhöht, Ultraschall unauffällig). Das einzigste was festgestellt wurde ist ein erhöhter Ferritinwert (ich warte dazu noch auf den Befund vom Labor, mir wurde aber telefonisch schon mitgeteilt, dass dieser bei über 360 liegt), desweiteren sind meine Leberwerte minimal erhöht, daran hat sich bis jetzt noch kein Arzt so richtig gestört, da das Gamma-GT im Normbereich ist, nur die anderen Leberwerte sind bei ca. 70-80, die Norm bei Männern ist aber bei 50 U/l. Seltsamerweise trinke ich aber keinen Alkohol und nehme auch keine Medikamente, ich kann mir also die Werte nicht wirklich erklären. Das einzigste was ich mache ist, Abends auf Kohlenhydrate zu verzichten und ich ernähre mich generell sehr Eiweißreich, ich komme aber eigentlich so gut wie nie über 2g Eiweiß pro kg Körpergewicht, wenn überhaupt. Trotzdem ist dann logischerweise viel Fisch und Fleisch sowie Käse in meiner Ernährung, insbesondere Abends. Aber ich esse auch sehr viel Gemüse, ungesunde Dinge meide ich eh, also ich kanns mir nicht wirklich erklären. Was ich jetzt so auf Google ableiten könnte war, dass der leicht erhöhte Leberwert mit dem hohen Ferritinwert zusammenhängen kann, was meinen die Experten? Auswirkung auf die Haare Ja oder Nein in diesem Fall?

Was ich bisher gemacht hab

Viele werden mich vielleicht noch kennen, ich hab im Sommer 0,5mg Fin geschluckt und hab das psychisch nicht ganz verkraftet wegen Angst vor NW, weshalb ich panisch abbrach. Bin mittlerweile drüber hinweg und dazu bedarf es auch keinerlei Kommentar mehr bezüglich Fin. Ansonsten bin ich seit ende September mit RU am Start (ca. 70-80mg täglich) Ergebnis bisher weder positiv noch negativ. Ausfall weiterhin wie vorher auch (ich bin jetzt keiner dem 100 Haare oder mehr ausfallen, bei mir bewegt es sich eher so im Rahmen von 50-60 Haaren am Tag denk ich, dafür verkümmern aber meine Haare ziemlich stark). Sie kräuseln sich, sind sehr trocken, die Haarstruktur ist einfach beschissen um es beim Namen zu nennen. Kopfhautjucken ging zwar merklich zurück aber sonst merke ich nichts, vielleicht hat sich mein Status sogar noch minimal verschlechtert aber nur minimal, das ist subjektiv immer sehr schwer einzuschätzen.

Ansonsten hab ich jetzt mit Minox zusätzlich angefangen weil es langsam egal wird, ich muss einfach alles setzen. Ich ziehe sogar Fin mit einer Minimaldosis von 0,25mg in Betracht weil ich

wegen den Haaren eh schon depressiv bin da ist nicht mehr viel kaputt zu machen...Aber das steht noch in den Sternen, ich weiß halt auch nicht ob man mit meiner DUPA da wirklich eine Chance hat mit Fin. Der Einsatz ist hoch, man riskiert viel und am Ende wirkts vielleicht gar nicht und man bekommt NW. Ja ich weiß trial and error und so aber ich wünschte ich hätte ne andere AGA, das ist nun doch schon ziemlich bescheiden. Jetzt muss ich erstmal sehen wie Minox in Verbindung mit RU wirkt in den nächsten Monaten. RU trage ich übrigens von Anfang an nur oben und an der Front auf.

Hier gibts noch Bilder von meinem aktuellen Status. Die Front sieht noch am besten von allem aus finde ich. Wenn man mir von vorne in die Augen sieht und leicht seitlich, sieht man zum Glück nicht viel von meiner seitlichen Ausdünnung, aber betrachtet man die Seite direkt dann kommt der Schock ans Tageslicht.

Tonsur

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/20160110105z0xpsm1q4u.jpg>

Front

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/dsc0085p3ygv76kic.jpg>

Seite

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/seite1n3610plh9r.jpg>

Nochmal Seite

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/seite2l7tyfu4kzg.jpg>

Hinten

<http://img5.fotos-hochladen.net/uploads/hintenigdu9cerhy.jpg>

Ansonsten wäre ich um weitere Tipps dankbar, ebenso um Einschätzungen bezüglich der Form der AGA usw.

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)

Posted by [Schmitti2310](#) on Tue, 12 Jan 2016 12:06:02 GMT

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

Schaut so ziemlich aus wie bei mir. Bloß dass meine Haare von der Struktur her noch dünner sind. Meine linke Seite ist auch extrem dünn! FIN hatte ich ca 1 Jahr genommen ohne Besserung zu beobachten. Habs dann auch abgesetzt. Die möglichen NWs haben mich nachdenklich gemacht. Ich hab lieber ne Platte als tote Hose oder so gesundheitliche Probleme wie Foxi!

Ich persönlich nutze zur Zeit das Stemox von Garnier und ein KET-Rizi gemisch. KET tut meiner KH gut da diese nicht mehr so stark fettet. Evtl kannst ja des noch mit in dein Regimen aufnehmen sofern du das nicht schon nutzt. Ich nehm noch Silizium gel. Hat meine Haare bissl besser und dicker gemacht. Sport hilft mir wenn ich wegen meinen Haaren mies gelaunt bin. Ne gute Einheit im Gym und mir gehts wieder gut

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Coco88](#) on Tue, 12 Jan 2016 13:27:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Schmitti

Kieselsäure-Gel hab ich schon Zuhause ich werds ab jetzt wieder regelmäßig nehmen, hab ja nix zu verlieren dadurch.

Bei mir ist es mit der KH genau umgekehrt. Sie ist sehr trocken, ich weiß nicht ob da KET so gut ist....

Aber interessant, dass Fin bei dir nicht gewirkt hat und schade zugleich. Da gibt man so viel auf indem man ein enormes Risiko eingeht und dann wirkt es nicht mal...

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [ru-power](#) on Tue, 12 Jan 2016 13:47:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

würde nicht sagen dass es eine DUPA ist. Das ist eine diffuse Ausdünnung auf dem Oberkopf.

Die Seiten dünnen bei den meisten mal mehr oder weniger mit aus.

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [northshore81](#) on Tue, 12 Jan 2016 15:16:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi.

Das ist ja geradezu erschreckend, das du auch einen erhöhten Ferritinwert aufweist. Genau das wurde bei mir auch nach 1 Jahr FIN off festgestellt ... bisher war ich aber noch nicht wieder zur Kontrolluntersuchung
Meine Haare dünnen ähnlich aus wie deine ...

Ferritin kann ja irgendwas mit Eisen zu tun haben ... und zu viel Eisen würde den Mineralhaushalt minimieren.
Vielleicht liegt da unser Problem ...

Sry, aber mir kam dein Post so bekannt vor ... dachte ich hätte das geschrieben
Ich werde gleich die nächsten Tagen einen Termin beim Hautarzt machen.

Vielleicht können wir uns ja auf dem laufenden halten.

Gruß, north

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Nemesis](#) on Tue, 12 Jan 2016 16:04:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ru-power schrieb am Tue, 12 January 2016 14:47würde nicht sagen dass es eine DUPA ist.
Das ist eine diffuse Ausdünnung auf dem Oberkopf.

Die Seiten dünnen bei den meisten mal mehr oder weniger mit aus.

Nein, bei ihm ist es schon extrem. Sieht absolut nach DUPA aus. Ist ungefähr so schlimm wie bei mir. Leider...

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [OhNoHair](#) on Tue, 12 Jan 2016 16:24:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ist DUPA ?

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [andal](#) on Tue, 12 Jan 2016 16:33:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also ich finde du machst schon ziemlich viel richtig...

bei mir geht auch ein wenig in die richtung, passende pflegemittel und du kann zumindest optisch einiges rausholen....

wie du schon gesagt hast, minox + ru ruhig paar monate geben und ehrlich, ich glaub fin wäre nix für dich, dafür muss man noch unerschrockener sein

bei mir ist ferritin zu niedrig, bin am supplementieren..

ich denke das macht einiges an der haarstruktur diffus, ob zu hoch oder niedrig...

viel glück

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Schmitti2310](#) on Tue, 12 Jan 2016 17:07:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

OhNoHair schrieb am Tue, 12 January 2016 17:24Was ist DUPA ?

Diffuse unpatterned alopezia. Gehen soweit ich weis die Haare ohne spezielles Muster im gesamtern Bereich des Kopfes aus.

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [mads](#) on Tue, 12 Jan 2016 17:35:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das hilft dir als mit der AGA unzufriedenen Menschen vielleicht nicht weiter, aber lass dir trotzdem gesagt sein: Es sieht im Vergleich zu anderen Betroffenen noch ziemlich gut und ästhetisch aus, mal abgesehen vielleicht vom ersten Foto (Ansicht von oben). Zumindest wenn ich deinen Namen als Geburtsjahr 1988 interpretieren darf und du dementsprechend immerhin schon 27-28 bist!?

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Leo123](#) on Tue, 12 Jan 2016 17:56:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
bei erhöhtem Ferritinwert im Blut sollte sicherheitshalber noch die Transferrin-Sättigung ermittelt werden,
um eine Hämosiderose/-chromatose auszuschließen. Das ist eine Eisenspeicherkrankheit, die übrigens
auch zu Leberschäden führt.
Schau mal bei Wiki o.ä. .
MfG

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Coco88](#) on Tue, 12 Jan 2016 18:01:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich bin jetzt fast 28. Das ist schon richtig, dass es noch schlimmer sein könnte und ich kann auch vieles kaschieren mit Volumengel etc. aber die Tendenz die das ganze doch entwickelt ist, dass es nicht mehr lange gut geht und ich wirklich schon am Limit bin. Die Haarstruktur ist schon sehr kaputt und das macht es nicht gerade leicht.

Das mit dem Ferritin werde ich noch abklären, ich warte wie gesagt auf den Befund. Trotzdem finde ich die Theorie interessant dass ein zu hoher Wert evtl genau so schlecht für die Haare ist wie ein niedriger Wert.

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [OhNoHair](#) on Tue, 12 Jan 2016 18:41:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schmitti2310 schrieb am Tue, 12 January 2016 18:07OhNoHair schrieb am Tue, 12 January 2016 17:24Was ist DUPA ?

Diffuse unpatterned alopezia. Gehen soweit ich weis die Haare ohne spezielles Muster im gesamtern Bereich des Kopfes aus.

Danke für die Erklärung

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Wuschel](#) on Wed, 13 Jan 2016 15:38:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach dem Lesen deines Beitrags habe ich mich mal schlau gemacht. Im Internet kursieren etliche Beiträge, die sich mit Eisen bzw. Ferritin beschäftigen. Zum Beispiel dieser hier, da geht es um die Folgen eines Mangels an Eisen, was auch zu Haarausfall führt:

www.onmeda.de/forum/haarausfall/158013-haarausfall-wie-hoch-ist-euer-ferritinwert

Für Dich interessanter dürfte aber dieser link sein:

<https://www.ugb.de/eisenmangel-eisenbedarf/eisenmangel-eisenpraeparate/>

Unter anderem wird dort behauptet, dass zuviel Eisen in der Nahrung dazu führt, dass Zink nicht verwertet werden kann!!! Zink gilt aber als wichtiger Nährstoff für das Wachstum von Haaren.

Hier wird die Eisenspeicherkrankheit erklärt:

<http://www.apotheken-umschau.de/Haemochromatose>

Vielleicht helfen Dir diese Informationen ja weiter.

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Coco88](#) on Wed, 13 Jan 2016 18:10:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Big THX, Wuschel

Ich werde das Thema definitiv weiter verfolgen und euch auch auf dem laufenden halten. Jetzt frage ich mich nach dem lesen deiner Links ob es sinnvoll wäre Zinkpräparate einzunehmen? Wahrscheinlich sollte aber vorher erstmal das Ferritin runter. Ist auch die Frage ob der jetzt wirklich so hoch ist, dass es mit der Zinkaufnahme zu Problemen kommt. Zudem hab ich gelesen, dass ein Zinkmangel im Blut schwer nachzuweisen ist. Einfach auf gut Glück Zinkpräparate zu nehmen halte ich dann doch wieder für gewagt, oder machen das hier einige?

Ich würde mir einfach nur wünschen zu erfahren, woran ich wirklich bin. Ist es wirklich in diesem Ausmaße AGA bedingt, ja oder nein, zumal in der Familie dazu kaum eine Vorbelastung

da ist. mein Großvater väterlicherseits mit fast 80 Jahren vielleicht mittlerweile ein klein wenig GHE hat aber trotzdem noch volles Haar, mein Vater mit über 50 Jahren volles und dickes Haar wie immer, nicht mal den geringsten Ansatz einer AGA. Mein anderer Großvater mütterlicherseits ist leider schon sehr früh verstorben, bei ihm war AGA aber auch kein Thema bis dahin (er wurde ca. 50 Jahre alt).

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Wuschel](#) on Wed, 13 Jan 2016 22:00:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du musst erst mal die Analyse des Ferritins abwarten. Der behandelnde Arzt wird dann ja auch einen Behandlungsvorschlag machen. Jetzt auf eigene Faust Zinkpräparate einnehmen ist kontraproduktiv. Wenn die Aufnahme von Zink wirklich blockiert ist, kannst Du noch so viel davon schlucken, der Körper nimmt nichts auf.
Zu Deinen Vererbungstheorien kann ich nur sagen, dass Dir das nicht weiter hilft. Mir sind vier Brüderpaare bekannt, von denen jeweils einer unter massivem Haarausfall leidet bzw. schon eine Glatze hat u. der andere hat absolut keine Probleme. Und die sind alle schon weit über 40, was aber auch nichts beweist. Ein Bekannter hat erst mit Ende 50 HA bekommen. Das ist wie mit Krebs oder dem Lottogewinn, die einen trifft es u. die anderen nicht.

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [cyclonus](#) on Thu, 14 Jan 2016 10:09:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe das bei solchen Bildern schon öfters gesagt: Ich finde die Seiten, so kurzgeschoren, sehen jetzt nicht ungewöhnlich aus. Da gibt es auch jede Menge Männer ohne AGA wo das genauso aussieht.

In der Tonsur sieht es aber schon sehr nach AGA aus. Halt eher so der Haarausfalltyp, wie es auch Zidane hat, wo oben irgendwann alles ausfällt, die Haarlinie aber sichtbar bleibt.

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [Coco88](#) on Fri, 29 Jan 2016 12:15:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So, ich hab nun vom Endo endlich alles schriftlich bekommen. Soweit bis auf Ferritin keine größeren Auffälligkeiten. Aber die haben da nen Fehler gemacht, statt DHT zu bestimmen haben sie DHEA-S bestimmt. Ich muss da nochmal anrufen....

Zum erhöhten Ferritinwert hat der Arzt folgendes geschrieben: "Ein Eisenmangel kann ebenfalls ausgeschlossen werden. Der Ferritinspiegel ist eher hoch. Hie empfehle ich eine Kontrolle von hausärztlicher Seite und gegebenenfalls weitere Abklärung, wenn sich dies bestätigen sollte"

Hier mal meine Hormone. Östradiol ist etwas niedrig, ebenso der freie Androgenindex - hätte das für die Haare eine Bedeutung?
In Klammern der Referenzwert vom Labor.

TSH basal 1,98 (0,3 - 2,5)
Freies T3 5,25 (3,1 - 6,7)
Freies T4 16,3 (12 - 22)
TPO-Ak 10,2 (0-34)
LH 7,1 (1,7 - 8,6)
FSH 5,7 (1,5 - 12,4)
Östradiol 5,0 (7,63 - 42,6)
Testo gesamt 4,65 (3 - 8,95) (Anmerkung: Blutabnahme war zwischen 10-11 Uhr Morgens)
Freier Androgenindex 32,9 (40 - 80)
DHEA-S 411 (160 - 492)
Ferritin 364,7 (13 - 150)

Subject: Aw: Mein Leidensweg mit DUPA (?)
Posted by [andal](#) on Fri, 29 Jan 2016 12:28:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lass dich vom ferritinwert nicht schocken...

sieht extrem aus, aber min/max werte vom labor sind überholt....

100 ng/ml ist minimum,

vor nem wettkampf darf es über 300ng/ml sein....

ein dauerhaft erhöhten wert kann ich nicht beurteilen,

dht serum zu messen ist so ne sache, schwankt stark, aber da gibt es hier experten, wenn der wert vorliegen sollte, mehr dazu sagen können...

lg
