
Subject: Haarausfall mit 24 ...?

Posted by [Glühpunsch](#) on Sun, 27 Jan 2019 16:52:33 GMT

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

Hallo Leute,

ich bin neu hier im Forum und kenn mich mit der Alopezie nicht wirklich aus.
Seit meinem 18. Lebensjahr schwinden meine Haare so langsam. Angefangen mit Geheimratsecken.

Als diese immer ausgeprägter wurden, ging ich mal zum Hautarzt. Der meinte dass die Form des Haarausfalls dem typisch erblich bedingten entspricht.

Behandelbar mit Finasterid etc. aber davon würde er eher abraten.

Mittlerweile bin ich 24 und die kahlen Stellen an Stirn und Hinterkopf sind inzwischen deutlich miteinander verbunden.

Ich hab damit kein allzugroßes Problem. Klar wären Haare schöner, aber ich halte sie einfach kurz und steh dazu.

Jetzt zu der eigentlichen Frage.

Dass ich mal kahl werde ist irgendwo klar, so ziemlich jeder in der Verwandtschaft trägt irgendwann Platte :d

Allerdings war das bei keinem derart früh der Fall. Ende 30 ist das ja kein Problem, mit 24 aber doch irgendwie schade.

Woran kann denn ein so früh einsetzender Haarausfall liegen?

Ich denke relativ viel nach, könnte unbewusster Stress ein Problem sein?

Ansonsten hab ich heute gelesen, dass Mangel an Mineralstoffen wie Zink, Magnesium oder Vitamine wie Biotin, B6 etc. damit zusammenhängen.

Weiß da einer mehr?

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?

Posted by [heinzbecker](#) on Sun, 27 Jan 2019 17:23:49 GMT

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

Liegt ganz einfach an deinen Genen. Da werden auch Nahrungsergänzungsmittel nicht helfen können.

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?

Posted by [xWannes](#) on Sun, 27 Jan 2019 17:31:39 GMT

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

Bist du dicker als deine männlichen Verwandten?

Hast du deutlich mehr Stress?
Wie steht es um deine Orgasmen-Häufigkeit?
Ernährst du dich sehr einseitig?
Hast du juckende Kopfhaut oder sonstige Kopfhaut-Auffälligkeiten?
Stimmt etwas mit deiner Schilddrüse nicht?
...

Die Antwort auf diese Fragen könnte einen beschleunigt ablaufenden Haarausfall teilweise erklären.

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?
Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 27 Jan 2019 17:34:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

heinzbecker schrieb am Sun, 27 January 2019 18:23Liegt ganz einfach an deinen Genen. Da werden auch Nahrungsergänzungsmittel nicht helfen können.
Ich denke, Heinz liegt schon richtig.

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?
Posted by [PaulBerg](#) on Sun, 27 Jan 2019 18:37:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Orgasmen-Häufigkeit liest man zwar immer wieder mal bei der no-fap-bewegung aber meinst du wirklich das da was dran ist...?
Reale beweise gibt es wohl nicht...

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?
Posted by [xWannes](#) on Sun, 27 Jan 2019 18:47:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PaulBerg schrieb am Sun, 27 January 2019 19:37Orgasmen-Häufigkeit liest man zwar immer wieder mal bei der no-fap-bewegung aber meinst du wirklich das da was dran ist...?
Reale beweise gibt es wohl nicht...
Eher in dem Sinne, dass exzessives Masturbieren (6 mal täglich und mehr, so etwas kommt vor) einen beständigen Prolaktin-Push auslösen könnte.
Macht vielleicht nicht viel aus, aber könnte.

Ist ja eigentlich auch nicht besonders relevant, dieses Rätselraten.
Fakt ist, der Haarausfall ist da und das früher als bei der Verwandtschaft.

Der Themenersteller scheint ja recht entspannt damit umzugehen, was eigentlich ein Glück ist.

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?
Posted by [Pepejun](#) on Mon, 28 Jan 2019 05:58:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

xWannes schrieb am Sun, 27 January 2019 18:31 Bist du dicker als deine männlichen Verwandten?
Hast du deutlich mehr Stress?
Wie steht es um deine Orgasmen-Häufigkeit?
Ernährst du dich sehr einseitig?
Hast du juckende Kopfhaut oder sonstige Kopfhaut-Auffälligkeiten?
Stimmt etwas mit deiner Schilddrüse nicht?
...

Die Antwort auf diese Fragen könnte einen beschleunigt ablaufenden Haarausfall teilweise erklären.

Was willst du mit der juckenden Kopfhaut genau sagen?

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?
Posted by [Sonic Boom](#) on Mon, 28 Jan 2019 07:03:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pepe, das Jucken kann eine Begleiterscheinung der AGA sein....

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?
Posted by [Pepejun](#) on Mon, 28 Jan 2019 07:06:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sonic Boom schrieb am Mon, 28 January 2019 08:03 Pepe, das Jucken kann eine Begleiterscheinung der AGA sein....

Das hab ich verstanden danke:). Hab auch die Frage bisschen falsch formuliert. Ich meinte ob dieses Jucken einen Zusammenhang mit einer Krankheit hat.

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?
Posted by [Obes89](#) on Mon, 28 Jan 2019 08:06:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pepejun schrieb am Mon, 28 January 2019 08:06 Sonic Boom schrieb am Mon, 28 January 2019 08:03 Pepe, das Jucken kann eine Begleiterscheinung der AGA sein....
Das hab ich verstanden danke:). Hab auch die Frage bisschen falsch formuliert. Ich meinte ob dieses Jucken einen Zusammenhang mit einer Krankheit hat.

exzessives Jucken und Kopfhautprobleme könnten z. B. mit einem Pilz zusammen hängen. Und dadurch verursachte Entzündungen und z. B. auch ein SE können Haarausfall deutlich verstärken. Wenn du derartige Probleme hättest würdest du das allerdings deutlich merken. Generell haben manche Leute ein begleitendes Jucken, Picken, Stechen wenn sie AGA haben, andere nicht. Ich z. B. hatte ab Sommer 2015 dieses Picken und stechen in der Kopfhaut und ich habe recht moderate AGA, also nicht besonders schlimm. Ein Kumpel von mir hat die krasseste AGA die ich so bei jemandem mitbekommen habe und gar kein Stechen und Jucken.

Wie die Vorredner auch schon meinten mit etwas Nahrungsergänzungsmitteln erreicht man eher wenig. Gerade wenn man schon so früh AGA hat und auch jahrelang nichts dagegen getan hat, kann es sehr schwer sein noch etwas zu erreichen. Dein Status klingt auch so, als wäre er bereits deutlich fortgeschritten.

Sachen wie Zink, Magnesium und B6 und so weiter sollte nahezu jeder Mann in der heutigen Zeit supplementieren um Prolaktin, Östrogene in Schach zu halten und Testo hoch zu halten.

Was deine Haare angeht. Du könntest z. B. Minox probieren und dazu regelmäßig Ket Shampoo, oder Ket Lotion nutzen und schauen ob du damit bereits etwas erreichst.

Ig

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?

Posted by [Sinner85](#) on Mon, 28 Jan 2019 13:23:59 GMT

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

xWannes schrieb am Sun, 27 January 2019 18:31 Bist du dicker als deine männlichen Verwandten?

Hast du deutlich mehr Stress?

Wie steht es um deine Orgasmen-Häufigkeit?

Ernährst du dich sehr einseitig?

Hast du juckende Kopfhaut oder sonstige Kopfhaut-Auffälligkeiten?

Stimmt etwas mit deiner Schilddrüse nicht?

...

Die Antwort auf diese Fragen könnte einen beschleunigt ablaufenden Haarausfall teilweise erklären.

viele Orgasmen wirken sich positiv oder negativ aus?

Stress beschleunigt irgendwie die AGA , da bin ich mir sicher :d

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?

Posted by [xWannes](#) on Mon, 28 Jan 2019 14:41:01 GMT

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

Sinner85 schrieb am Mon, 28 January 2019 14:23viele Orgasmen wirken sich positiv oder negativ aus?

Könnten negativ, vermutlich bei den meisten neutral, ausgeschlossen positiv.

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?

Posted by [Sinner85](#) on Mon, 28 Jan 2019 14:41:54 GMT

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

xWannes schrieb am Mon, 28 January 2019 15:41Sinner85 schrieb am Mon, 28 January 2019 14:23viele Orgasmen wirken sich positiv oder negativ aus?

Könnten negativ, vermutlich bei den meisten neutral, ausgeschlossen positiv.

Danke für die Info! :thumbup:

Subject: Aw: Haarausfall mit 24 ...?

Posted by [Piwie](#) on Mon, 28 Jan 2019 19:43:03 GMT

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

Obes89 schrieb am Mon, 28 January 2019 09:06Ich z. B. hatte ab Sommer 2015 dieses Picksen und stechen in der Kopfhaut und ich habe recht moderate AGA, also nicht besonders schlimm. Ein Kumpel von mir hat die krassste AGA die ich so bei jemandem mitbekommen habe und gar kein Stechen und Jucken.

In diesem Zusammenhang würde mich interessieren, ob dein Kumpel unter seiner Aga leidet oder sie eher als gegeben hinnimmt.

Frühere Untersuchungen gingen davon aus, das Botenstoffe wie Histamin (Juckreiz) und Neurotransmitter wie Substanz Pain (piecksen/Schmerzen) durch psychische Belastung unter Haarausfall ausgeschüttet werden. Eine Vermutung mit wissenschaftlichem Hintergrund, die bei Erwähnung im Forum gekonnt ignoriert wird.
