
Subject: Ursache für Haarausfall

Posted by [makoschi](#) on Mon, 11 Nov 2019 20:43:30 GMT

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

Hallo liebe Community,

lese hier nun bereits seit einigen Tagen, allerdings möchte ich euch nun auch mal um Rat fragen.

Vor ca. einem Monat hatte ich den Eindruck, dass ich vermehrt Haare verliere. Wenn ich mir zehn mal durch die Haare gegangen bin, hatte ich danach insgesamt ca. fünf Haare in der Hand. Seit ca. einer Woche fallen mir definitiv über 100 Haare am Tag aus, außerdem sind die Haare am ganzen Kopf auch deutlich dünner geworden. Seit heute habe ich zudem ein starkes Jucken auf dem Kopf. Beim starken "durchrubbeln" der Haare über dem Waschbecken fielen mir ca. 20 Haare aus und es regnete viele kleine weiße Flocken. Die Haare fallen mir überall aus, aber gefühlt stärker an der Oberseite und vorne.

Ich dachte zunächst, dass es sich vermutlich um erblich bedingten Haarausfall handelt. Auch wenn mein Vater mit Mitte 60 noch recht dichtes Haar hat und ich erst 26 bin kann es ja theoretisch dennoch schon bei mir auftreten. Dass die Haare allerdings so schnell so enorm dünn wurden, verwirrte mich. Vor rund drei Wochen habe ich angefangen, ein Salzspray zum Stylen meiner Haare zu verwenden. Ich bin mir nicht sicher, ob dieses nicht auch einen Einfluss hat. An meiner Ernährung habe ich nichts umgestellt.

Ich habe bereits einen Termin beim Hautarzt vereinbart, dieser findet in ca. zwei Wochen statt. Mich lässt das Thema aber einfach nicht los. Könnt ihr aus den obigen Angaben Informationen filtern, woran das Jucken, der Haarausfall und das Dünnerwerden der Haare liegen könnten?

Viele Grüße,
Malte

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall

Posted by [DetConan](#) on Mon, 11 Nov 2019 21:28:23 GMT

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

1. Salzspray weg ! Das Ding ist pures Gift, was in die Kopfhaut eindringt. Dadurch werden die Haarfollikel zerstört.

2. Hast du mehr Stress in letzter Zeit ?

3. Juckreiz und Kopfschuppen weisen oft auf Pilz hin.

4. Vitaminmangel ? Cellagon Felice und Gerstengrassaftpulver würd ich probieren, mindestens 6 Monate müssen sie eingenommen werden

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall

Posted by [makoschi](#) on Tue, 12 Nov 2019 11:31:27 GMT

Danke für die Antwort :)

Das Salzspray habe ich zuletzt vor fünf Tagen verwendet und werde es nun erstmal weglassen. Ich habe es schon immer benutzt, allerdings vor ca. drei Wochen fing ich erst an, es täglich zu nutzen. Seitdem geht es mit dem Haarausfall so richtig voran. Aber bereits vorher fielen mir ja etwas mehr Haare aus als sonst.

Meine Blutwerte habe ich zuletzt vor ca. einem Jahr checken lassen, da war alles in bester Ordnung. Seitdem habe ich nichts an meiner Ernährung geändert. Stress habe ich ebenfalls nicht übermäßig.

Das Kopfhautjucken habe ich erst seit wenigen Tagen. Ich könnte mir auch vorstellen, dass es daran liegt, dass ich mir aktuell täglich sehr oft durch die Haare gehe.

Wie kann ein Arzt denn genau feststellen, was die Ursache für den Haarausfall ist? Und wie zählt man selbst die Anzahl der ausgefallenen Haare? Schließlich bekomme ich ja nicht jedes Haar mit, das mir ausfällt. Auf meinem Kopfkissen liegen morgens nie mehr als drei bis vier Haare.

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall

Posted by [xWannes](#) on Tue, 12 Nov 2019 11:49:37 GMT

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

makoschi schrieb am Tue, 12 November 2019 12:311) Wie kann ein Arzt denn genau feststellen, was die Ursache für den Haarausfall ist?

2) Und wie zählt man selbst die Anzahl der ausgefallenen Haare? Schließlich bekomme ich ja nicht jedes Haar mit, das mir ausfällt. Auf meinem Kopfkissen liegen morgens nie mehr als drei bis vier Haare.

1) Ein (Haut-)Arzt kann eine trichoskopische Aufnahme machen um die Haardichte und das Verhältnis von Terminal- zu Vellushaaren festzustellen. Dann kann er sagen, ob es sich um klassische androgenetische Alopezie oder etwas anderes handelt.

Außerdem kann ein Bluttest Hinweise liefern, ob z.B. mit der Schilddrüse und ihren Hormonen etwas nicht stimmt. Ursachen gibt es viele.

2) Du kannst in den Abfluss der Dusche ein dünnes Nylontuch / Sehtuch oder ein Stück Strumpfhose spannen, sodass die Haare nicht ablaufen. Je nach Länge der Körperhaare und der Körperbehaarung ist es ggf. schwierig festzustellen, was Körperhaar und was Haupthaar ist.

Solltest du nur wenige Haare auf dem Kopfkissen finden, dann sollte soweit alles okay sein (es sei denn, deine Haare sind mit Gel oder Spray so gestyled, dass alles verklebt ist und ausgefallene Haare sich nicht lösen).

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall

Posted by [makoschi](#) on Tue, 12 Nov 2019 14:52:46 GMT

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

Na dann bin ich mal gespannt, was der Hautarzt mir nächste Woche sagt.

Wenn ich mir die Haare über dem Waschbecken ca. eine Minute konstant durchwuschel, liegen da ca. 30 Haare drin. Diese stammen dann von oben, hinten, vorne und den Seiten. Das halte ich angesichts der Belastung beim kräftigen durchwuscheln auch nicht für unnormale. Auf dem Kopfkissen liegen morgens keine oder maximal zwei bis drei Haare. Beim Haarewaschen zähle ich die Haare, die mir an den Händen hängen bleiben. Das sind so ca. 10-20 pro Waschgang.

Das klingt alles nicht ungewöhnlich. Damit komme ich definitiv nicht auf 100 Haare am Tag. Jedoch macht es sich inzwischen tatsächlich schon bemerkbar, dass der Haaransatz lichter wird. Und auch auf dem Kopf fühlt sich alles etwas "fluffiger" und dünner an. Gegen einen erblich bedingten Haarausfall sprechen in meinen Augen allerdings die Tatsache, dass ich überall Haare verliere, also auch an den Seiten und meine Haare auf dem ganzen Kopf deutlich dünner geworden sind - und das innerhalb kurzer Zeit.

Ich werde mal berichten, was der Arzt sagt, vielleicht haben ja andere Leser ähnliche Probleme.
