
Subject: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Dapper_Dan](#) on Mon, 04 May 2020 14:13:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich weiß nicht ob es bereits einen solchen Beitrag gab aber ich würde gerne eure Hilfe zum zusammentragen von Infos erhalten.

Ich wohne in Österreich und habe gehört das der typische androgenetische HA vermutlich durch die Spannung der Kopfhaut verursacht wird und gesehen, dass es diverse Therapie Möglichkeiten von Ärzten dazu gibt z.B. Injektionen in Kopfhaut usw., leider finde ich keinen Arzt in Österreich dazu. Nun war ich schon bei 3 verschiedenen Hautärzten, welche sich mit dem Thema Haarausfall ebenfalls beschäftigen und jedes mal werde ich wie ein verrückter belehrt das Spannungshaarausfall Blödsinn ist und in Gesprächen dazu komplett ins lächerliche gezogen.

Nun frage ich mich, sind die Hautärzte einfach ungebildet oder ist das alles nur ein Mythos? Selbst in Wikipedia gibt es einen Beitrag zu dieser Art von Haarausfall aber darauf wurde wieder negativ kommentiert und mir sofort erklärt das nur Finasterid oder Eigenblutbehandlung etc wirksam wären.

Deshalb möchte ich Eure Meinung und Erfahrungen gerne dazu hören und wäre dankbar wenn jemand auch einige handfeste Infos wie z.B. Studien zum Thema hätte.

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 04 May 2020 19:32:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Meiner Meinung nach haben Ärzte von AGA keine Ahnung und auch noch nie Ahnung davon gehabt.

Ja, die Ursache ist tatsächlich spannungsbedingt.

Wer das nicht glaubt, braucht ja nur eine EMG-Messung der Kopfhaut vornehmen zu lassen (wie ich es auch getan habe).

Mein Wert lag bei 200. Wobei 50 schon als "sehr hoch" galt.

Es ist auch insbesondere der Muskel über den Ohren, der sehr angespannt ist und der die ganze Kopfhaut zusammenzieht.

Es gibt dagegen Mittel:

- Botox-Spritzen
- Massagen
- Kopfhautmuskel
- Minoxidil oder Pfefferminzöl oder Knoblauch oder Magnesium oder alles zusammen. Denn diese Substanzen erweitern die Gefäße, indem sie die Muskeln entspannen.

Die Muskelentspannung alleine muss aber nicht zu Neuwuchs führen, denn im Laufe der Jahre

haben sich Narben in der Kopfhaut gebildet, die ein Neuwachstum verhindern.
Diese muss man auflösen.

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Acamar](#) on Tue, 19 May 2020 15:27:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Norwood:

hattest du schon Erfolg mit Kopfhautmassagen? Wie lange machst du das täglich?

Zudem: Magnesium innerlich oder topisch? Kannst du da was empfehlen?

Und wie kann man die Narben deiner Meinung denn auflösen?!

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [DetConan](#) on Tue, 19 May 2020 17:48:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Mon, 04 May 2020 21:32Meiner Meinung nach haben Ärzte von AGA keine Ahnung und auch noch nie Ahnung davon gehabt.

Ja, die Ursache ist tatsächlich spannungsbedingt.

Wer das nicht glaubt, braucht ja nur eine EMG-Messung der Kopfhaut vornehmen zu lassen (wie ich es auch getan habe).

Mein Wert lag bei 200. Wobei 50 schon als "sehr hoch" galt.

Es ist auch insbesondere der Muskel über den Ohren, der sehr angespannt ist und der die ganze Kopfhaut zusammenzieht.

Es gibt dagegen Mittel:

- Botox-Spritzen
- Massagen
- Kopfhautmuskel
- Minoxidil oder Pfefferminzöl oder Knoblauch oder Magnesium oder alles zusammen. Denn diese Substanzen erweitern die Gefäße, indem sie die Muskeln entspannen.

Die Muskelentspannung alleine muss aber nicht zu Neuwuchs führen, denn im Laufe der Jahre haben sich Narben in der Kopfhaut gebildet, die ein Neuwachstum verhindern.

Diese muss man auflösen.

Pfefferminzöl, Magnesium topisch oder innerliche Einnahme ?

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [DetConan](#) on Tue, 19 May 2020 17:51:13 GMT

Dapper_Dan schrieb am Mon, 04 May 2020 16:13Hallo,

ich weiß nicht ob es bereits einen solchen Beitrag gab aber ich würde gerne eure Hilfe zum zusammentragen von Infos erhalten.

Ich wohne in Österreich und habe gehört das der typische androgenetische HA vermutlich durch die Spannung der Kopfhaut verursacht wird und gesehen, dass es diverse Therapie Möglichkeiten von Ärzten dazu gibt z.B. Injektionen in Kopfhaut usw., leider finde ich keinen Arzt in Österreich dazu. Nun war ich schon bei 3 verschiedenen Hautärzten, welche sich mit dem Thema Haarausfall ebenfalls beschäftigen und jedes mal werde ich wie ein verrückter belehrt das Spannungshaarausfall Blödsinn ist und in Gesprächen dazu komplett ins lächerliche gezogen.

Nun frage ich mich, sind die Hautärzte einfach ungebildet oder ist das alles nur ein Mythos? Selbst in Wikipedia gibt es einen Beitrag zu dieser Art von Haarausfall aber darauf wurde wieder negativ kommentiert und mir sofort erklärt das nur Finasterid oder Eigenblutbehandlung etc wirksam wären.

Deshalb möchte ich Eure Meinung und Erfahrungen gerne dazu hören und wäre dankbar wenn jemand auch einige handfeste Infos wie z.B. Studien zum Thema hätte.

Ich lehne mich mal aus dem Fenster und sage, dass man in Deutschland keinen Arzt finden kann der sich mit Haarausfall auskennt. Ich wohne in Hamburg und war bei JEDEM Hautarzt hier und keiner kannte sich damit aus.

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 19 May 2020 20:49:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Versuch mal Knoblauch. Das wirkt so wie Minox, aber natürlich ohne Nebenwirkungen.

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [DetConan](#) on Wed, 20 May 2020 10:53:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Tue, 19 May 2020 22:49Versuch mal Knoblauch. Das wirkt so wie Minox, aber natürlich ohne Nebenwirkungen.
Innerliche Einnahme meinst du sicher ? Und wie viel müsste an nehmen, würde ein Selbstexperiment durchführen.

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 20 May 2020 22:20:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

DetConan schrieb am Wed, 20 May 2020 12:53Bis-2020-Norwood-0 schrieb am Tue, 19 May 2020 22:49Versuch mal Knoblauch. Das wirkt so wie Minox, aber natürlich ohne Nebenwirkungen.

Innerliche Einnahme meinst du sicher ? Und wie viel müsste an nehmen, würde ein Selbstexperiment durchführen.

TOPISCH! Oral, wenn dann nur zusätzlich.

-----Knoblauch Wirkmechanismen-----

- 1) enthält Lithium, welches den WNT-Signalweg öffnet (Wundheilung erhöht ebenso den WNT-Signalweg, daher vermutlich gute Synergie)
- 2) enthält Adenosin und hemmt auch das Enzym, welches Adenosin abbaut (0,75% Adenosin war in einer Studie an Männern und Frauen mit AGA geringfügig wirksamer als 5% Minoxidil)
- 3) wirkt anti-fibrotisch durch Hemmung von TGF-Beta
- 4) hemmt DHT
- 5) enthält Prostaglandine
- 6) Allicin ist ein SUR2-Öffner, genau wie Minox

Allicin (Hauptwirkstoff des Knoblauchs) ist ein SUR2-Öffner:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2012000500017

(Der Sulfonylharnstoff-Rezeptor 2 (SUR2) bewirkt eine Blutdruck-Senkung, während SUR1 das Gegenteil bewirkt)

...
die Expression des Sulfonylharnstoffrezeptors 2B in dermalen Papillenzellen bei der Produktion von Adenosin scheint auch der Wirkmechanismus von Minoxidil zu sein:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11886528>

Vergleich der Wirksamkeit von topischen 5% igen Minoxidil- und 0,75% igen Adenosinlösungen bei männlicher androgenetischer Alopezie und Messung der Patientenzufriedenheitsrate:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24183218>

Knoblauch als DHT-Hemmer. Studien:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27191676>

http://jfbt.srbiau.ac.ir/article_11260.html

Knoblauch als Kaliumkanalöffner und Vasodilatator (daher ähnlich wie Minox):

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-695X2012000500017

Knoblauch hemmt auch Fibrose durch Herunterregulierung von TGF-Beta:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0261561412001550>

Erfahrungsberichte:

<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/rubbing-raw-crushed-garlic-on-scalp-having-quick-re-gro.25160/>

<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/success-very-thin-hair-regrowth-in-temple-region-no-w-how-can-i-thicken-it.87819/>

<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/garlic-for-hair-loss.33701/>

<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/onion-garlic-vinegar-protocol-for-hair-loss.101268/>

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Gast](#) on Thu, 11 Jun 2020 21:14:16 GMT

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

Ich war dbzgl. auch mal beim Arzt und wurde angesehen wie ein verrückter der nen Aluhut trägt. Meine Friseurin hingegen sagte das jeder der Haarausfall hatte auch eine verspannte Kopfhaut zeigt.

Vi. sollte man mal seinen Mg Gehalt im Auge behalten?!

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Geheimrat34](#) on Sun, 21 Jun 2020 18:03:13 GMT

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

Hier gibt es Ärzte, die Spannungshaarausfall behandeln:
ac-therapie.de/fachaerzte-kliniken-diagnose-therapie/

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Craktuv](#) on Sun, 21 Jun 2020 23:01:35 GMT

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

Don Rico schrieb am Thu, 11 June 2020 23:14Ich war dbzgl. auch mal beim Arzt und wurde angesehen wie ein verrückter der nen Aluhut trägt. Meine Friseurin hingegen sagte das jeder der Haarausfall hatte auch eine verspannte Kopfhaut zeigt.

Vi. sollte man mal seinen Mg Gehalt im Auge behalten?!

Aber da müsste man auch mal schauen ob die Haare wegen der verspannten Kopfhaut ausfallen oder ob die Kopfhaut durch den Ausfall verspannt.

Subject: Aw: Nachweise für Spannungshaarausfall und Ärzte
Posted by [Geheimrat34](#) on Mon, 22 Jun 2020 10:35:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich finde es ist schon ein sehr deutlicher Anhaltspunkt, dass die, die hier eine EEG-Messung haben machen lassen, alle stark erhöhte Werte haben. Auf wenn es nicht der Grund für den Haarausfall wäre, würde ich versuchen, das zu lösen. Auf Fotos vor 2 Jahren, wo mein Haarstatus am schlimmsten war, sehe ich, dass mein Haaransatz und der Haarhelm im allgemeinen nach hinten gezogen erscheint, was auch für eine ziemlich hohe Stirn sorgt. Seitdem ich die Kopfhaut mit verschiedenen Methoden massiert und gestretcht habe, ist alles nicht mehr so stark angespannt und stramm. Ich merkte auch, dass sich meine Hinterkopfmuskulatur sehr stark anspannt, wenn ich lachen musste oder auch wenn ich gestresst war. Mit bewusster Entspannung kann ich nun etwas entgegenwirken, aber ich wünschte Botox wäre nicht so teuer, dann würde ich es probieren.
