
Subject: Verliere täglich viele Haare
Posted by [hvg](#) on Thu, 14 May 2020 16:54:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

ich bin 36 Jahre alt und habe mittellanges/längeres Haar. Seit Jahren schon ist mein Haaransatz vorne etwas dünner als der Rest vom Kopf. Die Haare vorne sind teilweise auch relativ dünn und kurz.

Hab mir dabei auch nie groß Sorgen gemacht. Bis ich vor einiger Zeit dann gemerkt hab wie viele Haare ich doch so verliere. Allerdings merke ich das immer nur dann wenn ich mit den Fingern durch die Haare fahre. Morgens ist es ganz schlimm. Bei jedem Mal "durch die Haare fahren" sind locker 3-5 Haare in der Hand. Über den Tag verteilt hab ich dann das Gefühl das es besser wird. Aber eigentlich hab ich doch immer mindestens ein Haar in der Hand. So komm ich dann auch locker über die 100 Haare die normal sind. Beim kämmen ist es teilweise noch schlimmer.

Das Phänomen ist auch am Hinterkopf und um die Ohren zu beobachten, was ja eigentlich nicht typisch für den anlagenbedingten Haarausfall ist oder?

Außerdem ist es mir auch schon bei meiner restlichen Körperbehaarung aufgefallen, das ich recht viele Haare verliere wenn ich dort mit den Fingern durchstreife. So merke ich z.B. nach dem duschen, wenn ich nicht die Haare wasche, und mich in der Dusche abtrockne, dass dann bestimmt 100te kleine Härchen am Boden liegen. Alles Körperhaare, da diese bei mir viel dunkler sind.

Ich mache mir jetzt echt Sorgen was das ist. Kann das trotzdem anlagenbedingter Haarausfall sein?

Ich danke euch schonmal für das lesen des Beitrags.

Subject: Aw: Verliere täglich viele Haare
Posted by [DetConan](#) on Thu, 14 May 2020 19:30:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hört sich nach diffusem HA auf dem Kopf an, hast du zurzeit viel Stress ? Wie sieht die Ernährung aus ? Welches Shampoo nutzt du ? Machst du Sport ?

Subject: Aw: Verliere täglich viele Haare
Posted by [hvg](#) on Sat, 16 May 2020 17:42:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hm also Stress hab ich mal mehr und mal weniger. Der Haarausfall stresst mich halt am meisten. Und zwar richtig. Meine Ernährung ist ganz normal würde ich sagen. Ich nutze Schauma und

hab angefangen in letzter Zeit wieder mehr Sport zu machen.
