

---

Subject: Seit 2014 Haarausfall

Posted by [kosa2020](#) on Wed, 23 Sep 2020 09:00:36 GMT

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

---

Ich bin neu in der Gruppe und weiß nicht weiter. Ich bitte um Hilfe.

Guten Morgen, ich habe seit 2014 Haarausfall. Ich habe damals sämtliche Tests gemacht. Aber alles war in Ordnung.

Eisen, Blutwerte, Schilddrüse, Hormone sämtliche Hausmittel, und Pantovigar, Haarmassage, Kalt/warmdusche usw. Mein Trichogramm von 2014

frontal, vorne 47 Haare davon hinten occipital, 41 Haare

Anagenhaare mit Wurzelscheiden 9 13 Haare

Anagenhaare ohne Wurzelscheiden 11 11 Haare

abgebrochene 2 6 Haare

bis 95 % ist es ok.

telogenhaare bis 18% bei mir sind es 14 9 Haare

dystrophische Haare bei 4 % bei mir sind es 11 Haare 2 Haare

Beurteilung telogen.dyst. Effinium - soll er cranell und biotin nehmen. So die Diagnose. Das habe ich gemacht aber keine Verbesserung.

dystrophischer Effinium kann ich mir nicht erklären. Bin kern gesund. Esse gesund und bei 164 wiege ich 59. alles normal. Keine Vorerkrankungen. Nehme keine Medikamente.

Mein Haarumsatz ist um ein Drittel weniger geworden. Das war schrecklich damals. Ich mochte mich gar nicht kämmen. Das ganze Badezimmer war voller Haare. Ich war seit dem nicht mehr bei Frisur, da meine Haare immer auf der gleichen Länge sind bzw. verkürzte Wachstumsphase haben und nicht mal 2 Jahre wachsen und sehr dünn sind. Die fallen jetzt nicht mehr so viel aus aber es ist auf dem gesamten Kopf sehr wenig da.

jetzt kann ich ohne Haarteile nicht aus dem Haus. Auf dem gesamten Kopf ist es weniger geworden und auf dem Schläfen sehr viel weniger. Was mir Sorgen macht, dass die Haare immer wieder nicht nachwachsen, wenn die Haarwurzel so ausgeschöpft sind und keine mehr nachwachsen oder alle sind dann habe ich irgendwann eine Glatze.

Hat jemand das gleiche?

Am Anfang bin ich zum Arzt gerannt aber helfen kann mir so richtig keiner. Dann hatte ich Hoffnung, dass es irgendwann besser wird. Minoxidil habe ich nicht benutzt, es hieß erstmal hat man Haarausfall und dann wird es besser und nach dem Absetzen ehe alle Haare wieder ausfallen

Ich habe es cranell und biotin genommen aber keine Verbesserung. Ich nehme immer noch Vitamine für die Haare.

bin verzweifelt, da es schon 7 Jahre her ist.

Haarteile benutzte ich schon, aber wenn es noch lichter wird auf dem Gesamtkopf dann brauche ich Perücke.

Ich bin euch so dankbar für eure Tipps und Antworten.

Subject: Aw: Seit 2014 Haarausfall  
Posted by [DetConan](#) on Wed, 23 Sep 2020 10:59:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Welche Vitamine nimmst du ? Ich würde Silizium (Lebenskraftpur), MSM + Vitamin C und Gerstengrassaftpulver nehmen. Dazu den Kopf leicht massieren.

---

Subject: Aw: Seit 2014 Haarausfall  
Posted by [kosa2020](#) on Wed, 23 Sep 2020 11:34:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo, vielen Dank für deine Antwort. Ich nehme B Vitamine, C und E. Phytoprodukt. 2 Kapseln am Tag .  
Ich hab eben recherchiert man kann auch dermapen bzw dermaroller gegen haarausfall machen.  
Ah ja ich bin 45 Jahre alt. Hab vergessen zu schreiben.

---

Subject: Aw: Seit 2014 Haarausfall  
Posted by [DetConan](#) on Wed, 23 Sep 2020 12:00:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[kosa2020](#) schrieb am Wed, 23 September 2020 13:34Hallo, vielen Dank für deine Antwort. Ich nehme B Vitamine, C und E. Phytoprodukt. 2 Kapseln am Tag .  
Ich hab eben recherchiert man kann auch dermapen bzw dermaroller gegen haarausfall machen.  
Ah ja ich bin 45 Jahre alt. Hab vergessen zu schreiben.  
Ja der Dermaroller erhöht die Durchblutung was sehr förderlich für deine Haare ist.

---