

---

Subject: Hallo zusammen!

Posted by [sternchen01](#) on Mon, 22 Aug 2022 21:24:01 GMT

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

---

Hallo zusammen, ich bin neu hier und hoffe auf Erfahrungsaustausch und einfach ein offenes Ohr. Ich bin 36 Jahre alt und bin das erste Mal mit dem Thema Alopecia 3 Monate nach der Geburt meiner Tochter konfrontiert worden, es fing im April 2021 an. In meiner Familie kenne ich keine Fälle von starkem Haarausfall. Jedenfalls bekam ich stirnbandförmigen Haarausfall, den ich aber noch gut kaschieren konnte, da das Dexkhaar blieb. Naxh ca 3 Monaten begannen die Haare nachzuwachsen. Nach einem halben Jahr waren alle Kahlstellen wieder bedeckt. Dann aber der Schock: nach ein paar Monaten begann der Haarausfall von neuem (Januar 2022) und zwar mit voller Wucht-nach 4 Monaten hatte ich keine Haare mehr auf dem Kopf! Seit März 2022 trage ich Perücke. Wimpern und Augenbrauen sind noch da, viele Körperhaare sind weg, habe aber das Gefühl dass da langsam einige wiederkommen. Auf dem Kopf selbst passiert aber ziemlich wenig Es ist an ein paar wenigen Stellen leichter Flaum zu sehen aber mehr nicht! Ich habe mich komplett durchchecken lassen, meine Werte sind alle gut. Die Kortisontherapie habe ich verweigert. Insofern nehme ich ab und an Vitamine aber mehr auch nicht. Ich bin langsam echt müde :( Hat denn jemand ähnliche Erfahrungen gemacht? Wann kann ich denn auf Besserung hoffen? Oder soll ich mich auf ein Leben mit Perücke einstellen? Ach ja, ich hatte 2020 und auch 2021 sehr viel Beziehungsstress. Mittlerweile machen wir eine Therapie und scheinen wirklich auf einem sehr guten Weg zu sein. Andere grosse Stresssituationen gabs nicht...

Liebe Grüsse und danke schon Mal fürs Lesen!

---

---

Subject: Aw: Hallo zusammen!

Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 23 Aug 2022 05:54:38 GMT

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

---

Hi Sternchen,

Mit Corona kann es keinen Zusammenhang geben, oder vielleicht mit einer Impfung???

---

---

Subject: Aw: Hallo zusammen!

Posted by [sternchen01](#) on Tue, 23 Aug 2022 06:20:12 GMT

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

---

Ich bin Mitte Dezember geboostert worden... der zeitliche Zusammenhang für die 2.Welle würde also schon passen... Im März hatte ich dann auch Corona... Also keine Ahnung?

---

---

Subject: Aw: Hallo zusammen!

Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 24 Aug 2022 07:42:55 GMT

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

---

Zitat:Also keine Ahnung?

---

Das einfachste die Sache hier zu bewerten, wäre 1-3 Fotos ( Gesicht kann man wegschneiden) machen, und vielleicht, wieviel Haare am Tag ausfallen.  
Stress scheint sich tatsächlich negativ auf den HA auszuwirken.  
[Ich hab neulich mit Frank darüber gesprochen. Dadurch bin auch noch mal auf den Trichter gekommen, das meine ( nenne sie mal) Zwei HAARAUSSFALL-Zyklen ( mit Ende 26 & 40) immer durch eine schlechte Phase/ Depression getriggert worden sind.  
Diesen Aspekt hab ich völlig bei mir verdrängt.]

---

---

Subject: Aw: Hallo zusammen!  
Posted by [Frank1970](#) on Wed, 24 Aug 2022 09:32:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sternchen01 schrieb am Tue, 23 August 2022 08:20Ich bin Mitte Dezember geboostert worden... der zeitliche Zusammenhang für die 2.Welle würde also schon passen... Im März hatte ich dann auch Corona... Also keine Ahnung?  
Hallo

Du hattest 2 mal einen autoummunbedingten Haarausfall-Schub.  
Der erste, HA nach der Schwangerschaft, der mich deiner Beschreibung zufolge an eine Frontal Fibrosierende Alopezie mit Spontanremission erinnert, hat sich beim 2 mal durch die Impfung erneut gezeigt.

Sowohl Schwangerschaften, als auch Coronaimpfungen, können alle Arten von Haarausfall begünstigen.  
Das sowas in der Schwangerschaft, oder danach passieren kann, ist alt bekannt.  
Auch ist es medizinisch bekannt das der Corona Impfstoff das auslösen kann

Ich hatte Cortison nicht abgelehnt.  
E. V hatte das den Schub abgefangen, und danach wäre Ruhe gewesen.

Gruss Frank

---

---

Subject: Aw: Hallo zusammen!  
Posted by [sternchen01](#) on Wed, 24 Aug 2022 09:38:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie gesagt, mittlerweile habe ich auf dem Kopf keine Haare mehr :(

---

---

Subject: Aw: Hallo zusammen!  
Posted by [Frank1970](#) on Wed, 24 Aug 2022 10:08:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sternchen01 schrieb am Wed, 24 August 2022 11:38Wie gesagt, mittlerweile habe ich auf dem Kopf keine Haare mehr :(

Lass mal abklären ob ein lichen planopilaris dahinter steckt.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6219223/>

Diese deine Sache, muss warscheinlich aehnlich wie eine Areata behandelt werden.  
Ein echter und kompetenter Haarspezialist, z. B Ralph Trueb aus Zürich kann dir das genauer diagnostizieren.

Ein normaler Hautarzt eher nicht...

---

---

Subject: Aw: nachtrag  
Posted by [Frank1970](#) on Wed, 24 Aug 2022 10:38:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es ist auch schwer dir hier Medikation en nahezulegen, zumal du offenbar keine gesicherte Diagnose hast.

In deinem Fall wuerde es warscheinlich sogar Sinn machen eine Kopfhaut Biopsie zu entnehmen,um z. B zu schauen ob Fibrose besteht.  
Dann musste eigentlich ein Immunspezifisches Blutbild gemacht werden.

Was du hier machen kannst, ist dein Eisrnwert einstellen.  
Denn Eisen muss bei jeder Haarerkrankungen mindestens bei 70 mg dl liegen.  
Weiter Vit D.  
Wenn der nicht OK ist, dann kannst du C. A 8000 IE tgl nehmen, oder mehr,.. Und schauen ob es besser wird.  
Cortison kann man auch topisch auf der Kopfhaut auftragen.  
Aber erst Diagnose, insofern diese noch nicht gegeben wurde

---

---

Subject: Aw: nachtrag  
Posted by [sternchen01](#) on Wed, 24 Aug 2022 10:51:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ok danke, ein richtiger Spezialist ist wohl eine gute Idee. Ich war beim normalen Hautarzt und der hat mich an die Hautklinik unserer Uniklinik verwiesenm Dort kam dann die Empfehlung mit der Kortisontherapie. Ich wollte aber nicht 7 Woxhen lang hochdosiertes Kortison einnehmen wegen der möglichen Nebenwirkungen...

---

---

Subject: Aw: nachtrag  
Posted by [Frank1970](#) on Wed, 24 Aug 2022 11:14:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sternchen01 schrieb am Wed, 24 August 2022 12:51ok danke, ein richtiger Spezialist ist wohl eine gute Idee. Ich war beim normalen Hautarzt und der hat mich an die Hautklinik unserer Uniklinik verwiesenm Dort kam dann die Empfehlung mit der Kortisontherapie. Ich wollte aber

nicht 7 Wochen lang hochdosiertes Kortison einnehmen wegen der möglichen Nebenwirkungen...

Wenn dir orales Cortison empfohlen wurde (eine C Stosstherapie), haben die dir bereits autoimmun bedingten HA diagnostiziert.

Dann kannst du bis zum nächsten Termin bei einem Spezialisten, kannst du dein Eisen und Vit D messen lassen und hier einstellen.

Schilddrüse OK?

---

Subject: Aw: nachtrag  
Posted by [sternchen01](#) on Wed, 24 Aug 2022 11:19:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja, die Schilddrüse ist i.O. Ich hatte tatsächlich Eisenmangel und Vitamin D Mangel und nehme seit einem halben Jahr die entsprechenden Vitamine...

---

Subject: Aw: nachtrag  
Posted by [Frank1970](#) on Thu, 25 Aug 2022 07:28:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja... Besonders diese beiden Mängel können den Ausbruch triggern, und die Regeneration vermindern.

Man kann Cortikoide, oder andere Immunmodulatoren bei AA auch topisch auf die Kopfhaut auftragen.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17062039/>

Sowas sollte aber von einem Arzt begleitet werden.

Solltest du vill mal vorschlagen.

Nur musst du dich beeilen, denn irgendwann wächst nichts mehr nach.  
Bzw wenn das zu lange entzündet bleibt

Gruss  
Frank

---

Subject: Aw: nachtrag  
Posted by [sternchen01](#) on Thu, 25 Aug 2022 18:25:55 GMT

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

---

Alles klar, danke!

---