
Subject: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [NEMS](#) on Sat, 26 Nov 2022 07:51:44 GMT

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

Hallo zusammen,

ich bin ganz neu hier und darf mich kurz vorstellen: Ich, weiblich, 29 Jahre jung, kam das erste Mal mit Haarausfall 2019 in Verbindung, nachdem ich die Pille nach 14 jähriger Einnahme abgesetzt habe. Der Haarausfall war immer Phasenweise und kam auch zum Stillstand. Seit diesem Jahr war es extrem, ich hatte zwei Mal Corona und mir rieselten die Haare nur so von Kopf. Unzählige Arztbesuche und nichts hat geholfen, bis ich bei einem Heilpraktiker gelandet bin. Aktuell nehme ich verschiedenste NEM und mache eine Darmaufbaukur, nachdem ich eine aufwendige Untersuchung meines Stuhls durchführen lassen habe (Darmschleimhaut entzündet, keine Diversität bei den Bakterienstämmen). Keine Ahnung was geholfen hat, aber der Haarausfall wurde schlagartig besser.

Nun ist mir aufgefallen, dass die Haare die nachwachsen zum Teil extrem dünn und kräuselig sind. Ich kann die ohne schmerzen am Oberkopf rausziehen. Am Ende ist ein dickes weißes Stück (ich nehme an die Haarwurzel) sowie ein schwarzer Punkt? Diesen schwarzen Punkt habe ich allerdings nur bei den schwachen kurzen kräuseligen Haaren. Ich habe natürlich viel gelesen über AGA. Mein Scheitel hat sich tatsächlich etwas gelichtet, man sieht es wenn die Sonne direkt drauf scheint.

Könnte es sich dabei um AGA in Verbindung mit der Minaturisierung handeln? Dieser schwarze Punkt ist verdächtig aber ich finde im Netz dazu leider nichts... diese nachwachsenden Haare sind sehr schwach, dünn und auch irgendwie wellig bzw. kräuselig.

Ich habe zudem einen sehr niedrigen Ferritinwert und Vitamin D Mangel, hier bin ich ebenfalls gerade am aufbauen.

Ich freue mich über eure Rückmeldungen :).

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [Frank1970](#) on Sat, 26 Nov 2022 11:39:37 GMT

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

[quote title=Tanja762 schrieb am Sat, 26 November 2022 08:51]Hallo zusammen,

ich bin ganz neu hier und darf mich kurz vorstellen: Ich, weiblich, 29 Jahre jung, kam das erste Mal mit Haarausfall 2019 in Verbindung, nachdem ich die Pille nach 14 jähriger Einnahme abgesetzt habe. Der Haarausfall war immer Phasenweise und kam auch zum Stillstand. Seit diesem Jahr war es extrem, ich hatte zwei Mal Corona und mir rieselten die Haare nur so von Kopf. Unzählige Arztbesuche und nichts hat geholfen, bis ich bei einem Heilpraktiker gelandet bin. Aktuell nehme ich verschiedenste NEM und mache eine Darmaufbaukur, nachdem ich eine aufwendige Untersuchung meines Stuhls durchführen lassen habe (Darmschleimhaut entzündet, keine Diversität bei den Bakterienstämmen). Keine Ahnung was geholfen hat, aber der Haarausfall wurde schlagartig besser.

Nun ist mir aufgefallen, dass die Haare die nachwachsen zum Teil extrem dünn und kräuselig sind. Ich kann die ohne Schmerzen am Oberkopf rausziehen. Am Ende ist ein dickes weißes Stück (ich nehme an die Haarwurzel) sowie ein schwarzer Punkt? Diesen schwarzen Punkt habe ich allerdings nur bei den schwachen kurzen kräuseligen Haaren. Ich habe natürlich viel gelesen über AGA. Mein Scheitel hat sich tatsächlich etwas gelichtet, man sieht es wenn die Sonne direkt drauf scheint.

Könnte es sich dabei um AGA in Verbindung mit der Minaturisierung handeln? Dieser schwarze Punkt ist verdächtig aber ich finde im Netz dazu leider nichts... diese nachwachsenden Haare sind sehr schwach, dünn und auch irgendwie wellig bzw. kräuselig.

Ich habe zudem einen sehr niedrigen Ferritinwert und Vitamin D Mangel, hier bin ich ebenfalls gerade am aufbauen.

Ich freue mich

Hallo

Der Punkt kommt bei mehreren Haarerkrankungen vor.
U. A. Areata, Tinea Capitis aber tatsächlich kann das auch Haarfarbe machen.

Dein Verschaden durch das Absetzen der Pille, würde mit einem Vit D und Eisen angel, sowie mehrfach mit einer Covid 19 Infektion konfrontiert.
Daher entstehen jetzt vereinzelt dystrophe Haare und HA.

Ferritin muss auf 70 mg DL gebracht werden.
Nicht drunter!

Der Vit D Mangel muss sachgerecht behoben werden.

Eisen wird besser mit 1500 mg Lysin aufgenommen.
Unabhängig davon ist Lysin gut für das Haar.

Zum Aufbau der Haut:

1200 mg Nac (acc akut) Bzw 2 mal 600 mg.

Cefasel nutri 200 mic

Aminoplus Glycin 1500 mg tgl abends

Keine restriktiven Diäten.
Protein Reich ernähren, plus Whey Protein shakes 2 mal tgl.

Bitte nichts im Web bestellen. Wirkung und Inhalt fraglich.

Den Weg in die Apotheke nicht scheuen.

Sind hormonelle und sd spezifische Blutwerte gemacht?

Gruss

F

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [NEMS](#) on Sat, 26 Nov 2022 12:36:21 GMT

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

Hallo Frank,

erstmal besten Dank für deine Antwort. Ich habe bereits 2019 schon die Pille abgesetzt. Hormontest habe ich gemacht, ich habe eine leichte Östrogendominanz, Progesteronmangel und etwas erhöhte Testosteronwerte. Haare färben mache ich bestimmt seit 10 Jahren nicht mehr. Ich nehme verschiedene NEM und auch Protein-NEM zu mir. Mittlerweile wachsen viele Haare wieder nach, aber vereinzelt sind da diese total dünnen krauseligen Haare die zum Teil auch schwach pigmentiert sind und sich ohne Schmerz einfach rausziehen lassen. Und genau an diesen Haaren ist an der Haarwurzel ein schwarzer Punkt.

Also liegt es deiner Meinung nach an den Hormonen und nicht an einer beginnenden AGA?

Liebe Grüße

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [Frank1970](#) on Sat, 26 Nov 2022 14:02:30 GMT

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

98Tanja762 schrieb am Sat, 26 November 2022 13:36Hallo Frank,

erstmal besten Dank für deine Antwort. Ich habe bereits 2019 schon die Pille abgesetzt. Hormontest habe ich gemacht, ich habe eine leichte Östrogendominanz, Progesteronmangel und etwas erhöhte Testosteronwerte. Haare färben mache ich bestimmt seit 10 Jahren nicht mehr. Ich nehme verschiedene NEM und auch Protein-NEM zu mir. Mittlerweile wachsen viele Haare

wieder nach, aber vereinzelt sind da diese total dünnen krauseligen Haare die zum Teil auch schwach pigmentiert sind und sich ohne Schmerz einfach rausziehen lassen. Und genau an diesen Haaren ist an der Haarwurzel ein schwarzer Punkt.

Also liegt es deiner Meinung nach an den Hormonen und nicht an einer beginnenden AGA?

Liebe Grüße

Das Absetzen der Pille kann bereits einen ersten Schaden am Gewebe verursacht haben. Das ist ein ähnlicher Vorgang wie er manchmal nach Schwangerschaften vorkommt.

Die Covid Infektionen koennen das auch wenn Jahre dazwischen, nochmal intensiviert haben.

Der Eisen und Vit D Mangel koennte die Regeneration verhindert haben.

In diesem Fall, falls es so ist, würde sich dann auch der Höhe T Wert kontraproduktiv auswirken.

Na ja das DHT.

Das koennte man dann gezielt hemmen, was aber etwas schwierig ist, bei bestehender Estrogen Dominanz.

Aber warte erstmal ab ob die NEM und das Protein reparieren koennen.

Wenn das dann immer noch nicht klappt, muss ein Endo ran.

Bei Estrogen Dominanz ist das etwas schwierig.

Nur....., eine Pille würde ich nicht nochmal nehmen.

Die bringt alles durcheinander.

Auch das körpereigene E2.

Lg

Frank

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [NEMS](#) on Sun, 27 Nov 2022 13:10:34 GMT

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

Dankeschön!

Ja ich werde erstmal versuchen meine Mängel auszugleichen und mich mit den anderen Sachen vollzupumpen. SD Werte sind in Ordnung, habe ich testen lassen. Mir machen nur die nachwachsenden Haare zu schaffen am Oberkopf. Sie sind so furchtbar dünn und kraftlos, dass ich sie einfach rausziehen kann ohne einen Schmerz zu verspüren :(.... Das klingt halt irgendwie nach Minaturisierung und AGA...

LG

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [Frank1970](#) on Sun, 27 Nov 2022 13:38:48 GMT

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

Tanja762 schrieb am Sun, 27 November 2022 14:10 Dankeschön!

Ja ich werde erstmal versuchen meine Mängel auszugleichen und mich mit den anderen Sachen vollzupumpen. SD Werte sind in Ordnung, habe ich testen lassen. Mir machen nur die nachwachsenden Haare zu schaffen am Oberkopf. Sie sind so furchtbar dünn und kraftlos, dass ich sie einfach rausziehen kann ohne einen Schmerz zu verspüren :(.... Das klingt halt irgendwie nach Minaturisierung und AGA...

LG

Also ich hab ja so ein GHE Ansatz und dort auch so kurze kraftlose und due ne Haare. Die sind aber seit 20 Jahren dort, und trotz aller Frasierstrapazen(meine sind imens), sind sie mir nie entschwunden. Daher kann ich nicht sagen das sich dystrophe Haare bei AGA leichter rausziehen lassen. Vielleicht haben andere hier sowas bemerkt?

Das muss gar nichts mit AGA zu tun haben!
Es gibt so viele Haarwuchs Störungen.
Ein Phänomen heisst z. B Lose Anagenhaare.
Oder auch bei Eisen angel kommt sowas vor.

AGA... Bei Frauen ist das ohnehin fraglich.
Die bislang angenommene Pathogenese muss reformiert werden.
Die Erkenntnisse sind unzureichend.
Das wurde kaum untersucht.

Lg
Und viel Glueck

Frank

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [NEMS](#) on Tue, 06 Dec 2022 12:44:35 GMT

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

Hallo Frank,

entschuldige die späte Rückmeldung, es war viel los in letzter Zeit.

Ende des Monats lasse ich nochmals meinen Ferritin-Wert und Vitamin D checken. Ich bin gespannt, ob die Werte hochgegangen sind.

Mein Haarausfall hat sich enorm gebessert, lange Haare fallen kaum aus (zuvor war ich täglich über 100 Haare, jetzt vielleicht 10-20). Nur die kurzen Haare machen mich stutzig. Sie wachsen

so sehr kraftlos am Oberkopf nach und mit einem leichten Ziehen ohne Schmerz habe ich sie dann in der Hand. AGA ist bei Frauen tatsächlich schwierig, ich denke, es hängt viel mit den Hormonen zusammen. Ich habe dazu ja auch noch einen Progesteronmangel. Ich bin eben nur verwundert, warum ausgerechnet die kurzen nachwachsenden Haare ausfallen. Ich nehme mittlerweile, wie von Dir empfohlen, viel Proteine zu mir, insbesondere auch in Form von Shakes. Natürlich weiß ich nicht, ob ich schon immer solche dünnen kraftlosen Haare hatte, die wieder ausgefallen sind. Früher habe ich darauf nicht geachtet, heute schaue ich ja gefühlt alle 10 Minuten auf die Haare ;).

Hast Du eine Idee, wie man rausfindet oder feststellen kann, ob es sich um eine Haarwachstumsstörung handelt? Ich war schon bei so vielen Hautärzten, die einen ja sowieso nicht ernst nehmen. Ich habe auch schon an eine Meso-Therapie gedacht.

Liebe Grüße!

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 06 Dec 2022 13:29:29 GMT

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

Tanja762 schrieb am Tue, 06 December 2022 13:44Hallo Frank,

entschuldige die späte Rückmeldung, es war viel los in letzter Zeit.

Ende des Monats lasse ich nochmals meinen Ferritin-Wert und Vitamin D checken. Ich bin gespannt, ob die Werte hochgegangen sind.

Mein Haarausfall hat sich enorm gebessert, lange Haare fallen kaum aus (zuvor war ich täglich über 100 Haare, jetzt vielleicht 10-20). Nur die kurzen Haare machen mich stutzig. Sie wachsen so sehr kraftlos am Oberkopf nach und mit einem leichten Ziehen ohne Schmerz habe ich sie dann in der Hand. AGA ist bei Frauen tatsächlich schwierig, ich denke, es hängt viel mit den Hormonen zusammen. Ich habe dazu ja auch noch einen Progesteronmangel. Ich bin eben nur verwundert, warum ausgerechnet die kurzen nachwachsenden Haare ausfallen. Ich nehme mittlerweile, wie von Dir empfohlen, viel Proteine zu mir, insbesondere auch in Form von Shakes. Natürlich weiß ich nicht, ob ich schon immer solche dünnen kraftlosen Haare hatte, die wieder ausgefallen sind. Früher habe ich darauf nicht geachtet, heute schaue ich ja gefühlt alle 10 Minuten auf die Haare ;).

Hast Du eine Idee, wie man rausfindet oder feststellen kann, ob es sich um eine Haarwachstumsstörung handelt? Ich war schon bei so vielen Hautärzten, die einen ja sowieso nicht ernst nehmen. Ich habe auch schon an eine Meso-Therapie gedacht.

Liebe Grüße!

Hallo

Freut mich das sich das gebessert hat!

Diese kurzen Haare....., das sind Haare deren Anagenphase verkürzt abläuft.
Die, Haarwuchs Zyklus -Uhr, so wird es in der Wissenschaft genannt, ist lokal leicht gestört.
Viele viele Hormone und Botenstoffe kommen dafür in Frage.
Vorallem Estrogen, und auch Melatonin und Prolactin.

Es ist schwer da einen zentralen Schuldigen zu finden.

Diese kurzphasigen Haare... Die habe ich aber auch.
Trotz Behandlung hab ich sie.

Sie gehen nicht aus.... Das hab ich mehr als 10 Jahre akribisch beobachtet und photographisch festgehalten.

Selbst die 1 cm Haare im GHE Bereich sind seit mehr als 20 Jahren dort
Wenn man mal überlegt, hat sich ihr Zyklus in den 20 Jahren ja mindestens 3 bis vier Mal erneuert.
Wenn man von einer sechsjährigen Anagendauer ausgeht.

Solange die Struktur sich nicht nochmal verändert, oder die Farbe in Richtung ausgebleichen geht, dürfte alles ok sein.
Ob sich die Anagenphase wieder ausdehnt, hängt von dem Anschlägen deiner Behandlung ab.

Das kann u. U sehr lange dauern bis sie länger werden.

Lg und viel glueck

Frank

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel
Posted by [NEMS](#) on Tue, 06 Dec 2022 13:48:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielleicht ist der Zyklus noch gestört von der Corona-Erkrankung von vor paar Monaten. Ob die Haare ausgebleichen sind, kann ich nicht genau sagen. Da sie sehr dünn sind, sehen sie weniger pigmentierter aus als die anderen... Kann auch optische Täuschung sein.

Ich werde weiter berichten :).

LG

Subject: Aw: Kleine Haare mit schwarzem Punkt an der Wurzel

Posted by [NEMS](#) on Mon, 19 Dec 2022 11:10:10 GMT

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

Hallo zusammen,

ich habe jetzt mal versucht, ein Bild von der Wurzel zu machen. Einige nachwachsende Haare kann ich mir am Oberkopf ohne Schmerz rausziehen. Sie haben eine längere Wurzel (weiß) und auch die Wurzel ist auch dicker im Vergleich zu den anderen Haaren die mir ausfallen und am Ende diesen schwarzen Punkt.... Habt ihr eine Ahnung was das sein könnte? Diese kurzen Haare verliere ich momentan vermehrt bzw. Lassen sich einfach rausziehen....

Auf dem Bild sieht es noch alles recht klein aus, aber die Wurzel ist in echt ziemlich lang und dick und hat am Ende diesen kleinen schwarzen Punkt...

LG

File Attachments

1) [0379CCB2-B414-4753-B851-13EC901BA6D6.jpeg](#), downloaded 79 times

