
Subject: Trichodynie

Posted by [Amarok](#) on Sun, 01 Oct 2006 21:06:22 GMT

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

Ich habe seit einiger Zeit neben dem Jucken auch hin und wieder Kopfhautschmerzen. Das ist besonders der Fall, wenn ich die Haare entgegen ihrer Wuchsrichtung kämme. Da ich lange Haare habe und in der Regel einen Zopf trage, werden viele Haare dauerhaft entgegen ihrer Wuchsrichtung gezogen, was dann zu Schmerzen führt.

Die Schmerzen sind meistens noch erträglich, ich frage mich aber, ob das evtl. schlecht für die Haare ist. Wenn ich die Haare offen trage, habe ich meist gar keine Schmerzen, kann aber nicht immer so rumlaufen + ich kann meine beginnende Tonsur nicht so toll verstecken
Weiß da jemand bescheid?

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [lhs76](#) on Mon, 02 Oct 2006 07:20:47 GMT

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

kenne ich auch vom zopftragen, habe alledings wieder kurze haare.

ob es schädlich ist, weiss ich nicht.

bei den haaren in anderen körperbereichen ist es aber auch so entgegen der wuchsrichtung.

gruss

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [pilos](#) on Mon, 02 Oct 2006 09:17:29 GMT

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

Amarok schrieb am Son, 01 Oktober 2006 23:06Ich habe seit einiger Zeit neben dem Jucken auch hin und wieder Kopfhautschmerzen. Das ist besonders der Fall, wenn ich die Haare entgegen ihrer Wuchsrichtung kämme. Da ich lange Haare habe und in der Regel einen Zopf trage, werden viele Haare dauerhaft entgegen ihrer Wuchsrichtung gezogen, was dann zu Schmerzen führt.

Die Schmerzen sind meistens noch erträglich, ich frage mich aber, ob das evtl. schlecht für die Haare ist. Wenn ich die Haare offen trage, habe ich meist gar keine Schmerzen, kann aber nicht immer so rumlaufen + ich kann meine beginnende Tonsur nicht so toll verstecken
Weiß da jemand bescheid?

das kommt eher von den mikroentzündungen die AGA begleiten...und der zopf verstärkt die wahrnehmung dieser entzündungen...

Subject: no comment

Posted by [lhs76](#) on Mon, 02 Oct 2006 10:02:39 GMT

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

Subject: Re: naja

Posted by [lhs76](#) on Mon, 02 Oct 2006 10:14:26 GMT

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

da bin ich mir nicht so sicher. man könnte sich auch gewichte an die haare hängen, das ist vergleichbar und tut auch weh

Subject: Re: naja

Posted by [Amarok](#) on Mon, 02 Oct 2006 14:22:01 GMT

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

Wie gesagt, die Schmerzen beim Zopf tragen sind noch ganz erträglich. Wenn ich dann aber den Zopf löse und die Haare wieder in ihre richtige Richtung fallen, ist das die Hölle! Solche Schmerzen wünsche ich keinem!

Normal ist das auf keinen Fall, hatte früher auch schon nen Zopf, ohne Schmerzen.

Naja, mal schaun wie lange ich das noch aushalte. Abschneiden will ich nicht, die Haare sind einfach ein Teil von mir

Danke für die Antworten!

Subject: Re: naja

Posted by [lhs76](#) on Mon, 02 Oct 2006 15:02:58 GMT

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

na das ist was anderes. bei offenen haaren kurz nach entfernen des haargummis war es bei mir wieder okay.

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [thana](#) on Tue, 03 Oct 2006 09:25:49 GMT

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

.....ich kenne die Schmerzen nur zu gut und kenne einige die kurze Haare haben und trotzdem

starke Schmerzen haben.

Ob es wirklich nur an dieser Mirkoentzündung liegt ???? -keine Ahnung, fakt ist nur, zu Haarausfallfreien Zeiten hatte ich die Schmerzen nicht. Das ist allerdings schon lange her.

LG

Subject: Re: Trichodynie
Posted by [Claudi](#) on Wed, 04 Oct 2006 11:42:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Trägst du den Zopf sehr straff? Nicht dass es dadurch zusätzlich noch zu einer Traktionsalopezie kommt.

Subject: Re: Trichodynie
Posted by [Amarok](#) on Wed, 04 Oct 2006 12:24:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hm... schwer zu erklären. Du kannst den Pferdeschwanz ja auf 2 Arten machen. Entweder du nimmst die Haare einfach und machst den Zopf recht weit unten, eher im Nacken. Dabei habe ich keine Schmerzen, man sieht aber noch die leichte Tonsur. Deswegen nehme ich gerne die Haare von Vorne über den Oberkopf und mache den Zopf oben am Hinterkopf. Dabei ist der Zug definitiv stärker, die Haare von vorne bedecken aber die Tonsur. Das habe ich aber auch schon vorher so gemacht, weils meiner Meinung nach einfach besser aussah. Die Schmerzen habe ich erst seit AGA. Aber vielleicht verstärkt das eben den Ausfall, deswegen mache ich mir Sorgen.

Subject: Re: Trichodynie
Posted by [Figaro03](#) on Wed, 04 Oct 2006 12:52:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Versucht es mal mit Borretsch+ Lachsöl.

Gegen HA hat es bei mir selbst leider nicht alzu viel gebracht. Allerdings hilft es erwiesenermaßen bei entzündlichen Prozessen. Nussöl (mit ALA) wirkt ebenfalls entzündungshemmend.

Dossierungsvorschlag:
1-2g Borretsch
2-4g Lachsöl
nach Belieben das Nussöl

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [Venenoso](#) on Wed, 04 Oct 2006 13:03:17 GMT

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

ich muss leider pilos Recht geben. Haarausfall ist oft sehr schleichend und die ersten Symptome sind oftmals nicht direkt mit HA in Zusammenhang zu bringen. Das belegt auch, wie Komplex die Thematik ist.

Es gibt Leute (vor allem Frauen) die haben mit Sicherheit doppelt so viel Haarvolumen wie du (behaupte ich jetzt einfach mal) und tragen diese zu komplex verflochtenen Zöpfen und andere „haarstrebenden“ Frisuren.

Diese Schmerzen sind meines Erachtens entweder ein Ekzem oder Microentzündungen die durch DHT 1 verursacht werden. Hatte früher auch lange Haare. Meine Kopfhaut ist auch extrem empfindlich. Sogar kämmen mit nem Plastikamm tut ziemlich weh. Ein Keto-schampoo kann oftmals zumindest die Symptome hemmen...

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [Amarok](#) on Wed, 04 Oct 2006 13:31:52 GMT

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

Danke für den Tipp! Ist das Öl zum Schlucken oder Auftragen auf die Kopfhaut? Hast du eine Quelle wo man das Borretschöl günstig her bekommt? Lachsölkapseln vom Aldi hab ich schon.

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [Figaro03](#) on Wed, 04 Oct 2006 16:44:03 GMT

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

also ich dachte jetzt eher an Schlucken.

Und kaufen kannst du es dir bei Ebay. Z.B von Spinnrad oder auch von nem anderen Anbieter.

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [kaya](#) on Thu, 05 Oct 2006 15:05:04 GMT

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

Venenoso schrieb am Mit, 04 Oktober 2006 15:03ich muss leider pilos Recht geben. Haarausfall ist oft sehr schleichend und die ersten Symptome sind oftmals nicht direkt mit HA in Zusammenhang zu bringen. Das belegt auch, wie Komplex die Thematik ist.

Es gibt Leute (vor allem Frauen) die haben mit Sicherheit doppelt so viel Haarvolumen wie du (behaupte ich jetzt einfach mal) und tragen diese zu komplex verflochtenen Zöpfen und andere „haarstrebenden“ Frisuren.

Diese Schmerzen sind meines Erachtens entweder ein Ekzem oder Microentzündungen die durch DHT 1 verursacht werden. Hatte früher auch lange Haare. Meine Kopfhaut ist auch

extrem empfindlich. Sogar kämmen mit nem Plastikkamm tut ziemlich weh. Ein Keto-schampoo kann oftmals zumindest die Symptome hemmen...

selbstverständlich hat pilos recht und du auch. nur weiss ich nicht ob man sagen kann dht ist der (alleinige) grund.

es sind die AGA begleitende mikroentzündungen, die den haarausfall enorm verstärken können.

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [Amarok](#) on Sun, 08 Oct 2006 11:47:21 GMT

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

Sehr seltsam das ganze...

Habe jetzt mittlerweile einen Punkt im Tonsurbereich ausgemacht, den ich nur berühren muss und schon bekomme ich Schmerzen. Einen cm nebendran ist wieder nix. Wenn ich nen Zopf trage, ist jedoch auch der ganze Bereich drumrum betroffen. Vielleicht kommt der Schmerz nur von diesem einen Punkt und strahlt dann so weit aus? Ist auch der Bereich wo ich vor allem mein SE habe.

KET nehm ich schon. Kann ich da sonst was machen? Kortison vielleicht?

Subject: Re: Trichodynie

Posted by [Bernd85](#) on Sun, 08 Oct 2006 13:01:32 GMT

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

Mich macht das auch total verrückt, weil man immer wieder an seine AGA erinnert wird.

Minox hat bei mir geholfen.
