
Subject: game over

Posted by [thursday](#) on Thu, 12 Oct 2006 17:48:27 GMT

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

hallo,

nach langer zeit bin ich jetzt mal wieder auf dieser seite gelandet. war zwei jahre lang fast jeden tag hier online, um mich über die neuesten ergebnisse und mittelchen zu informieren. habe hier sehr viel hilfe und informationen bekommen, die ich so nirgends erhalten hätte. einige user haben mich auch privat sehr gut unterstützt und auch beraten (DANKE DAFÜR). warum ich jetzt drei monate nicht mehr online war, möchte ich hier versuchen kurz zu erklären.

vor über zwei jahren fing bei mir der horror mit dem haarausfall an und habe seither auch fast alle mittelchen durchgemacht. von fin, bis spiro topisch, nems, acc, verschiedene minox produkte, shampoos ... und zum schluss auch noch duta. avo habe ich allerdings nur drei monate durchgezogen und kann daher nicht genau sagen, ob es mir vielleicht doch noch geholfen hätte. tja, alles hat nichts gebracht bei MIR! jetzt habe ich aber nicht nur den kampf um meine haare verloren, nein ich habe auch mich verloren. mich hat das ganze schon immer sehr belastet und seit den letzten elf monaten, hat sich das auch psychisch bei mir bemerkbar gemacht. bin nicht mehr ohne mütze aus dem haus und habe mich sehr zurückgezogen. freunde und familie die mir immer sehr wichtig waren, habe ich im letzten jahr sehr vernachlässigt. bei jedem problem, habe ich meine haare dafür verantwortlich gemacht. die depri stimmung war mein bester freund. dann in den sommerferien ging ein neues kapitel los....

alles fing an, dass ich abends dachte, ich würde nicht genug luft bekommen. das ging dann eine woche lang und ich hab mir erst dabei nichts gedacht. als ich in der zweiten woche abends zu einer theateraufführung meiner schwester ging, hatte ich das luft bekommen problem noch intensiver. doch das war nicht alles, bekam plötzlich heftiges herzrasen und meinte jeden moment würde mein herz stehen bleiben. als ich dachte, mein letztes stündlein wäre gekommen, sprang ich auf und lief zur strasse durch den notausgang. eine freundin von mir die das beobachtete, folgte mir zur strasse und fragte dann was mit mir los sei... kamm dann per notarzt in ein krankenhaus. dort wurden sämtliche untersuchungen gemacht, jedoch war alles i.o.! dort wurden dann am nächsten tag sämtliche untersuchungen am herzen und an der lunge gemacht und auch dort war alles ok/ sehr gut !! tja, das spiel wiederholte sich noch einige einigemale, bis mein hausarzt mir knallhart sagte, ich muss mir von einem psychologen helfen lassen ... wollte eigentlich noch mehr dazu schreiben, aber das würde den rahmen sprengen und ich komm jetzt mal zum ende !!

ich kämpfe jetzt nicht mehr nur gegen meinen haarverlust, nein jetzt habe ich auch noch panikattacken und angststörung dazu bekommen.

laut meinem psychotherapeuten, kommt das alles von meinem haarausfall. habe den ganzen schmerz in mich reingefressen und mich dabei ganz aufgegeben.
auf mich wird jetzt eine ziemlich schwere zeit zukommen lets fight !!

nehme jetzt keinen dht hemmer mehr zu mir, sondern antidepressiva. statt bei alopezie.de schau ich in angstforums vorbei.

muss jetzt leider zum ende kommen, da ich noch einen termin habe !

gruss matze

Subject: Re: game over
Posted by [kkoo](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:03:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

thursday schrieb am Don, 12 Oktober 2006 19:48hallo,

nach langer zeit bin ich jetzt mal wieder auf dieser seite gelandet. war zwei jahre lang fast jeden tag hier online, um mich über die neuesten ergebnisse und mittelchen zu informieren. habe hier sehr viel hilfe und informationen bekommen, die ich so nirgends erhalten hätte. einige user haben mich auch privat sehr gut unterstützt und auch beraten (DANKE DAFÜR). warum ich jetzt drei monate nicht mehr online war, möchte ich hier versuchen kurz zu erklären.

vor über zwei jahren fing bei mir der horror mit dem haarausfall an und habe seither auch fast alle mittelchen durchgemacht.
von fin, bis spiro topisch, nems, acc, verschiedene minox produkte, shampoos ... und zum schluss auch noch duta. avo habe ich allerdings nur drei monate durchgezogen und kann daher nicht genau sagen, ob es mir vielleicht doch noch geholfen hätte.
tja, alles hat nichts gebracht bei MIR! jetzt habe ich aber nicht nur den kampf um meine haare verloren, nein ich habe auch mich verloren.
mich hat das ganze schon immer sehr belastet und seit den letzten elf monaten, hat sich das auch psychisch bei mir bemerkbar gemacht.
bin nicht mehr ohne mütze aus dem haus und habe mich sehr zurückgezogen. freunde und familie die mir immer sehr wichtig waren, habe ich im letzten jahr sehr vernachlässigt.
bei jedem problem, habe ich meine haare dafür verantwortlich gemacht.
die depri stimmung war mein bester freund. dann in den sommerferien ging ein neues kapitel los....

alles fing an, dass ich abends dachte, ich würde nicht genug luft bekommen. das ging dann eine woche lang und ich hab mir erst dabei nichts gedacht.

als ich in der zweiten woche abends zu einer theateraufführung meiner schwester ging, hatte ich das luft bekommen problem noch intensiver.
doch das war nicht alles, bekam plötzlich heftiges herzrasen und meinte jeden moment würde mein herz stehen bleiben.
als ich dachte, mein letztes stündlein wäre gekommen, sprang ich auf und liefte zur strasse durch den notausgang.
eine freundin von mir die das beobachtete, folgte mir zur strasse und fragte dann was mit mir los sei...
kamm dann per notarzt in ein krankenhaushaus. dort wurden sämtliche untersuchungen gemacht, jedoch war alles i.o.!
dort wurden dann am nächsten tag sämtliche untersuchungen am herzen und an der lunge gemacht und auch dort war alles ok/ sehr gut !!
tja, das spiel wiederholte sich noch einige einigemale, bis mein hausarzt mir knallhart sagte, ich muss mir von einem psychologen helfen lassen ...
wollte eigentlich noch mehr dazu schreiben, aber das würde den rahmen sprengen und ich komm jetzt mal zum ende !!

ich kämpfe jetzt nicht mehr nur gegen meinen haarverlust, nein jetzt habe ich auch noch panikattacken und angststörung dazu bekommen.
laut meinem psychotherapeuten, kommt das alles von meinem haarausfall. habe den ganzen schmerz in mich reingefressen und mich dabei ganz aufgegeben.
auf mich wird jetzt eine ziemlich schwere zeit zukommen lets fight !!

nehme jetzt keinen dht hemmer mehr zu mir, sondern antidepressiva. statt bei alopezie.de schau ich in angstforums vorbei.

muss jetzt leider zum ende kommen, da ich noch einen termin habe !

gruss matze

ich finde, dass leichtere mittel in nicht hammermäßiger dosierung trotz allem einen versuch wert sind - vor allem WEIL SIE AUCH EIN WENIG AUFRECHT ERHALTEN, DASS MAN DOCH NOCH DEN HA in GRIFF kriegt... neuer minoxschaum ist in nun da, nanoll ist da... (u. vielleicht hilft da doch was?)

Subject: Re: game over
Posted by [tino](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:13:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich kämpfe jetzt nicht mehr nur gegen meinen haarverlust, nein jetzt habe ich auch noch panikattacken und angststörung dazu bekommen

Hallo

Lass dir bei Panik bloss kein Antidepressivum aufschwätzen, hier ist ganz klar Diazepam oder Bromazepam induziert.

Subject: Re: game over

Posted by [Headbanger](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:19:40 GMT

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

Hey chico, mein Beileid!

Das was du durchmachst hatte ich auch, besser gesagt habe ich es immernoch, diese Panikattacken werden sich später zu einer Agoraphobie entwickeln, und du wirst U-Bahn, Züge, Flugzeuge, Fahrstühle meiden.

Hatte dies damals nicht wegen meinen Haaren bekommen, sondern mein Gewissen hatte mir einen Strich durch die Rechnung gemacht (habe viel Mist gebaut, mit Menschen die mir vertrauten), Vorwürfe, Gewissensbisse etc.

Der Weg aus dem Chaos in deinem Kopf, ist ein sehr schwieriger!

Aber ein machbarer. Psychologen und so weiter Antidepressiva sind nur Krücken, wenn du wieder alte werden willst, mußt du deine Schuld bezahlen. Redemption=Wiedergutmachung. Der einzige Weg ist Wiedergutmachung. In deinem Fall könnte ich mir vorstellen, das du falls Abitur, Ein Biologiestudium oder Medizin. Eventuell auch betriebswirtschaftlich zur Haarforschung beitragen, das alles nur zur Wiedergutmachung.

Ich bin neben meinem Studium , viel mit kleinen Kids unterwegs, bringe ihnen viel bei. Und scheue keineswegs Kosten oder sonstiges. Und kann heute sagen das einer meiner besten Kumpels ein 6 Jähriger Lausbub ist, und ich für diese Zwerge wirklich alles tun würde, das alles ist Wiedergutmachung, denn wir alle müssen unser Kreuz tragen.

Tut mir Leid das es für dich soweit gekommen ist, aber es ist im vergleich zu anderen Psychischen Grunderkrankungen ein Witz.

Rappel dich auf mein Freund, und versuche es wiedergutzumachen, wie du das anstellst ist deine Sache, Beispiele habe ich dir zum Beispiel mit dem "Dich der Haarforschung verschreiben " gegeben.

Alles gute und Glückauf ,alter Gauner

Subject: Re: game over

Posted by [Unkreativer](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:20:16 GMT

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

tino schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:13 ich kämpfe jetzt nicht mehr nur gegen meinen

haarverlust, nein jetzt habe ich auch noch panikattacken und angststörung dazu bekommen

Hallo

Lass dir bei Panik bloss kein Antidepressivum aufschwätzen, hier ist ganz klar Diazepam oder Bromazepam induziert.

Allerdings. Angstzustände sind heute sehr gut heilbar (~95%), daher gibt es kein Grund sich reinzusteigern. Ausserdem kann man sich kaum vorstellen, wieviele Menschen mit Angstzuständen zu kämpfen haben. Man gehört damit sicher zu keiner Randgruppe, sondern ist ein riesiges Problem in der ganzen Bevölkerung. Das kann ich schon in meinem (recht jungen) Freundeskreis sehen.

Subject: Re: game over

Posted by [Headbanger](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:27:53 GMT

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

Unkreativer schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:20tino schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:13ich kämpfe jetzt nicht mehr nur gegen meinen haarverlust, nein jetzt habe ich auch noch panikattacken und angststörung dazu bekommen

Hallo

Lass dir bei Panik bloss kein Antidepressivum aufschwätzen, hier ist ganz klar Diazepam oder Bromazepam induziert.

Allerdings. Angstzustände sind heute sehr gut heilbar (~95%), daher gibt es kein Grund sich reinzusteigern. Ausserdem kann man sich kaum vorstellen, wieviele Menschen mit Angstzuständen zu kämpfen haben. Man gehört damit sicher zu keiner Randgruppe, sondern ist ein riesiges Problem in der ganzen Bevölkerung. Das kann ich schon in meinem (recht jungen) Freundeskreis sehen.

Man sollte es nicht verharmlosen, aber auch nicht überdramatisieren, ist kein vergleich zur manischen depression oder einer drogeninduzierten Psychose oder Schizophrenie.

Wie gesagt ich habe diese Panikattacken, in jeder erdenklichen Situation erlebt und durchlebt, und mußte feststellen das es sich weiterentwickelt hat zu einer Agoraphobie. Da ich von Natur aus ein Rebell bin, habe ich mir keine Antidepressiva oder sonstige Medikation aufschwätzen lassen, und bin die Sche mehr moralisch und spirituell angegangen, und siehe da , ich bin wieder der alte. Nur diese Schuld die man mit sich trägt muss man bezahlen, kann es anders nicht ausdrücken!

Subject: Re: game over

Posted by [Unkreativer](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:37:44 GMT

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

Headbanger schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:27Unkreativer schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:20tino schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:13ich kämpfe jetzt nicht mehr nur gegen meinen haarverlust, nein jetzt habe ich auch noch panikattacken und angststörung dazu bekommen

Hallo

Lass dir bei Panik bloss kein Antidepressivum aufschwätzen,hier ist ganz klar Diazepam oder Bromazepam induziert.

Allerdings. Angstzustände sind heute sehr gut heilbar (~95%), daher gibt es kein Grund sich reinzusteigern. Ausserdem kann man sich kaum vorstellen, wieviele Menschen mit Angstzuständen zu kämpfen haben. Man gehört damit sicher zu keiner Randgruppe, sondern ist ein riesiges Problem in der ganzen Bevölkerung. Das kann ich schon in meinem (recht jungen) Freundeskreis sehen.

Man sollte es nicht verharmlosen, aber auch nicht überdramatisieren, ist kein vergleich zur manischen depression oder einer drogeninduzierten Psychose oder Schizophrenie. Wie gesagt ich habe diese Panikattacken, in jeder erdenklichen Situation erlebt und durchlebt, und mußte feststellen das es sich weiterentwickelt hat zu einer Agoraphobie. Da ich von Natur aus ein Rebell bin, habe ich mir keine Antidepressiva oder sonstige Medikation aufschwätzen lassen, und bin die Sche mehr moralisch und spirituell angegangen, und siehe da , ich bin wieder der alte. Nur diese Schuld die man mit sich trägt muss man bezahlen, kann es anders nicht ausdrücken!

Genau so ist es und toll zu hören, dass Du da alleine wieder rausgekommen bist!

Subject: Re: game over

Posted by [Amarok](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:45:37 GMT

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

Eieiei, da sehe ich mich in vielleicht ein paar Monaten...

Als mir vor 3 Monaten mein Haarausfall auffiel, dachte ich an nichts anderes mehr. Kurz darauf hatte ich in der Uni einen Kreislaufzusammenbruch. Besuche beim Hausarzt, Internist, Kardiologen etc. - alles in Ordnung. Ich habe mich körperlich extrem geschont (der größte Fehler den man machen kann!), was dann quasi zu einem chronischen Kreislaufproblem führte. Wenn ich raus gehen wollte, wurde mir schwindlig. Herzrasen, Panik. Also hingelegt und das nächste mal wars nur schlimmer. Dann habe ich nach langer Zeit wieder angefangen Sport zu machen. Erst in der Wohnung (Stepper, Hanteln) und zumindest im Haus bemerkte ich nichts mehr. Die Probleme kamen immer dann, wenn ich rausgehen wollte... insgesamt symptomatisch ne klassische soziale Phobie. Ich habe bemerkt, dass es Abends besser wird. Draußen ist nicht mehr viel los und es ist dunkel. Daher habe ich angefangen, abends joggen zu gehen. Mittlerweile 3x die Woche. Es wirkt Wunder! Ich fühle mich mittlerweile wieder richtig fit. Jetzt werde ich das joggen auf tagsüber ausdehnen. In einer Woche geht die Uni wieder los, viel zeit bleibt mir nicht mehr.

Der Text hier hat mir sehr geholfen: <http://www.panik-attacken.de/angst/veg-schwindel.html>

..unten bei "Körperliche Schonung bei Angst - Ein sicherer Weg zur Angstverstärkung"

Ich hoffe, dass ich nochmal die Kurve kriege und bete, dass Fin hilft. Ich weiß wie kaputt das einen machen kann. Wie du schon sagst "Let's fight!" Das kriegen wir hin. Von so ner Scheisse dürfen wir nicht unser Leben zerstören lassen!

Ich wünsche dir alles Gute!

Subject: Re: game over

Posted by [Headbanger](#) on Thu, 12 Oct 2006 18:52:41 GMT

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

Amarok schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:45Eieiei, da sehe ich mich in vielleicht ein paar Monaten...

Als mir vor 3 Monaten mein Haarausfall auffiel, dachte ich an nichts anderes mehr. Kurz darauf hatte ich in der Uni einen Kreislaufzusammenbruch. Besuche beim Hausarzt, Internist, Kardiologen etc. - alles in Ordnung. Ich habe mich körperlich extrem geschont (der größte Fehler den man machen kann!), was dann quasi zu einem chronischen Kreislaufproblem führte. Wenn ich raus gehen wollte, wurde mir schwindlig. Herzrasen, Panik. Also hingelegt und das nächste mal wars nur schlimmer. Dann habe ich nach langer Zeit wieder angefangen Sport zu machen. Erst in der Wohnung (Stepper, Hanteln) und zumindest im Haus bemerkte ich nichts mehr. Die Probleme kamen immer dann, wenn ich rausgehen wollte... insgesamt symptomatisch ne klassische soziale Phobie. Ich habe bemerkt, dass es Abends besser wird. Draußen ist nicht mehr viel los und es ist dunkel. Daher habe ich angefangen, abends joggen zu gehen. Mittlerweile 3x die Woche. Es wirkt Wunder! Ich fühle mich mittlerweile wieder richtig fit. Jetzt werde ich das joggen auf tagsüber ausdehnen. In einer Woche geht die Uni wieder los, viel zeit bleibt mir nicht mehr.

Der Text hier hat mir sehr geholfen: <http://www.panik-attacken.de/angst/veg-schwindel.html>

..unten bei "Körperliche Schonung bei Angst - Ein sicherer Weg zur Angstverstärkung"

Ich hoffe, dass ich nochmal die Kurve kriege und bete, dass Fin hilft. Ich weiß wie kaputt das einen machen kann. Wie du schon sagst "Let's fight!" Das kriegen wir hin. Von so ner Scheisse dürfen wir nicht unser Leben zerstören lassen!

Ich wünsche dir alles Gute!

Rock and Roll

Subject: Re: game over

Posted by [Floxi](#) on Thu, 12 Oct 2006 19:34:54 GMT

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

hi,
du könntest mein zwillingsbruder sein; leider.

mein haarausfall ist erst seit etwa 4 monaten akut, die kurze zeit hat aber ausgereicht, um meine front und die ghe ordentlich zu lichten. vielleicht ginbgs ja auch schon länger so derbe ab mit meinem ha, ich habe es aber nicht bemerkt.

seit diesen 4 monaten also hat sich in mir auch eine besessenheit auf den ha entwickelt. und daraus dann eine depression bis hin zu selbstmordgedanken. im sommer dachte ich, ein urlaub bringt mich vielleicht auf andere gedanken. aber auch in thailand konnte ich nicht aufhören, nur über meine haare nachzudenken und deswegen zu grübeln und sich fertig zu machen. eines abends gings dann mit den panikattacken los. ich merkte wie ich immer schlechter luft bekam, zu hecheln anfang, arme und beine taub wurden und ich nur mehr mit herausquellenden augen dalag und heulte. meine freundin kannte das von ihrer mutter, die aufgrund einer scheidung mehrere nervenzusammenbrüche hatte. die anfälle kamen dann bis zu 4 mal am tag, und das mitten im urlaub in thailand. mußten dann schließlich den urlaub abbrechen. vom flughafen wurde ich dann erstmal in die psychiatrie gebracht, wo ich 3 tage schlafkur gemacht habe. seitdem bin ich auf antidepressiva und geh zum psychotherapeuten. alles nur wegen dieser scheißhaare, wie bei dir.

ich bin immer noch total fertig, kann mich kaum auf mein leben (uni etc) konzentrieren. und abends weg war ich schon seit monaten nicht. meine freundin hat viel geduld mit mir, aber ewig wird sie das auch nicht mehr mitmachen. vor nem halben jahr war ich noch glücklich, und jetzt bin ich nur merh traurig. ich bin zwar schon 28, aber für ne glatze fühle ich mich noch viel zu jung, ich kann mir ein leben mit glatze gar nicht vorstellen. heute ist wieder mal besonders schlimm, stand mindestens 2 stunden vorm spiegel und hab versucht, die haare irgendwie zu friesieren. hat damit geendet, daß mir die tränen in die augen schossen und ich alles hinschmiss.

es ist furchtbar, ich hatte immer extrem dichte haare, wirklich extrem. und urplötzlich beginnt der ha.

kann mir nicht vorstellen, daß es irgendwann besser wird mit meiner psyche ohen haare.
floxi

Subject: Re: game over

Posted by [Headbanger](#) on Thu, 12 Oct 2006 20:51:00 GMT

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

Floxi schrieb am Don, 12 Oktober 2006 21:34hi,
du könntest mein zwillingsbruder sein; leider.

mein haarausfall ist erst seit etwa 4 monaten akut, die kurze zeit hat aber ausgereicht, um meine front und die ghe ordentlich zu lichten. vielleicht ginbgs ja auch schon länger so derbe ab mit meinem ha, ich habe es aber nicht bemerkt.

seit diesen 4 monaten also hat sich in mir auch eine besessenheit auf den ha entwickelt. und daraus dann eine depression bis hin zu selbstmordgedanken. im sommer dachte ich, ein urlaub bringt mich vielleicht auf andere gedanken. aber auch in thailand konnte ich nicht aufhören, nur über meine haare nachzudenken und deswegen zu grübeln und sich fertig zu machen. eines abends gings dann mit den panikattacken los. ich merkte wie ich immer schlechter luft bekam, zu hecheln anfang, arme und beine taub wurden und ich nur mehr mit herausquellenden augen dalag und heulte. meine freundin kannte das von ihrer mutter, die aufgrund einer scheidung mehrere nervenzusammenbrüche hatte. die anfälle kamen dann bis zu 4 mal am tag, und das mitten im urlaub in thailand. mußten dann schließlich den urlaub abbrechen. vom flughafen wurde ich dann erstmal in die psychiatrie gebracht, wo ich 3 tage schlafkur gemacht habe. seitdem bin ich

auf antidepressiva und geh zum psychotherapeuten. alles nur wegen dieser scheißhaare, wie bei dir.

ich bin immer noch total fertig, kann mich kaum auf mein leben (uni etc) konzentrieren. und abends weg war ich schon seit monaten nicht. meine freundin hat viel geduld mit mir, aber ewig wird sie das auch nicht mehr mitmachen. vor nem halben jahr war ich noch glücklich, und jetzt bin ich nur merh traurig. ich bin zwar schon 28, aber für ne glatze fühle ich mich noch viel zu jung, ich kann mir ein leben mit glatze gar nicht vorstellen. heute ist wieder mal besonders schlimm, stand mindestens 2 stunden vorm spiegel und hab versucht, die haare irgendwie zu frieseren. hat damit geendet, daß mir die tränen in die augen schossen und ich alles hinschmiss.

es ist furchtbar, ich hatte immer extrem dichte haare, wirklich extrem. und urplötzlich beginnt der ha.

kann mir nicht vorstellen, daß es irgendwann besser wird mit meiner psyche ohen haare.

floxi

Nein AGA ist immernoch keine Krankheit.

Es ist ganz normal

Ich hasse diese Medizinischen Paradigmen!

Ich kenne alleine mindestens 10 Personen, welche durch den HA komplett andere Menschen wurden.

Der eine kompensierte es durch seinen Körper (Bodybuilder) geworden, andere sind übelste Streber geworden, um sich später Frauen leisten zu können, quasi zu Freaks mutiert.

Aber nein AGA ist völlig normal.

Subject: Re: game over

Posted by [xxlborn](#) on Thu, 12 Oct 2006 22:35:59 GMT

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

man kann aber sicher auch behaupten das es jeden so mitnimmt. wenn man selbst noch nicht gefestigt ist wirkt sich sowas schnell mal wie nitroverdünner auf ölgemälde auf die psyche aus, keine frage. bin ja selbst der typ den sowas schnell mitnimmt, aber denke wenn man selbst mit sich zufrieden und in sich gefestigt ist, nimmt einen der haarausfall weit weniger mit. also lets go homie's lasst den kopf nicht hängen mit jammerlappen meints das leben doppelt streng.

Subject: Re: game over

Posted by [thursday](#) on Fri, 13 Oct 2006 16:15:26 GMT

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

hallo,

erstmal danke für die vielen beiträge hier!

Zitat:Lass dir bei Panik bloss kein Antidepressivum aufschwätzen,hier ist ganz klar Diazepam oder Bromazepam induziert.

nehme ein ssri antidepressivum (gladem 50mg) das auch bei panikattacken und angststörungen helfen soll.

diazepam hat meines wissens einen schlechten ruf was nebenwirkungen und abhängigkeit betrifft. bromazepam sagt mir nichts, werd nachher mal danach googlen.

Zitat:Der einzige Weg ist Wiedergutmachung. In deinem Fall könnte ich mir vorstellen, das du falls Abitur, Ein Biologiestudium oder Medizin. Eventuell auch betriebswirtschaftlich zur Haarforschung beitragen, das alles nur zur Wiedergutmachung.

habe nur fachhochschulreife, da fällt das schonmal flach !

die panikattacken habe ich zurzeit ganz gut im griff!

im moment kämpfe ich noch mit meiner angststörung/ herzphobie.

habe jetzt auch das joggen angefangen und muss sagen, dass es mir ziemlich gut tut. ausserdem besuche ich seit dieser woche einen yoga kurs !

wo ich mir im moment aber wirklich noch schwer tu, ist meinen haarausfall und meine "halb glatze" zu akzeptieren.

das endet dann immer automatisch in einer depri stimmung...

werde nächste woche ein zweithaarstudio besuchen und danach werde ich mich entscheiden, ob ich nochmal alles versuche werde meinen haarstatus zu verbesser (min nano2, fin, minoxschaum...), oder ich mir gleich so ein teil kaufen werde.

vielleicht kann ich dann langsam in mein altes leben zurück kehren ... !!

werden das schon irgendwie durchstehen !!!

wünsch auch dabei viel erfolg!! headbanger hat es ja schon ziemlich gut geschafft ^^

gruss matze

Subject: Re: game over

Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 13 Oct 2006 17:18:32 GMT

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

Zitat:

habe nur fachhochschulreife, da fällt das schonmal flach !

Wo liegt das Problem? Es gibt z.B. auch molekulare Biologie, Chemie und sonst was an der FH.

Subject: Re: game over

Posted by [lonely](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:15:10 GMT

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

tino schrieb am Don, 12 Oktober 2006 20:13

Lass dir bei Panik bloss kein Antidepressivum aufschwätzen, hier ist ganz klar Diazepam oder Bromazepam induziert.

Benzodiazepine machen schwer körperlich abhängig, und sollten nur kurzzeitig (max. 2 Wochen) eingesetzt werden. Klar kann man mal 2 oder 3 Tabletten behalten, nur um was da zu haben. Aber letztendlich verlässt man sich auf das Zeug und schlittert dann schnurstraks in die Abhängigkeit rein. Finde das unverantwortlich das hier als Allheilmittel anzupreisen, zumal sich die Panikzustände mit der Zeit dadurch verschlimmern und zusätzlich Depressionen verstärkt werden.

Ein Benzoentzug ist kein Spaß und wird von Leuten die das erlebt haben schlimmer beschrieben als ein Heroin-Entzug.

Also Vorsicht mit solche "Empfehlungen"!

Subject: Re: game over

Posted by [helpme007](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:23:23 GMT

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

ist ja krass was einige leute kriegen nur wegen dem haarausfall. naja, ich hatte auch mal depressionen deswegen. von daher kann ich s irgendwie verstehen. aber trotzdem krass. zum glück ist das lange her bei mir.

Subject: Re: aua!

Posted by [tino](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:26:15 GMT

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

"Benzodiazepine machen schwer körperlich abhängig, und sollten nur kurzzeitig (max. 2 Wochen) eingesetzt werden. Klar kann man mal 2 oder 3 Tabletten behalten, nur um was da zu haben. Aber letztendlich verlässt man sich auf das Zeug und schlittert dann schnurstraks in die Abhängigkeit rein. Finde das unverantwortlich das hier als Allheilmittel anzupreisen, zumal sich die Panikzustände mit der Zeit dadurch verschlimmern und zusätzlich Depressionen verstärkt werden."

Ich finde kommentare von Laien gefaehrlich!

Angststörungen werden über das PBR/GABA System moduliert.Und dort setzen auch Benzodiazepine an,Antidepressiva nicht,oder kaum.Menschen mit schweren Angststörungen haben oft einen Polymorphysmus im PBR System,..der durch Benzodiazepine unschaedlich

gemacht werden kann. Durch Antidepressiva nicht, oder kaum.

Was du da gelesen hast, ist Kassenmüll, ... der Staat hat finanzielle Angst kostenbeladene Sucht zu fördern, und deshalb hat man den Benzodiazepinen diese suchtfördernden Eigenschaften überspitzt angehängt. Sie sind 10000000 mal wirksamer, und machen eigentlich gar keine NW, ... ganz im Gegensatz zu Antidepressiva, die auch HA über Prolactin fördern können.

Man muss sich schon auskennen um ein Medikament beurteilen zu können! Nicht einfach Kassenmüll wiedergeben!!

Süchtig macht das nur Süchtige, ... Sucht ist genetisch! Harmonische musische Charaktere macht das nicht süchtig, ... und Entzugssymptome nach Absetzen kann man mit Melatonin behandeln.

Subject: Re: game over
Posted by [tino](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:27:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zumal sich die Panikzustände mit der Zeit dadurch verschlimmern

...quatsch!

Subject: Re: game over
Posted by [fuselkopf](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:41:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: nehme ein ssri antidepressivum
Das ist okay. Ist ein Serotonin-Wiederaufnahme Hemmer und wird recht häufig bei Panikattacken verschrieben. Musst halt auf jedenfall ne Psychotherapie dazu machen... aber Angststörung sind recht häufig und gut therapierbar. Mach noch autogenes Training oder progressive Muskelentspannung!!!

Subject: Japp, das stimmt abosult
Posted by [fuselkopf](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:42:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Benzidiazepine nur akut nicht dauerhaft

Subject: Re: game over

Posted by [lonely](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:43:32 GMT

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

Ich denke schon, dass ich mich damit auskenne. Hab hier auch einige Benzos rumliegen und auch konsumiert.

Du scheinst dich nur theoretisch damit auszukennen. Antidepressiva können indirekt ligandengesteuerte Ionenkanäle modulieren. Sie wirken eben nur nicht so "spontan" wie Benzos, sondern langfristig. Man kann Benzos eigentlich nicht über einen längeren Zeitraum "sinnvoll" konsumieren. Als Akutmedizin vertretbar, aber eigentlich halte ich es für unverantwortlich die im Internet anzuraten.

Zumal du die Entzugserscheinungen hier verharmlost. Es geht um Krämpfe die zum Tod führen können, deshalb wird auch ein Entzug immer stationär gemacht.

Subject: Ach tino

Posted by [fuselkopf](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:44:58 GMT

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

Nimm den Kamm wieder weg über den Du alles drüberscherst. Angststörungen sind weit aus komplexer als androg. Alopzie! vor allem was die Ätiologie angeht!

Subject: Re: game over

Posted by [fuselkopf](#) on Sun, 15 Oct 2006 20:46:22 GMT

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

Bei Antidepressiva gibts meist ne Latenzzeit von knapp vier Wochen. Lonely schließe mich Deiner Meinung an!

Subject: Re: game over

Posted by [tino](#) on Sun, 15 Oct 2006 21:01:33 GMT

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

"Du scheinst dich nur theoretisch damit auszukennen. "

Oh nein,ich nehme sie selbst,..und kann sie auch jederzeit problemlos wieder absetzen.Das ist alles eine Sache der Dosierung,..wobei ich mich von klinisch als gut wirksamen Dosen distanziere.

Nochmal,..Antidepressiva haben kaum Affinitaet zum PBR/GABA System,und sind somit nicht für die Behandlung der Angststörung geeignet.Man könnte fast sagen das hier der Teufel mit dem Belzebub ausgetrieben wird,..ein Stoffwechseleingriff wie ihn Antidepressiva verursachen ist bei Angststörungen nicht gerechtfertigt.Nebenwirkungsbeladene Antidepressiva modulieren das Immunsystem staerker wie Benzodiazepine.

Deine definition von Enzugssymptome gilt für Abhaengie,oder falsch eingestellte, die viel zu hohe Dosen genommen haben! Du kannst z.b 1-4 mg tgl über Jahrzehnte nehmen, ohne auch nur einen Hauch der von dir geschilderten Enzugssymptomatik zu verspüren.

Akutmedizin only,..lol:-)

Das hat der Staat daraus gemacht.

Das Einsatzspektrum ist sehr breit,..auch Hauterkrankungen kann man damit behandeln.

Subject: Re: game over

Posted by [lonely](#) on Sun, 15 Oct 2006 21:10:40 GMT

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

1mg Diazepam wirkt überhaupt nicht. Zmindest nicht über längere Zeit und bei richtiger Angstsymptomatik ist das viel zu wenig!

Schon 10mg über einen längeren Zeitraum haben beim abrupten Absetzen nicht zu unterschätzende Entzugerscheinungen zur Folge.

Nur weil du einen recht lockeren Umgang mit Diazepam hast heißt das nicht, dass man es guten Gewissens weiterempfehlen kann. Zumal Diazepam gar nicht bei jedem wirkt. Ich kann mir davon auch 50mg einwerfen, ohne was zu merken, also ohne müde oder super entspannt zu werden.

Ich denke eher, dass man sich mit Benzos neue Probleme schafft, und nicht mit Antidepressiva. Moderne ADs haben kaum Nebenwirkungen. Lies hingegen mal Erfahrungsberichte von Langzeitbenzo-Usern. Manche finden ja einen Arzt der das über Jahre aufschreibt. Selbst bei therapeutischer Dosis laufen die dann rum wie Zombies.

Subject: Re: game over

Posted by [tino](#) on Sun, 15 Oct 2006 21:18:11 GMT

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

"Nur weil du einen recht lockeren Umgang mit Diazepam hast heißt das nicht, dass man es guten Gewissens weiterempfehlen kann. Zumal Diazepam gar nicht bei jedem wirkt. Ich kann mir davon auch 50mg einwerfen, ohne was zu merken, also ohne müde oder super entspannt zu werden."

Hab mich verschrieben,..1 mg wirkt klar nicht,meinte 5-10.

In der klinik gibt man mehr,..zu viel!

50 ist zu viel,..10-20 bei Angststörung reicht.Ob und wie es wirkt kommt auf die Genetik

an,beim meistvohandenen Gendefekt(GABA/PBR-Polymorphysmus),oder dieser Rezeptorenstörung auf erworbener Ebene...wirkt es sehr gut.

Antidepressiva wirken selten mal ursaechlich,...es ist fraglich ob Serotoninabhaengie Ablaeufe überhaupt daran beteiligt sind,..fundiert erwiesen ist eher GABA/PBR.

Ich sehe das andersrum,..Antidepressiva machen Langzeitprobleme,..Benzodiazepine fast gar nicht.Man muss nur damit umgehen können.

Subject: Re: game over
Posted by [tino](#) on Sun, 15 Oct 2006 21:20:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schon 10mg über einen längeren Zeitraum haben beim abrupten Absetzen nicht zu unterschätzende Entzugserscheinungen zur Folge.

...nein!Das nehme ich so schon seit jahren in langen Etappen,und nie ist was passiert.

Ausserdem mache mich Antidepressiva matt,..Benzos lassen mich intensiver joggen und schachspielen....und tuen haut u haar gut.

Subject: Re: game over
Posted by [lonely](#) on Sun, 15 Oct 2006 21:26:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was hast du denn an ADs probiert? SSRI machen dich matt?!

Subject: Re: game over
Posted by [tino](#) on Sun, 15 Oct 2006 21:41:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was hast du denn an ADs probiert? SSRI machen dich matt?!

Seroxat,Amitriptylin(das geht gerade noch),Insidon.

Ausserdem erzeugen die eine künstliche Euphorie,..eine ganz andere seelische Verfassung,..was Benzodiazepine nicht tun,..bzw sie sedieren,aber das Gefühlsleben bleibt gleich.SSRI und andere Antidepressiva nehmen die ursprüngliche Stimmungslage weg,...das finde ich ekelhaft.

Gleichgültig machen die,..das ist das was mich stört....es ist zuviel durchlass da.

Subject: Re: game over

Posted by [lonely](#) on Sun, 15 Oct 2006 22:16:10 GMT

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

Benzos geben dir aber "das Gefühl wie in Watte gepackt zu sein" und das ist für dich keine grundlegende Veränderung? Na dann gute Nacht

Subject: Re: game over

Posted by [tino](#) on Sun, 15 Oct 2006 22:43:13 GMT

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

"das Gefühl wie in Watte gepackt zu sein"

Das ist nur anfangs so,..der extrem abschirmende Effekt laesst mit der zeit nach.

Subject: vielleicht gehts anders

Posted by [kkoo](#) on Sun, 15 Oct 2006 22:43:40 GMT

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

wie wär es testweise mit rhodiola bei depressionen u. angstzuständen. gibt es glaub ich auch ein paar studien dazu.. ich finde das zeug gut, wirkt bei mir gegen stressanfälligkeit, und ich schluck rel. wenig davon...

Subject: Re: game over

Posted by [nepomuk](#) on Tue, 17 Oct 2006 10:25:02 GMT

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

Schon interessant, wie viele von euch neben dem Haarausfall mit massiven anderen Problemen zu kämpfen haben. Könnte es nicht doch umgekehrt sein, daß HA nicht die Ursache, sondern Ausdruck von anderen grundlegenden Erkrankungen (physisch/psychisch) ist? Nur der HA ist eben als Vorwarnung schon früher da, wie jede Krankheit mit leichten Symptomen anfängt. Wenn man dann nichts am Lebensstil ändert, kommt dann die Richtige Angst/Depression/etc.

HA als Frühwarnsystem des Körpers? Ich finde das durchaus denkbar.

Subject: Re: game over

Posted by [pascha](#) on Tue, 17 Oct 2006 11:55:57 GMT

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

krass ey,

wenn man vom Haarausfall solche Angstzustände finde ich schon sehr krass. Hat das denn

dann was mit der Persönlichkeit zu tun, also wenn man eher sensibel ist oder kann das jedem passieren??

Also ich kann mir nicht vorstellen dass ich so was wegen meinem Haarausfall bekommen könnte, natürlich Haarausfall ist mehr als scheiße aber das Leben geht doch trotzdem weiter ! Andere Leute verlieren irgendwelche Körperteile oder müssen in nen Rollstuhl, ich glaub da würde ich Angstzustände kriegen !

Subject: Re: game over
Posted by [GE-Mann](#) on Tue, 17 Oct 2006 12:46:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

thursday schrieb am Don, 12 Oktober 2006 19:48

nehme jetzt keinen dht hemmer mehr zu mir, sondern antidepressiva. statt bei alopezie.de schau ich in angstforums vorbei.

Dieser Thread gibt mir sehr zu denken. Erstmal zu dir Matze. Tut mit leid für dich, dass es soweit gekommen ist, aber ich schätze mal du bist in einen üblen Teufelskreis geraten und wenn ich darüber nachdenke, könnte es sein, dass das Ganze bei dir in diesem Forum begonnen hat. Es ist kein Wunder, dass du nach täglichen Forumbesuchen und dies während zwei Jahren, dich so krass in die Sache hineingesteigert hast. Und was machst du? Du begehst den gleichen Fehler nochmals mit deinem psychischen Problem. Jetzt schaust du auf Angstforen vorbei, na super! Du wirst dich immer mehr von deinem sozialen Umfeld fernhalten. Rede einmal mit "echten" Leuten über deine Probleme, es kann Wunder wirken! Ich merke es schon bei mir selbst und ich bin erst seit cirka 3 Monate hier angemeldet und schaue ein paar Mal pro Woche rein. Es ist wie eine Sucht! Kurzfristig kann dir ein solches Forum enorm helfen und für alle guten Tipps bin ich sehr dankbar, aber mittel- bis langfristig kann es dir mehr Schaden als Nutzen zufügen, vorallem bei sehr häufigen Besuchen. Es gibt natürlich immer Ausnahmen. Es sind Leute in diesem Forum, welche dies als eine Art Hobby betreiben und betrachten das Thema Haarausfall aus einer völlig anderen Perspektive. Die können sich gar nicht erst in das Ganze hineinsteigern, sind sozusagen abgehärtet, aber die meisten sind das nicht und somit psychisch verwundbar.

Ich werde dieses Forum in Zukunft selten in Anspruch nehmen und mich möglichst wenig mit dem Thema Haarausfall auseinandersetzen. Hier drin wird man echt noch krank!

Subject: Re: game over
Posted by [fuselkopf](#) on Tue, 17 Oct 2006 13:16:09 GMT

Zitat: Hier drin wird man echt noch krank!

Und das ist genau der Punkt den ich meine... so sollte es nämlich nicht sein! Dazu ist ein Forum nicht da, vor allem nicht dieses!

Aber Subjekte wie Foxi und Co stecken alle mit ihrer Paranoia an. Zu mal hier einige sehr sensible sind, denn Haarausfall kann eine Art "Prangerfunktion" haben und das trifft genau ins Schwarze... leider.

Subject: Re: game over

Posted by [Raiders-Fan](#) on Tue, 17 Oct 2006 15:00:57 GMT

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

Stimmt, nehme Paroxetin bzw. Seroxat und könnte jede freie Minute schlafen. Und könnte auch ständig nur essen.

Subject: Re: game over

Posted by [thursday](#) on Tue, 17 Oct 2006 16:26:09 GMT

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

Zitat: Es ist kein Wunder, dass du nach täglichen Forumbesuchen und dies während zwei Jahren, dich so krass in die Sache hineingesteigert hast. Und was machst du? Du begehst den gleichen Fehler nochmals mit deinem psychischen Problem. Jetzt schaust du auf Angstforen vorbei, na super! Du wirst dich immer mehr von deinem sozialen Umfeld fernhalten. Rede einmal mit "echten" Leuten über deine Probleme, es kann Wunder wirken!

hallo ge-mann,

also ich habe mich nicht wegen den ganzen forums besuchen in die sache hineingesteigert!! im gegenteil, es hat mir kraft gegeben!

mich hat die sache seit dem ersten tag belastet. ich bin der meinung, dass dies noch ein ernstes thema in zukunft wird.

gerade die jüngeren menschen wachsen in einer gesellschaft auf, die schon fast verlangt perfektes haar zu haben!!

um so mehr betroffene wird es in der zukunft geben, die damit psychisch nicht mehr fertig werden!! ist traurig, aber leider realität !!

deswegen sind forums wie diese eine rettung für solche leute wie mich!! ich hab hier gelesen, dass es nicht nur propecia und regoine gibt!! ich habe es als eine herausforderung gesehen um meine haare bis zum bitteren ende zu kämpfen. bei mir hat es leider nicht geklappt, aber dafür bei anderen usern !!

ich habe dadurch das ganze herauszögen können (mit meiner psychen) und erst als bei mir wirklich nichts mehr geholfen hat, bin ich in dieses loch gefallen!!!

ich bin bei einem therapeuten und rede mit meinen problemen nicht nur übers internet !! ich

habe freunde und familie, die mich schon immer unterstützt haben.
ausserdem mache ich jetzt yoga und jogge dreimal in der woche!
freunde von mir helfen mir wo es nur geht !!!
trotz das ich mich damals von allen zurückgezogen habe, sind sie jetzt noch für mich da ...

sorry, dass hier alles etwas verwirrt geschrieben ist, bin aber gerade bei meinem dad im büro
und der muss an den pc ..

gruss matze

Subject: Re: game over
Posted by [Royo](#) on Tue, 17 Oct 2006 17:42:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also nach ner anlyse meines des hausarztes hat man man mir Auch psycho behandlung vor
geschlagen...
die haben mich dort als schweren Fall eingestuft....

Naja ich reg mich TAG täglich über den HA auf....

teil weise extreme depressionen und sui gedanken gehabt.. udn hab sie noch immer....

ich war schon früher recht instabile persönlichkeit aber das hat mir den Gandenstoss
gegeben....

naja mich hält mich nur noch am stück das das alles bei mir sich noch in grenzen hält da es
neimanden bissher auf gefallen ist.... udn selbt wenn ich freunden /psycholo.... drauf auf
merksamm machen... glaub sies mir meist erst
garnicht....

trodem seit dem ich HA hab seh ich nur noch haare herum leigen... jedes Haar was fällt löst
frust auf.... und kann den ganze nTAg versauen

ich bin devinitiv der Meinug das diese Forum wenn alles noch verschlimmer.....

Sag mir oft "geh nicht auf diese seite ... denk an was anderes"

aber naja geh maximal 1 mal an Tag hier rauf .. .dann Kurz....

Mich hält nur die "Finhoffnug"und ein mädel wirklich vor dem Wansinn ab...
