
Subject: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Pansen](#) on Thu, 23 Nov 2006 10:54:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leute,

ich hab aufgehört zu rauchen!
Das war vor ca einem Jahr.
Weil's mir aber so gut schmeckt, hab ich wieder angefangen.
Scherz - natürlich nur aus absoluter DUMMHEIT!

Der Zusammenhang "rauchen und Haarausfall" wurde hier schon öfter besprochen. Die Suchfunktion kenn ich auch...
Ich finde dieses Thema aber total interessant und in der Fachwelt gehen die Meinungen auch sehr auseinander. (Dr. Trüeb/Prof. Wolff)

Eure Meinungen und Erfahrungen sind mir sehr wichtig:

Hat jemand, nachdem er mit dem Rauchen aufgehört hat, positive Veränderungen bezogen auf den HA oder auf das Haarwachstum machen können?

Oder hat sich der HA nach dem Einstellen des Rauchens erstmal verschlimmert?

Ig aus muc

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [loydd](#) on Thu, 23 Nov 2006 10:57:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also wenn ich am WE zwei Tage lang weg bin und mir 2 Päckchen reinfahr hab ich daraufhin so nen derben HA das es schon wieder nicht lustig ist!

Ohne Witz...ist auch keine Einbildung mehr...habe das schon oft getestet....

...nie wieder Kippen!

aber kann natürlich sein, dass sowas bei jedem anders is....

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Pansen](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:05:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi

AHA! sehr interessant! danke für die schnelle Antwort.
Rauchst du jetzt nicht mehr? hast du wegen dem HA aufgehört?
Hast du nur am WE geraucht? oder auch unter der Woche?

soviele Fragen

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Linsensuppe](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:13:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe das Rauchen vor 3 Jahren nach fast 20 Jahren dran gegeben und konnte keinerlei Veränderung in Bezug auf meinen HA feststellen. Übrigens auch in keinem anderen Bezug. Mein Geschmackssinn hat sich nicht verbessert, ich bin konditionell nicht fitter geworden (hatte auch als Raucher keinerlei Probleme damit) noch fühle ich mich sonst irgendwie fitter, ausgeschlafener oder Leistungsfähiger. Alles wie vorher, nur das ich jetzt einen Haufen Kohle spare.

Übrigens, der Ex-Bassist der Rolling Stones, Bill Wyman, hat kürzlich seinen 70. Geburtstag gefeiert. Er raucht seit seinem 13. Lebensjahr und ist immer noch Kettenraucher. Wie eh und je. Er schafft an stressigen Tagen, und davon hat er mehr als genug weil er Workaholic ist, bis zu 4 Schachteln. Er sieht aus wie 50, hat relativ glatte, rosige Haut, absolut volles Haar und hat, wie er in einem Interview sagte, vor 3 Monaten einen rundum Check machen lassen. Sein Arzt sagte, er wäre der gesündeste 70 jährige den er jemals untersucht hätte. Ihm fehlt absolut nichts und ist kerngesund. Schönheits OP's und Perücken sind bei ihm Fehlanzeige. Das sieht man auch.

Wenn es also stimmen sollte, das jede Zigarette die Lebenszeit um soundsoviel Minuten (Stunden, Tage...was da auch immer erzählt wird) verkürzt, dann würde Bill Wyman wahrscheinlich, hätte er nie geraucht, 500 Jahre alt werden.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [loydd](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:14:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

habe schon seit 3 Jahren aufgehört, aber nicht wegen dem HA.

Rauche nur gelegentlich mal am WE wenn ich Party gemacht habe, dann aber richtig.

und habe einen eindeutigen Zusammenhang bemerkt, da bin ich mir ziemlich sicher.

mittlerweile rühr ich auch keine Kippe mehr an!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [reinforcement](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:20:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich hab nie geraucht.....
und hab trotzdem HA.....

sollte auch erwähnt werden!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [loydd](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:24:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also wenn Rauchen HA nicht triggert....dann weiß ich nicht was es sonst triggern sollte.....

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:26:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alles triggert

trigger trigger trigger

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Linsensuppe](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:40:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Möchte noch erwähnen, dass mein 2,5 Jahre älterer Bruder, der sich im Gegensatz zu mir ernährt wie ein Schwein, raucht wie ein Schlot und auch sonst kein Stück auf seine Gesundheit achtet, nicht die geringsten Anzeichen von Haarausfall aufweisen kann. Der hat eine volle und dichte Matte, da kann ich nur staunen.

Habe auch noch eine andere, für mich doch etwas erstaunliche Feststellung gemacht. Der Bruder meiner Freundin ist Sozialpädagoge und arbeitet in einer Art Suchtberatung. Er betreut, zusammen mit anderen Sozialarbeitern, 3 Gruppen a ca. 10-15 suchtkranker Menschen zwischen 18 und ungefähr Ende 40. Der überwiegende Teil ist schwer drogenabhängig, spricht: Heroin. Einige von denen schon seit rund 20 Jahren. Ich glaube, ausnahmslos sind alle auch Raucher, trinken regelmäßig Alkohol und werfen auch, wenn kein Heroin aufzutreiben ist und sie nicht in der Gruppe sind, einiges an Medikamenten ein um die Entzugerscheinungen zu mildern. Viele von Ihnen, vor allen natürlich die, die schon viele Jahre harte Drogen konsumieren, sind körperlich absolute Wracks. Ausgemergelt und kaputt. Die Ernährung dieser Leute ist unter aller Sau und die Lebensumstände erbärmlich. Viele haben schwere Lebererkrankungen, Hepatitis und Exzeme am ganzen Körper aufgrund mangelnder Hygiene.

Manchmal hole ich den Bruder meiner Freundin von der Arbeit ab. Ich habe auch schon mitgeholfen, Gruppenfeiern und "bunte Abende" für sie mitzuorganisieren und zu gestalten und da ich, wie fast alle Leute die von HA betroffen sind, ein "Scanner" bin und sofort sehe ob jemand ein HA Problem hat oder nicht muß ich sagen, so kaputt die auch alle sein mögen, mir fällt unter den knapp 30 Junkies spontan niemand auf, der ein Haarproblem hat. Eher das Gegenteil trifft zu, fast alle haben erstaunlich volles, gesund aussehendes Haar. Ich glaube, das wurde hier schon mal besprochen, aber man könnte fast meinen, das Heroin oder ein schlechter Lebensstil positive Auswirkungen auf den Haarwuchs haben (klar, ist Quatsch. Übertreibe jetzt absichtlich), jedenfalls ist das, für mein Dafürhalten, sehr auffällig.

Nur so eine Beobachtung, die ich mal Mitteilen wollte.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:41:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Möchte noch erwähnen, dass mein 2,5 Jahre älterer Bruder, der sich im Gegensatz zu mir ernährt wie ein Schwein, raucht wie ein Schlot und auch sonst kein Stück auf seine Gesundheit achtet, nicht die geringsten Anzeichen von Haarausfall aufweisen kann. Der hat eine volle und dichte Matte, da kann ich nur staunen.

bei mir GANZ genau das selbe. und das lässt EINIGE rückschlüsse zu.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Linsensuppe](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:43:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

glockenspiel schrieb am Don, 23 November 2006 12:41 Möchte noch erwähnen, dass mein 2,5 Jahre älterer Bruder, der sich im Gegensatz zu mir ernährt wie ein Schwein, raucht wie ein Schlot und auch sonst kein Stück auf seine Gesundheit achtet, nicht die geringsten Anzeichen von Haarausfall aufweisen kann. Der hat eine volle und dichte Matte, da kann ich nur staunen.

bei mir GANZ genau das selbe. und das lässt EINIGE rückschlüsse zu.

Das frustriert tierisch, was?

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:44:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Linsensuppe schrieb am Don, 23 November 2006 12:43 glockenspiel schrieb am Don, 23 November 2006 12:41 Möchte noch erwähnen, dass mein 2,5 Jahre älterer Bruder, der sich im Gegensatz zu mir ernährt wie ein Schwein, raucht wie ein Schlot und auch sonst kein Stück

auf seine Gesundheit achtet, nicht die geringsten Anzeichen von Haarausfall aufweisen kann. Der hat eine volle und dichte Matte, da kann ich nur staunen.

bei mir GANZ genau das selbe. und das lässt EINIGE rückschlüsse zu.

Das frustriert tierisch, was?

hm, nicht so wirklich, da ich es ihm nicht wünsche...aber Linsensuppe, es lässt mich manchmal sehr zweifeln an den hier publizierten Dogmen

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [Linsensuppe](#) on Thu, 23 Nov 2006 11:46:37 GMT

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

glockenspiel schrieb am Don, 23 November 2006 12:44Linsensuppe schrieb am Don, 23 November 2006 12:43glockenspiel schrieb am Don, 23 November 2006 12:41Möchte noch erwähnen, dass mein 2,5 Jahre älterer Bruder, der sich im Gegensatz zu mir ernährt wie ein Schwein, raucht wie ein Schlot und auch sonst kein Stück auf seine Gesundheit achtet, nicht die geringsten Anzeichen von Haarausfall aufweisen kann. Der hat eine volle und dichte Matte, da kann ich nur staunen.

bei mir GANZ genau das selbe. und das lässt EINIGE rückschlüsse zu.

Das frustriert tierisch, was?

hm, nicht so wirklich, da ich es ihm nicht wünsche...aber Linsensuppe, es lässt mich manchmal sehr zweifeln an den hier publizierten Dogmen

Ja, mich auch.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [Pansen](#) on Thu, 23 Nov 2006 12:18:50 GMT

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

ja da fängt man echt zum zweifeln an...

Hat Prof. Wolff doch ganz recht?

Nem für'n Arsch?

Oder spielt bei HA vielleicht die Psyche die allergrößte Rolle?

(durch Heroin weniger mentalen Stress, weniger Sorgen und Ängste... und damit keinen HA?)

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [reinforcement](#) on Thu, 23 Nov 2006 12:21:53 GMT

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

Linsensuppe schrieb am Don, 23 November 2006 12:46glockenspiel schrieb am Don, 23 November 2006 12:44Linsensuppe schrieb am Don, 23 November 2006 12:43glockenspiel schrieb am Don, 23 November 2006 12:41Möchte noch erwähnen, dass mein 2,5 Jahre älterer Bruder, der sich im Gegensatz zu mir ernährt wie ein Schwein, raucht wie ein Schlot und auch sonst kein Stück auf seine Gesundheit achtet, nicht die geringsten Anzeichen von Haarausfall aufweisen kann. Der hat eine volle und dichte Matte, da kann ich nur staunen.

bei mir GANZ genau das selbe. und das lässt EINIGE rückschlüsse zu.

Das frustriert tierisch, was?

hm, nicht so wirklich, da ich es ihm nicht wünsche...aber Linsensuppe, es lässt mich manchmal sehr zweifeln an den hier publizierten Dogmen

Ja, mich auch.

mir geht das so auf die nüsse.....weil diese leute nichtmal wissen was sie haben!
Auf der anderen seite.....ich danke auch nicht 3 mal täglich dafür das beide meiner nieren noch funktionieren!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [Claudi](#) on Thu, 23 Nov 2006 13:41:49 GMT

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

Pansen schrieb am Don, 23 November 2006 13:18

Oder spielt bei HA vielleicht die Psyche die allergrößte Rolle?

(durch Heroin weniger mentalen Stress, weniger Sorgen und Ängste... und damit keinen HA?)

Heroin-Abhängige haben aber doch mit Sicherheit nicht weniger Sorgen und Ängste. Bei denen fängt's doch schon damit an, sich ständig das Zeugs beschaffen zu müssen, mal ganz abgesehen vom sozialen Abstieg usw. usf.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [balu123](#) on Thu, 23 Nov 2006 15:38:34 GMT

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

Bin seit ca. einem Jahr "clean" und habe irgendwie keine positive Veränderung im Bezug auf den HA feststellen können.

Allerdings fühle ich mich ohne die Sucht nach Kippen VIEL freier und spare natürlich Geld welches ich wiederum z.B. versaufen kann!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Raiders-Fan](#) on Thu, 23 Nov 2006 15:43:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich rauche nur am Wochenende, und auch nur wenn ich betrunken bin. Weil es mir dann egal ist. Aber eins kann ich bestätigen: Nach einer durchzechten Nacht gehen mir am nächsten Tag wie verrückt die Haare aus ! Ich werde in Zukunft keinen Alkohol mehr trinken und auch keine Zigaretten mehr rauchen. Nur noch ab und zu Cannabis weil es den Haaren gut tut und irgendein Laster hat jeder.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [loydd](#) on Thu, 23 Nov 2006 16:14:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hunter schrieb am Don, 23 November 2006 16:43Ich rauche nur am Wochenende, und auch nur wenn ich betrunken bin. Weil es mir dann egal ist. Aber eins kann ich bestätigen: Nach einer durchzechten Nacht gehen mir am nächsten Tag wie verrückt die Haare aus ! Ich werde in Zukunft keinen Alkohol mehr trinken und auch keine Zigaretten mehr rauchen. Nur noch ab und zu Cannabis weil es den Haaren gut tut und irgendein Laster hat jeder.

Amen!

Woran liegt das man?!?! das kotzt mich so an!

Jetzt kann ichnoch nichtmal mehr in Ruhe feiern man!

Als HA Geplagter is man echt nur bestraft!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 23 Nov 2006 16:26:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

feier nur...du musst es ja nicht übertreiben...aber lebe dein leben!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Pansen](#) on Thu, 23 Nov 2006 16:47:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

man kann ja auch ohne zigaretten feiern!!
ich würde niemals nur wegen dem sch... HA aufs feiern verzichten!
nur eben auf Zigaretten.

@Hunter: Cannabis ist gut für die Haare? das kann ich und ein paar meiner Freunde aber nicht bestätigen. ok, wir ham's damals auch übertrieben....
In Maßen is es vielleicht nicht schlecht, aber positiv kann ich mir echt nicht vorstellen, wo hast denn die Info her?

Ist denn keiner hier dem sich der Rauch Stop positiv auf die Haare ausgewirkt hat?

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 23 Nov 2006 16:51:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pansen schrieb am Don, 23 November 2006 17:47man kann ja auch ohne zigaretten feiern!!
ich würde niemals nur wegen dem sch... HA aufs feiern verzichten!
nur eben auf Zigaretten.

@Hunter: Cannabis ist gut für die Haare? das kann ich und ein paar meiner Freunde aber nicht bestätigen. ok, wir ham's damals auch übertrieben....
In Maßen is es vielleicht nicht schlecht, aber positiv kann ich mir echt nicht vorstellen, wo hast denn die Info her?

Ist denn keiner hier dem sich der Rauch Stop positiv auf die Haare ausgewirkt hat?

so hatte ich es ja nicht gemeint...

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Raiders-Fan](#) on Thu, 23 Nov 2006 16:54:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Thema wurde hier schon oft genug besprochen
Ich kann nur jedesmal dasselbe schreiben :

Es konnte gezeigt werden, dass Cannabisrauchen beim Menschen die Blutkonzentration der vier Hormone LH, FSH, Prolaktin und Testosteron reduziert.

Murphy L. Endokrinum. In: Grotenhermen F (Hrsg.): Cannabis und Cannabinoide. Pharmakologie, Toxikologie und therapeutisches Potential. Huber, Bern 2001.

Studie <http://endo.endojournals.org/cgi/content/abstract/107/3/848>

Nur weil ihr euch jeden Tag die Köpfe zugeknallt habt heisst es nicht das es nicht wirkt !

Weniger ist mehr, und bitte sowenig Tabak wie möglich nehmen !

Subject: Re:

Posted by [tino](#) on Thu, 23 Nov 2006 19:19:58 GMT

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

Zitat:bei mir GANZ genau das selbe. und das lässt EINIGE rückschlüsse zu.

Tut mir leid glockenspiel, das gerade du jetzt zitiert wirst:-)Aber.....von dir haette ich mehr erwartet...

For you and for the others.....

Bill Wyman,Hein Blöd,und Balu der Baer,..haben-alle----bessere Gene wie ihr sie habt.....sonst haeeten sie doch auch AGA.Bei deren Genen macht Rauchen nicht soviel Schaden wie bei euren....Rauchen verschlimmert eure genetische Misere.

Deshalb sollte man.....nicht rauchen!

Mache ich ja auch nicht...

Gruss

Subject: Re:

Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 24 Nov 2006 13:19:25 GMT

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

war aber irgendwie lieb gesagt...

Subject: Re:

Posted by [Gast](#) on Fri, 24 Nov 2006 13:28:18 GMT

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

Heißt Dein Bruder "Balu der Bär", Glocke?

Subject: Re:

Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 24 Nov 2006 13:29:02 GMT

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

sancho pansa schrieb am Fre, 24 November 2006 14:28Heißt Dein Bruder "Balu der Bär", Glocke?

nein...weiss schon, worauf du hinauswillst, aber auf so einen endlosthread hab ich keine lust

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [nemo](#) on Fri, 24 Nov 2006 16:24:42 GMT

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

Ich hab erst Haarausfall bekommen, wie ich mit dem rauchen aufgehört hatte. Ich würd da nichts weiter drauf geben, jedenfalls nicht deswegen aufhören.
