
Subject: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit

Posted by [obi57258](#) on Sun, 15 Jul 2007 11:08:01 GMT

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

Hallo liebe Leidensgenossen,
irgendwie weiß ich nicht mehr weiter, warum ich hier Hilfe bitte. Ich hatte eigentlich immer sehr dicke und volle Haare. So im Nov. / Dez. letzten Jahres bekam ich plötzlich verstärkten Haarausfall. Stand in dieser Zeit sehr stark unter arbeitsbedingtem und emotionalem Stress. Meine Haare waren plötzlich strohig, trocken und vielen aus. Es waren erst nur wenige dann wurden es immer mehr. Bis zu ca. 150 am Tag. Meine längeren Haare musste ich heute abschneiden was mich sehr mitnimmt. Nun seit ca. 3 Wochen fallen nur noch ca. 20-30 Haare am Tag aus (Umstellung der Ernährung, Nahrungsergänzungsmittel, Vermeidung von Stress) und glaube es wachsen neue Haare nach, dh ich habe das Gefühl, dass ich stoppeln unter den anderen Haaren fühle. Eine Stelle am Hinterkopfwirbel ist aber sehr ausgedünnt und dort und Umgebung sind die Haare ganz fein und weich geworden. Kann es sein, dass die Haare durch Stress und Fehlernährung ganz fein und dünn werden und letztendlich ausfallen. Kann es sein, dass ich doch AGA habe und die einfach nur sehr schnell verläuft?
Was ich vergessen habe zu erwähnen...nicht nur die Haare am Oberkopf fallen aus, sondern auch am Haarkranz und Nacken sowie die Haare am Oberkörper/Armen lassen sich ganz einfach herausziehen.

Ich habe auch in dieser sehr stressigen Zeit mich von meiner Partnerin getrennt und mich sehr ungesund und einseitig ernährt und vielleicht die ein oder andere Mahlzeit ausfallen lassen und durch Kaffee und TIG. ersetzt.

Mich würde einfach freuen, wenn mir jemand zu diesen Dingen eine ehrliche Meinung schreiben könnte.

P.S. Mein Arzt hat so ziemlich alles untersucht (Blut(groß), Sono, Magenspiegelung, EKG) Ich sei völlig gesund obwohl ich auch seit geraumer Zeit an Magenproblemen und Gallenproblemen leide und immer müde und total verwirrt und unkonzentriert bin.

Vielen Dank fürs Zuhören

Thomas

Subject: Re: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit

Posted by [hairfighter](#) on Sun, 15 Jul 2007 16:30:30 GMT

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

Also mir erging es auch so in den letzten Monaten, durch starken Druck in der Arbeit, hat sich bei mir ein täglicher Stress aufgebaut. Nur beschränkte sich der Ausfall nur auf die GHE und seitlich ein wenig. Dafür hierbei stark.

K. A. ob Stress auslöser ist, finde aber, dass es immer schlimmer ist, wenn dieser auftritt.

Subject: Re: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit
Posted by [obi57258](#) on Sun, 15 Jul 2007 17:41:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja..so geht es mir auch ..aber du hast auch keine ahnung ob sich das wieder legt bzw ob die haare wieder zurückkommen? Was unternimmst du denn gegen den HA??

Subject: Re: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit
Posted by [Totti79](#) on Mon, 16 Jul 2007 15:01:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi, mir gehts ganz genauso wie dir! Bis Ende 2006 überhaupt keine Probleme mit Haarausfall, seitdem aber ganz rapide. Mindestens 150 Haare am Tag. Oben bildet sich bereits ein leichter Wirbel und die Geheimratsecken sind auch ausgeprägter. Komischerweise fallen sie bei mir auch überall aus, an den Seiten und hinten genauso wie vorne. Einmal durch die Haare fahren und gleich habe ich 5 Stück in der Hand.
Habe auch seit Anfang des Jahres großen Stress, täglich 80km hin und zurück zur Arbeit pendeln, dort auch großer Druck, zudem einige persönliche Veränderungen. Ich habe keine Ahnung, ob es damit zusammenhängt oder ob es nur ein rasanter anlagebedingter Ausfall ist. Nehme seit 1 Monat Proscar, habe aber in der kurzen Zeit natürlich noch keine Veränderungen bemerken können. Wenn der Ausfall in dem Tempo weitergeht, werde ich mich Ende diesen Jahres wohl von meiner Frisur verabschieden können und nen 3-MM-Schnitt machen

Subject: Re: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit
Posted by [obi57258](#) on Mon, 16 Jul 2007 17:25:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Totti,

fallen dir denn auch die Haare am Oberkörper / Brustbehaarung oder sonst wo? Bist du mit deinem Problem zu Hautarzt gegangen und was hat der Unternommen? Würde mich mal interessieren

Vielen Dank für deine Info und alles Gute

obi

Subject: Re: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit
Posted by [Totti79](#) on Mon, 16 Jul 2007 21:58:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi, nein beim Arzt war ich bislang nicht. Ich denke auch nicht, dass der Haarausfall auf Stress oder schlechte Ernährung zurückzuführen ist. Früher hatte ich genauso Stress oder mich

schlecht ernährt, ohne dass Probleme aufgetreten sind. Wahrscheinlich ist es einfach anlagebedingt, nur leider sehr rapide. Nehme jetzt Proscar und Vitaminpillen und hoffe mal auf Besserung. Was hast du unternommen? Ist schon echt scheisse sowas

Subject: Re: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit
Posted by [obi57258](#) on Tue, 17 Jul 2007 06:40:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich nehme allerhand an nahrungsergänzungsmittel und versuche mich gesund zu ernähren und den stress besser zu organisieren. Habe auch echte verbessereung gesehen, dh es fallen deutlich weniger aus aber ...es sind immer noch viele. Wie bist du denn an das proscar herangekommen. dafür brauch man doch ein rezept oder nicht??? Wie teuer sind diese denn...? Ich überlege mir , ob ich nicht auch damit anfangen sollte werde auch wohl so schnellwie möglich einen arzt aufsuchen um schlimmeres zu vermeiden.

Danke für deine Antwort

obi

Subject: Re: Lichtungen innerhalb kurzer Zeit
Posted by [Totti79](#) on Tue, 17 Jul 2007 07:27:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich versuche auch den Stress zu minimieren, ist aber aufgrund meines Jobs und des relativ langen Wegs zur Arbeit kaum möglich. Habe leider unter der Woche immer einen 13-14 Stunden Tag...

Proscar bekommt man in Deutschland nur auf Rezept. In England ist es rezeptfrei zu haben, hab es mir dort online bestellt. Wie teuer es genau war weiss ich gar nicht, ich meine etwa 40-50 Euro. Die Packung reicht dann 3,5 Monate. Musst dich mal im Forum umschauen, da gibts auch einige Themen dazu.
