

Ergibt sich in der Gesamtschau aus diesen Laborwerten ein Hinweis auf einen Östrogenmangel, ist die zusätzliche Untersuchung der Eierstockfunktion sinnvoll.

Weitere Tests ermitteln Werte für:

- **TSH:** TSH (Thyreotropin) ist ein Hormon. Dieser Laborwert gibt Auskunft über die Schilddrüsenfunktion.
- **Ferritin:** Ferritin ist ein Speicherstoff für Eisen und zeigt den Zustand des Eisenhaushalts an.
- **Schwermetalle** in Blut oder Urin, sofern es gezielte Hinweise auf eine mögliche Belastung gibt.

Wie wird Haarausfall behandelt?

Bei hormonbedingtem Haarausfall kann der ursächliche Hormonmangel bzw. das gestörte Gleichgewicht durch Medikamente ausgeglichen werden. Auch eine Schilddrüsenunter- oder -überfunktion ist gut behandelbar. Bei Nachweis eines Eisenmangels werden Patient:innen durch eisenhaltige Präparate über mehrere Monate Erfolge sehen.

Allerdings ist in allen Fällen etwas Geduld, etwa 2 bis 3 Monate, für sichtbare Ergebnisse erforderlich, denn Haare wachsen relativ langsam.



Überreicht durch:



Health Journey
von Fabio Arcucci

Health Journey
Kleinstraße 14
81379 München
Tel +49 176 77574191
info@healthjourney.app

Haarausfall

Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten



Health Journey
von Fabio Arcucci



Warum kommt es zu Haarausfall?

Es ist ein ganz natürlicher und normaler Vorgang, dass Haare ausfallen. Sie tun dies auch bei einem vollständig gesunden Körper in einem Kreislauf: Haare wachsen, sind am Ende ihres Wachstums in einer Ruhephase, fallen dann aus und wachsen schließlich nach. Erst wenn durchschnittlich mehr als etwa 100 Haare pro Tag ausfallen, ist an eine Störung zu denken.

Lichtet sich das Haupthaar sichtbar, bedeutet das für viele Betroffene eine große Belastung. Manche Männer erleben unangenehm, wie sich ihr äußeres Erscheinungsbild stark wandelt. Viele Frauen sehen im Haarausfall ein Anzeichen schwindender Weiblichkeit.

Vermehrter und unerwünschter Haarausfall kann eine Vielzahl von Ursachen haben. Faktoren, die Haarausfall beeinflussen, sind zum Beispiel:

- hormonelle Veränderungen
- Mangelzustände bei Vitaminen oder Mineralstoffen oder andere Formen von Fehl- oder Mangelernährung
- schädigende Einflüsse durch verwendete Medikamente oder aufgenommene Gifte, wie zum Beispiel Schwermetalle
- bestehende Hauterkrankungen mit Entzündungen oder allergischen Reaktionen
- schwere Erkrankungen, aber auch Unfälle oder Operationen.

Was ist „hormonell bedingter Haarausfall“?

Wenn sich im Körper der Hormonhaushalt ändert, kann das zu einem sogenannten „diffusen Haarausfall“ führen. Solche Änderungen im Hormonspiegel oder im Verhältnis der zusammenspielenden Hormone zueinander gibt es typischerweise:

- nach einer Schwangerschaft
- wenn ein Hormonpräparat neu eingenommen oder abgesetzt wird

In diesen Fällen ist eine Therapie nicht angeraten, weil sich das Haarwachstum in der Regel innerhalb von wenigen Monaten den neuen hormonellen Verhältnissen anpasst.

Eine andere Lebensphase wird oft von unerwünschtem Haarausfall begleitet:

- In den Wechseljahren geht die Ausschüttung von Östrogen (dem wichtigsten „weiblichen“ Hormon) zurück und führt zu einem veränderten Verhältnis (relativer Überschuss) zu androgenen, das heißt „männlichen“ Hormonen. Dies kann sich auch in vermehrter Körperbehaarung (Hirsutismus) oder Hautunreinheiten (Akne) zeigen.

Was sind Ursachen für Haarausfall, wenn es nicht die Hormone sind?

Nicht hormonell bedingter Haarausfall kann bei ungünstiger Ernährung entstehen. Vor allem ist an die Möglichkeit eines bestehenden Eisenmangels zu denken. Belastungen/Vergiftungen durch Schwermetalle (zum Beispiel durch Blei, Quecksilber, Thallium oder Selen) können zwar gleichfalls Haarausfall verursachen, kommen aber in der Praxis kaum vor.

Eine andere, nicht hormonell bedingte Haarausfallerkrankung liegt bei „Alopezia areata“ vor, dem sogenannten „kreisrunden Haarausfall“. Hierbei handelt es sich um eine Autoimmunreaktion, die die Haarfollikel schädigt.

Woher weiß man, was den Haarausfall genau verursacht?

Eine genaue Klärung der Ursachen ist wichtig, denn der Behandlungserfolg ist umso größer, je frühzeitiger zum Beispiel hormonelle Störungen oder ein Eisenmangel erkannt und therapiert werden. Dafür kann im Labor eine Blutprobe analysiert werden auf den Gehalt von **folgenden Hormonen**:

- Testosteron
- Androstendion
- DHEAS (Dehydroepiandrosteronsulfat)
- SHBG (Sexualhormon-bindendes Globulin)
- Dihydrotestosteron

