

# Schönheit

Haarausfall und Hormone

Für den Haarausfall können verschiedene Ursachen verantwortlich sein. Häufig spielen mehrere Faktoren eine Rolle. Zu Recht wird auf fehlende Nährstoffe und Übersäuerung hingewiesen. Aber eine mangelnde oder zu starke Hormonausschüttung spezieller Hormonarten kann ebenso für den Haarausfall von Bedeutung sein. Nach unserer Beobachtung sind folgende Hormonauffälligkeiten eine mögliche Ursache:

Estradiol: zu wenig – erst recht, wenn das Verhältnis zum Testosteron auffallend groß ist!

Testosteron: zu wenig! Wenn von „androgenem Haarausfall“ die Rede ist, wird meistens zu viel Testosteron verdächtigt! Das können wir nach über 10 Jahren Hormonbeobachtung bei Haarausfall nicht bestätigen! Logische Begründung: Wenn ein hoher Testosteronwert allein die Haare ausfallen lassen würde, dann hätten viele junge Männer kein Haar mehr auf dem Kopf. Im Alter von 15 – 25 hat der Mann die höchste Testosteronausschüttung im Laufe seines Lebens. Normalerweise haben nicht die jungen Männer die Glatze, sondern eher ältere Männer, nämlich dann, wenn das Testosteron graduell abnimmt. Junge Männer haben dagegen eher dichtes Haupthaar – so wie auch junge Frauen. Daher bezweifeln wir, wenn (meist ohne vorausgegangener Überprüfung per Speichelhormontest) das Testosteron mit Medikamenten unterdrückt wird.

Adrenalin: zu viel!

Schilddrüsenhormone T3 + T4: zu viel oder zu wenig! Beide SD-Extreme können für Haarausfall in verschiedenerelei Ausprägung verantwortlich sein. Symptome die eine Schilddrüsenüber- oder Schilddrüsenunterfunktion verdeutlichen können, finden Sie im Themenbereich Schilddrüse auf dieser Homepage.

Tests:

Schilddrüsenfunktion per Bluttest über Ihren gewohnten Internisten – sofern er bereit ist, eine gründliche Diagnostik über TSH+FT3+FT4 vorzunehmen.

Geschlechtshormone: Freies Estradiol + freies Testosteron über Speichelhormontest von zu Hause aus. Bei Frauen mit Regelblutungen möglichst am ca. 20. Zyklustag. Bei Frauen ohne Regelblutungen, bei Kindern und Männern in einer symptomreichen, typischen Phase.

Therapie: Mit einer damit vertrauten Fachkraft wäre zu klären, wie Nährstoffmängel oder eine hormonelle Schieflage diagnostiziert und mit natürlichen Substanzen über Nahrung, Medikamenten oder Pflanzenprodukten ausgeglichen werden kann.

Dieser Bericht stammt von  **HormonSelbsthilfe**  
Elisabeth Buchner