

Interview / Erfahrungsbericht AC-Therapie

**Marianne Peters, Mitte 40, Hannover
Therapietermin Klinik Hamburg am 30.03.2009**

Frau Peters, wie hat denn das Thema Haarausfall bei Ihnen begonnen, wann wurde Ihnen bewusst, dass es sich hier nicht nur um die üblichen Mengen an verlorenem Haar handelt?

Begonnen hat der Haarausfall ca. August 2007. Mir fiel auf, dass ab diesem Zeitpunkt einfach mehr Haare in der Bürste blieben als bisher. Ich hatte mir jedoch weiter keine Gedanken darüber gemacht, bis mich mein Friseur beim Friseurbesuch auf eine fast kahle Stelle am Kopf aufmerksam machte.

Der kreisrunde Haarausfall ging dann in diffusen Haarausfall auf dem kompletten Kopf über. Dazu kam ein starkes Jucken und Brennen der Kopfhaut.

Was haben sie dabei empfunden? Welchen Einfluss hatte das auf Ihre Lebensqualität?

Die ganze Situation hatte entscheidende Auswirkungen auf meine Psyche: ich fühle mich so unsicher in der Öffentlichkeit, dass ich mir schließlich eine Perücke zulegte. Ein normaler Alltag ist damit jedoch nicht möglich. Zum Beispiel kommt man nach der Arbeit nach Hause und legt die Perücke ab. Dann fällt einem ein, dass der Müll noch runter muss... Perücke nochmal auf? Mütze auf... es ist einfach nur noch eingeschränkter Alltag möglich.

Insgesamt fühlt man sich unsicher, zieht sich bis auf den engsten Freundeskreis von Menschen zurück.

Dazu kommt die brennende Kopfhaut. Es ist einfach nicht normal, seine Kopfhaut nach vielen Lebensjahren auf einmal ständig negativ zur Kenntnis nehmen zu müssen! Man beschäftigt sich fortwährend mit diesen Themen und sucht verzweifelt nach Lösungen. Ohne Kopftuch oder Perücke geht man nicht aus dem Haus.

Befanden sie sich damals in einer besonderen Lebenssituation? Gab es Änderungen oder Situationen, die sie persönlich vermehrt unter Stress und Anspannung setzten?

Ja, ich hatte damals starken persönlichen Stress, wir sind umgezogen – neben dem üblichen beruflichen Stress war das einfach eine Ausnahmesituation.

Was haben sie alles unternommen, um Informationen zu erhalten, wie ihnen geholfen werden könnte? Welches waren da ihre Ansprechpartner?

Ich war zuerst beim Hausarzt, dann bei renommierten Dermatologen am Ort und schließlich sogar in der Hautklinik. Keiner konnte mir sagen, was mit mir los ist oder wie man dagegen vorgehen könnte. Die Ärzte kamen mir recht hilflos vor, schienen mir sogar richtig „genervt“ zu sein, wenn ich wieder zu einem Termin erschien.

Auf Druck meinerseits, dass es doch irgendeinen Ansatz geben müsste, wurde mir schließlich eine Cortison-Stoßtherapie verordnet. Aussage des Arztes, dass eine 50% Chance auf Besserung besteht. Ich hatte nach den 3 Sitzungen massivste Nebenwirkungen – und es half weder gegen den Haarausfall noch gegen das Brennen der Kopfhaut.

Parallel dazu recherchierte ich ständig im Internet, um Lösungsansätze zu finden. Neben Google-Recherche und Gesundheitsportalen war ich auch in diversen Foren unterwegs – leider erfolglos.

Was für Erfahrungen haben sie mit ihren Ansprechpartnern gemacht?

Wie bereits gesagt, die Ärzte, mit denen ich sprach, schienen mir recht hilflos. Mit der Cortisontherapie wollten sie die „Kette des Haarausfalls“ durchbrechen. Das Thema Brennen und Jucken der Kopfhaut nahmen Sie nicht ernst, auch meinen Hinweis, dass ich grade sehr stressige Zeiten durchlebe, kommentierte man eher mit „das wird schon wieder“ und dann würde auch das Brennen / Jucken aufhören. Zudem empfahl man mir ein Cortisonshampoo und verschrieb mir ein durchblutungsförderndes Mittel für die Kopfhaut.

Konnte Ihnen geholfen werden?

NEIN

Wie lange hat sich diese Suche nach einer Lösung für ihr Problem hingezogen?

Von August 2007 bis Anfang 2009. Zwischenzeitlich hatte ich dann auch eine Kur hinter mir, wollte mich aber einfach nicht mit dem Thema abfinden.

Wie sind Sie schließlich auf das Thema Spannungshaarausfall bzw. die AC-Therapie gestoßen?

Auch wieder über eine Internet-Recherche. Allerdings nicht mit den Stichworten „Haarausfall“ oder ähnlichen, die nur die gängigen Präparate der Pharmaunternehmen als Ergebnis liefern, sondern über Schlagwörter wie „Verspannung, Jucken, Brennen der Kopfhaut“. Auf der Internetseite der AC-Therapie stand genau beschrieben, was ich bei mir selbst erlebe und ich wollte mehr davon erfahren.

Sie haben sich dann an die AC-Info-Hotline gewandt. Wie waren Ihre Erfahrungen mit den Ansprechpartnern?

Sehr kompetent. In einem längeren Gespräch wurden alle meine Fragen sehr fachmännisch und doch verständlich beantwortet. Ich fand mich wirklich verstanden und ließ mir direkt eine Klinik in meiner Nähe nennen, die die Beratung und die EMG-Messung zum Spannungshaarausfall durchführt.

Schließlich haben sie sich für eine AC-Therapie entschieden. Wie haben sie die Behandlung empfunden? War es schmerzhaft? Wie lange hat die Behandlung gedauert?

Ich habe mich für die Klinik in Hamburg entschieden, bei Dr. Friedrich und Dr. Rapp. Die Behandlung selbst würde ich nicht als schmerzhaft, sondern eher als etwas unangenehm beschreiben.

Insgesamt dauerte die Untersuchung und die Behandlung ca. 1 Stunde. Zuerst wurde eine EMG-Messung der Kopfhautspannung durchgeführt, die Werte waren dramatisch über den Normwerten. Im Anschluss fand dann die Beratung über das Vorgehen und die Therapie statt.

Obwohl durch die Homepage und das Gespräch mit dem AC-Beratungs-Team bereits ca. 80% der Informationen bekannt waren, war das Gespräch mit Ärzten, die bereits andere Patienten mit ähnlichen Symptomen erfolgreich behandelt hatten, sehr aufschlussreich. Direkt danach ließ ich die Therapie durchführen.

Besonders schön war, dass ich mich endlich bei jemanden Ernst genommen vorkam, ich fühlte mich „angekommen“ und „angenommen“ mit meinen Problemen.

Traten Verbesserungen aufgrund der Therapie ein? Wie schnell? Wie genau konnten sie diese wahrnehmen?

Nach ca. 5 Tagen war das Brennen und Jucken der Kopfhaut komplett weg! Es war wieder „wie früher“. Man konnte diese Symptome einfach nicht ausblenden, es war ein „komisches Gefühl“, die Kopfhaut dauernd zu spüren. Und man überlegte ständig, ob man nicht Pilze oder irgendwelche Mikroorganismen auf dem Kopf hat – obwohl das alles untersucht wurde.

Der Haarausfall ging dann nach ca. 3-4 Wochen auf ein normales Maß zurück. Durch eines der durchblutungsfördernden Medikamente, die ich vorher vom Dermatologen verschrieben bekommen hatte, war ein bisschen Flaumhaar gewachsen, das aber irgendwie nicht „mein Haar“ war.

Nach der AC-Therapie hingegen, ca. 8-10 Wochen später, begann mein Haar wieder dichter und voller zu werden. Und es waren meine „richtigen“ Haare, die da wuchsen. Meine entstandenen Geheimratsecken wachsen zunehmend zu.

Ich gehe wieder ohne Kopftuch aus dem Haus, fühle mich einfach wieder wohl.

Welchen Einfluss hat diese Verbesserung auf ihr tägliches Leben und ihr persönliches Wohlempfinden gehabt?

Ich kann die Ergebnissituation nur so beschreiben: Ich fühle mich 100% wohler damit. Ich habe wieder Lebensqualität, meine Unsicherheiten im Umgang mit Menschen hat sich verflüchtigt. Und die Perücke kann im Schrank bleiben...

Sind Sie zufrieden mit Beratung, Ablauf und Ergebnissen der Therapie? Würden sie sie wieder machen?

Auf jeden Fall, ein uneingeschränktes JA.

Die behandelnden Ärzte raten als Ergänzung zu der Therapie zu einem Nahrungsergänzungsmittel, das den wieder auflebenden Haarwuchs optimal mit Vitaminen und Aufbaupräparaten für die Haarwurzel versorgt. Haben sie ein solches Mittel verwendet?

Ja, ich nehme regelmäßig das Präparat AC-reviva. Ich bin mir sicher, dass es mein Haarwachstum noch zusätzlich unterstützt und ich stelle auch fest, dass sich mein gesamtes körperliches Wohlbefinden dadurch gebessert hat. Die Nährstoffversorgung ist damit einfach gewährleistet.

Wem könnten sie die AC-Therapie ebenfalls empfehlen?

Ich möchte diese Therapie gerne jedem empfehlen, der unter diesen Problemen leidet! Deshalb war ich auch zu den Filmaufnahmen während meiner Therapie und zu diesem Interview bereit.

Ich möchte so vielen Leidensgenossinnen wie möglich helfen. Dafür sorgen, dass sie schneller auf diese Lösung aufmerksam werden und dass sie ihnen so gut hilft wie mir!

Frau Peters, vielen Dank für Ihre Zeit und die ausführliche Beantwortung unserer Fragen.