

**2. BEHANDELN**

Dr. Frank-Matthias Schaart, Dermatologe und

Haarspezialist in Hamburg, empfiehlt, die Diagnose abzusichern. Schaart: „Mit einer Blutuntersuchung inklusive Hormonüberprüfung und mit dem ‚Trichoscan‘ können heute einfach und schnell Ursachen geklärt werden.“

Per Video-Auflichtmikroskop werden dabei Stellen der Kopfhaut zu unterschiedlichen Zeitpunkten vergrößert dargestellt und abgespeichert. So sind exakte quantitative Aussagen möglich, ob und wie viele neue Haare in welcher Zeit gewachsen sind oder ob es zu einem Fortschreiten des Haarverlustes gekommen ist. In 15 Prozent

der Fälle sind Stress oder Hormonverschiebungen die Ursachen des Haarverlustes, die schnell erfolgreich behandelt werden können.

Beim anlagebedingten Haarverlust wirken Medikamente innerlich (Wirkstoff Finasterid z. B. im Präparat „Propecia“, 28 Stück, ab ca. 50 Euro, oder „Finpecia“, 30 Stück, ab ca. 32 Euro; beide rezeptpflichtig) oder äußerlich (Wirkstoff Minoxidil z. B. in „Regaine“, ca. 40 Euro, „Spectral DNC“, ca. 40 Euro; beide rezeptfrei). Nach 3 bis 6 Monaten sind erste Wirkungen zu sehen – wird das Präparat abgesetzt, stellt sich der Haarverlust jedoch wieder ein. Schaart: „Die medikamentöse Therapie

mit Tabletten ist durchaus erfolgreich. In Studien wurde bei über 80 Prozent der Ausfall gestoppt, bei über 65 Prozent wurden die Haare wieder dichter.“

Einen Versuch wert ist auch die Mesotherapie: Dabei spritzt der Arzt individuell auf den Patienten abgestimmte Wirkstoffcocktails (z. B. mit Biotin, Zink, Estradiol, Minoxidil) per Mininadeln direkt in die Kopfhaut. „5 bis 8 Termine im Abstand von 2 Wochen sind nötig, dann setzt nach etwa 3 Monaten das Haarwachstum ein. Die Voraussetzung ist: Die Haarwurzel muss noch aktiv sein“, erklärt Dermatologe Dr. Stefan Duve vom „Haut- und Laserzentrum an der Oper“ in München. Kostenpunkt: circa 80 Euro pro Sitzung.

**BEI ÜBER 80 % WURDE DER HAARAUFSALL GESTOPPT**

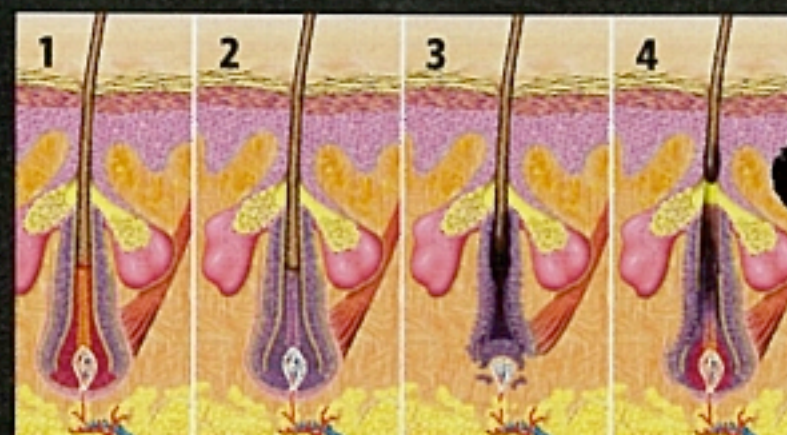
Die ursprüngliche volle Pracht stellt sich allerdings durch keine Behandlung der Welt wieder ein. Noch nicht! Experten erwarten, dass in 5 bis 8 Jahren der „Schalter“ für Haar-

ausfall in den Genen gefunden ist und auf Stopp programmiert werden kann. Gelänge dies, wäre eine 4000 Jahre alte Geißel der Menschheit besiegt. Denn schon die alten Ägypter haderten mit ihrem Schicksal und rieben kahle Köpfe mit einer Spezialtinktur ein. Die bestand aus gemahlenen und in Öl gebratenen Hundepfoten und Eselshufen ...

→ Mehr Infos zum Thema gibt's hier: [www.maximonline.de/haarausfall](http://www.maximonline.de/haarausfall)

**WAS DEN HAARAUFSALL BESCHLEUNIGT**

1. Zu viel UV-Licht. Bei Sonne: Mütze auf!
2. Zu wenig Bewegung und zu viel Stress. Sport und Entspannung helfen auch dem Haar, sich zu regenerieren
3. Gefäßgifte wie Kaffee und Nikotin
4. Zu heißes Wasser beim Waschen. Kaltes Wasser regt die Nährstoffversorgung und die Durchblutung der Kopfhaut an
5. Heißes Föhnen (trocknet Kopfhaut aus)
6. Häufiger Shampoo-Wechsel - dadurch wird die Kopfhaut irritiert
7. Zu wenig Flüssigkeit. Täglich sollten Sie mehr als 1,5 Liter Wasser trinken
8. Unbehandelte Kopfhaut-Ekzeme



**DER HAARWUCHSZYKLUS**

1. Wachstumsphase: Das Haar wird von den Gefäßen über die Wurzel (u. a. mit Androgenen) ernährt. Dauer: 3 bis 7 Jahre - 85 Prozent der Haare befinden sich bei einem ungestörten Haarzyklus in dieser Phase.
2. Ruhephase: Das Haar wird nicht mehr versorgt. Dauer: etwa 3 Wochen - 1 Prozent der Haare befinden sich in dieser Phase.
3. Abstoßphase: Das Haar wird abgestoßen. Dauer: etwa 3 Monate - 14 Prozent der Haare sind gleichzeitig in dieser Phase.
4. Rückkehr zur Wachstumsphase.

**UND DIESE PRODUKTE HELFEN GEGEN HAARAUFSALL**



**Innéov Haarfülle** Nahrungsergänzungsmittel gegen Haarverlust und für mehr Volumen. Monatspackung à 60 Dragees **32 Euro**



**Florena Anti-Schuppen Shampoo** Reinigt sanft und wirkt belebend mit Octopirox® und Zitronengras. 250 ml **2 Euro**



**Schwarzkopf Activ M Dr Hoting Shampoo** Wachstumsanregende Anti-Haarverlust Systempflege mit Taurin. 250 ml **9 Euro**



**Alpecin Doppel Effekt Shampoo** Mit patentierter Formel gegen Schuppen und erblich bedingten Haarverlust. 200 ml **7 Euro**



**Vichy Dercos Aminexil Energy** Aktivpflege gegen frühzeitigen anlagebedingten Haarverlust mit Ginseng. 125 ml **34 Euro**



**Nivea for Men Hair Recharge** Anti-Haarverlust-Shampoo, stimuliert die Haarwurzel und stärkt den Haarschaft. 200 ml **4,50 Euro**