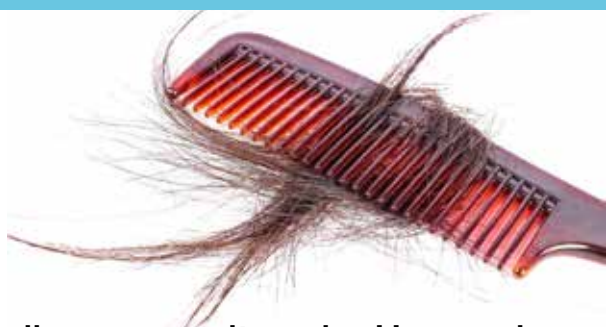




Die Gesundheitsseite

Haarausfall



Sie verlieren zurzeit mehr Haare als normalerweise? Weil Herbst ist? Ein Phänomen mit verschiedenen Ursachen, auf das wir sofort reagieren.

Wie der Körper reagiert

Haarausfall ist eine ganz normale Sache. Der grösste Teil unseres Haares wächst, einige Haare fallen aus, wenn ihr Lebenszyklus beendet ist. Ausgefallene Haare werden umgehend durch neu wachsende ersetzt. Wenn Sie mehr als 100 Haare pro Tag verlieren, sollten Sie entsprechende Massnahmen ergreifen! Dabei muss man wissen, dass die Haare in bestimmten Phasen über das Jahr hinweg ganz natürlich ausfallen – bei intensivem Stress, starkem Fieber oder einem Schock, wie beispielsweise einem Unfall. Hormonal bedingt und vorübergehender Natur ist Haarausfall nach der Schwangerschaft oder beim Stillen.

Wenn sich die Haare lichten und schliesslich nicht mehr nachwachsen, sprechen wir von einer androgenetischen Alopezie. Sie ist ein meist erbliches Phänomen und kann bereits in der Jugend auftreten. Das männliche Hormon Testosteron beeinflusst die Haarfollikel und schwächt sie, mit dem Ergebnis, dass der Haarwuchs nachlässt oder die Haare dünner und kürzer wachsen. Beim Mann – er ist am häufigsten davon betroffen – zeigt sich die Alopezie vorwiegend an den Schläfen und auf der Schädelsmitte (Vertex). Bei der Frau lichtet sich nur der Oberkopfbereich. Die Liste der Erkrankungen, die einen Ausfall oder ein Nichtvorhandensein der Haare bewirken, ist lang. In der Regel verbirgt sich hinter dem Haarausfall eine Krankheit oder eine vorübergehende Erkrankung, gelegentlich auch eine Verhaltensstörung wie die Trichotillomanie. Dann ist unverzüglich der behandelnde Arzt aufzusuchen.

Was Sie selbst tun können

- Verwenden Sie milde, für diesen Problemtyp vorgesehene Haarwaschmittel, um die Kopfhaut nicht zu reizen. Benutzen Sie eine Bürste mit weichen Borsten und trocknen Sie Ihr Haar bei eher niedrigen Temperaturen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker um Rat. Ist das Phänomen hormonal, vorübergehender Natur, kann er Ihnen ein Mittel auf Hirsebasis empfehlen.
- Gegebenenfalls können Sie Ihren Apotheker bitten, einen Labortest durchführen zu lassen. Sie erhalten dann eine Bilanz allfälliger Mineralstoffmängel oder Schwermetallbelastungen. Da könnte dann eine entsprechende Mischung aus Spurenelementen Abhilfe schaffen.

Plustipp

Wenn der Haarausfall irreversibel ist, kann das Wachstum von Haarflaum mit Hilfe des im freien Handel erhältlichen und in verschiedenen Präparaten enthaltenen Wirkstoffs Minoxidil angeregt werden. Die Ergebnisse sind überzeugend, vorausgesetzt, das Produkt wird regelmässig angewendet. Verschreibungspflichtig und nur für Männer: Finasterid ist ein Wirkstoff, der sich auf das Testosteron auswirkt – der Haarausfall verlangsamt sich und die Haarneubildung wird angeregt. Positive Ergebnisse zeigen sich meist nach 6 bis 12 Monaten.

Verzichten Sie auf Selbstmedikation ohne Absprache mit Ihrem Apotheker. Falls Sie in Behandlung sind, berät er Sie jederzeit gerne.

Auf www.pharmacieplus.ch finden Sie alle pharmacieplus-Spezialitäten.

