

Egal ob man dicke oder feine Haare hat: Wenn sie büschelweise in der Bürste hängen, sollte man etwas unternehmen gegen den

HAAR-AUSFALL



1+3 Aktivieren ruhende Haarwurzeln mit Stemoxydinen: „SerieoXyl Denser Hair“ von **L'Oréal Professionnel** (ca. 49 Euro) und „Biolage FullDensity“ von **Matrix** (10x6 ml ca. 32 Euro)
 2 „Nioxin Night Density Rescue“ reduziert Haarausfall mit Antioxidantien von **Wella Professionals** (ca. 48 Euro)
 4+5 Durch Kuren mit dem Wirkstoff Aminexil bleiben Haare länger in der Wachstumsphase und fallen später aus: „Cure Anti-Chute Intensive“ von **Kérastase** (12x6 ml ca. 50 Euro) und „Dercos Aminexil Pro“ von **Vichy** (12 Ampullen ca. 40 Euro)



„Regaine Frauen Schaum“ von **Johnson & Johnson** regt das Haarwachstum mit Minoxidil an. (zwei Flaschen für eine viermonatige Behandlung ca. 60 Euro, nur in Apotheken)

DIE WERDEN JA IMMER WENIGER!

Und die Ursachen können unterschiedlich sein. **Dr. Nina Otberg** vom Hair Transplant Center Berlin erklärt, was dagegen hilft

Wann sollte man mit Haarausfall unbedingt zum Arzt gehen?

Wenn über Wochen mehr als etwa hundert Haare pro Tag ausfallen oder der Scheitel breiter wird, geht man am besten zu einer Haarsprechstunde (Infos siehe nächste Seite). Dort kann man die Ursache und die geeignete Therapie finden. Haarausfall kann hormonell oder erblich bedingt sein, oder durch Stress, Medikamente, Operationen oder Mangelerscheinungen ausgelöst werden.

Was kann eine Therapie erreichen?

Gibt es einen (oder mehrere) konkrete Auslöser für den Haarausfall, erholen sich die Haare, sobald er beseitigt ist. Bei einer Mangelerscheinung etwa kann das aber mehrere Wochen oder sogar bis zu drei Monate dauern. Ist der Haarausfall erblich bedingt, gibt es Dauertherapien, die ihn stoppen und die Haare sogar wieder dicker werden lassen.

Mit Medikamenten vom Doc?

Nein, es gibt Wirkstoffe, die in Apotheken frei verkäuflich sind. Ich habe sehr gute Erfahrungen mit Minoxidil gemacht. Bei einem Großteil meiner Patientinnen kann das Wachstum wieder stimuliert werden. Bei etwa 85 Prozent der Frauen lässt sich der Haarausfall stoppen, etwa 65 Prozent bekommen auch wieder dickere Haare.

Wie funktioniert Minoxidil?

Es kommt zweimal täglich als Lotion oder einmal als Schaum auf die Kopfhaut. Ein körpereigenes Enzym (Sulfatase) spaltet den Wirkstoff – und das Produkt dieser Spaltung wirkt stimulierend auf den Haarfollikel. Dadurch wird die Wachstumsphase der Haare verlängert und ihr Wachstum beschleunigt, kleine, feine

Haare können sich wieder verdicken.

Clappt das immer?

Leider ist die Sulfatase bei einigen Menschen nicht im Körper vorhanden.

Welche Alternativen gibt es?

Prostaglandin F2alpha braucht keine Sulfatase, um das Haarwachstum anzuregen. Das ist der gleiche Wirkstoff, der in Wimpernseren steckt. Er ist teuer und empfindlicher in der Lagerung, aber eine gute Alternative für alle, die Minoxidil nicht vertragen, weil in den Produkten Alkohol enthalten ist. Prostaglandin F2alpha lässt sich in wässrige Lösungen einarbeiten.

Man könnte Wimpernseren also auch für die Kopfhaut verwenden?

Ja, es gibt auch Kopfhautlotionen mit dem Wirkstoff, die wir in einer Anwendungsbeobachtung getestet haben. Neun von zehn Frauen hatten danach bessere Haare. Ähnlich gute Ergebnisse haben wir mit niedrig frequentem Laserlicht erzielt, das gibt es ja inzwischen als Laserbürsten für zu Hause. Andere Alternativen sind Haartinkturen mit künstlichen weiblichen Hormonen wie zum Beispiel Alpha Estradiol.

Sind die verschreibungspflichtig?

Künstliche nicht. Nur natürliche weibliche Hormone und Tabletten, die männliche Hormone blockieren, sind verschreibungspflichtig. Aber auch wenn viele dieser Produkte frei verkäuflich sind, ist es immer gut, vorher einen Arzt zu Rate zu ziehen.

Was kann nur der Arzt machen?

Behandlungen mit plättchenreichem Plasma. Es wird aus Eigenblut gewonnen und enthält Botenstoffe, die das Haarwachstum anregen. Auch Haartransplantationen können ein gute Lösung sein, wenn erblich bedingter Haarausfall schon weiter fortgeschritten ist.



Brow-Job
Wer so dichte Brauen, wie bei unserem Model, möchte, kann sich fehlende Härchen implantieren lassen, muss sie dann aber alle vier Wochen nachschneiden

WANN IST EINE HAARTRANS-PLANTATION SINNVOLL?

Wenn sich die Haare lichten, der Scheitel breiter wird oder sogar schon kahle Stellen zu sehen sind, kann eine Haartransplantation Männern und Frauen dauerhaft helfen. Mit dem neuen DHI-Verfahren (Direct Hair Implantation) ist dafür keine Operation nötig, die Haare werden unter örtlicher Betäubung entnommen und sofort wieder eingesetzt. Das kann – je nach Menge der zu verpflanzenden Haare – bis zu acht Stunden dauern. Ob solch ein Eingriff machbar ist und den gewünschten Erfolg bringt, klärt eine Voruntersuchung, wie sie Dr. Christian Merkel im Münchener Haut- und Laserzentrum an der Oper vornimmt: „Entscheidend ist, dass die Kopfhaut gesund und in der Spenderregion genügend und ausreichend dichte und dicke Haare wachsen“, erklärt er. Bei 70 Prozent der Patienten ist das der Fall. Die Haare werden mit einer Mikrostanze von 0,7 Millimeter Durchmesser (muss man sich wie einen Apfelsausstecher vorstellen) am Hinterkopf entnommen. Dafür wird ein Areal

rasiert, aus dem dann pro Quadratzentimeter Haut nur jedes 30. Haarfollikel ausgestanzt wird. „Das Verpflanzen muss schnell gehen. Je zügiger die Wurzeln wieder an die Mikrozirkulation angeschlossen werden, desto höher die Chance, dass sie korrekt anwachsen. Wir

AB IN DIE HAAR-SPRECHSTUNDE

Dort klären Experten, um welche Form von Haarausfall es sich handelt und welche Therapiemöglichkeiten es gibt. Inzwischen bieten viele Kliniken und dermatologische Praxen diesen Service an, z.B. die Uniklinik München, 089-440056341, das Haut und Laserzentrum in Berlin, 030-82007040, das Dermatologikum in Hamburg, 040-3510750. Weitere Praxen und Kliniken z.B. über haargesundheit.de und haarausfall.de

arbeiten mit einem Expertenteam zusammen, das jeden Tag Transplantationen durchführt und in ganz Europa arbeitet“, sagt der Dermatologe. Die ausgestanzten Follikel werden blitzschnell nach Qualität sortiert (aus einer Wurzel können bis zu vier Haare wachsen) und dann sofort in das Implantiergerät eingesetzt. Es hat Ähnlichkeit mit einem Kugelschreiber und funktioniert auch ähnlich – auf Knopfdruck. Die Erfolgsquote ist hoch, 90 bis 95 Prozent der eingepflanzten Haare überleben und wachsen nach. Günstig ist so eine Behandlung allerdings nicht, eine große Transplantation (bei der mehrere tausend Haare verpflanzt werden) kann bis zu 7000 Euro kosten. Lässt man nur die spärlich gewordenen Augenbrauen auffüllen ist man – je nach Aufwand – mit etwa 2000 Euro dabei. Weil auch dafür Kopfhaare verwendet werden, muss man sich nach dem Eingriff ans Augenbrauenscheiden gewöhnen. Risiken gibt es wie bei jedem Eingriff. Es können Blutergüsse und Schwellungen entstehen. Gegen Entzündungen wird prophylaktisch vor und nach der Behandlung ein Medikament gegeben. Die Ausfallzeit sollte man mindestens mit einer Woche kalkulieren, weil Blutergüsse entstehen können. „Ich rate den Patienten sogar zu zwei Wochen Urlaub, dann ist ganz sicher nichts mehr zu sehen“, so Christian Merkel. // TEXT: MARIE-LUISE WENZLAWSKI