

Inhalt

Volles Haar steht jedem gut	2
Jeder verliert täglich Haare.....	2
Welche Arten von Haarausfall gibt es?.....	3
Ursachen von Haarausfall.....	5
1. Krankheiten und andere medizinische Gründe	6
2. Einnahme von Medikamenten	6
3. Mangelernährung oder schlechte Ernährung.....	7
4. Medizinische Behandlung.....	7
5. Falsche Haarpflege.....	7
6. Rauchen	8
7. Die Frisur.....	8
Bin ich ein Risikofaktor?.....	8
Wann ist eine medizinische Behandlung notwendig?.....	9
Medizinische Beobachtung.....	9
Wann muss ich zum Arzt und was passiert dort?.....	9
Haarausfall akzeptieren	11
Haarausfall bei Männern	12
Haarausfall bei Frauen.....	12
Hausmittel gegen Haarausfall.....	13
Haarausfall beeinträchtigt häufig das Selbstwertgefühl	16
Steigern Sie Ihr Selbstbewusstsein trotz Haarausfall	16

Volles Haar steht jedem gut



Volle und kräftige Haare lassen Frauen und Männer eindeutig gesünder, vitaler und jünger aussehen. Doch in der westlichen Zivilisation ist jeder 5. Mann, aber auch eine zunehmende Zahl an Frauen vom Problem Haarausfall betroffen. Es wird in der medizinischen Fachsprache zwischen Haarverlust (Effluvium) und Haarlosigkeit (Alopezie) unterschieden.

Allein in Deutschland leben rund acht Millionen Menschen, die unter Haarausfall leiden. Acht Millionen Menschen, die gerne wüssten, warum sie ihr Haar verlieren, aber auf die Frage nach dem Warum bestenfalls nach gründlichen medizinischen Untersuchungen eine – meist nur wenig Befriedigende und nur selten wirklich hilfreiche Antworten bekommen.

Jeder verliert täglich Haare

Jeder verliert Haare - und zwar täglich. Das ist völlig normal. Denn das Haar erneuert sich in regelmäßigen Abständen immer wieder selbst – so wie unsere Haut, unser Blut und alle anderen Körperzellen das ebenfalls tun. Altes Haar fällt aus, neues wächst nach. Ein ganz natürlicher Kreislauf.