

Plötzlich verschwunden

Was hilft, wenn die Kopfhaut immer deutlicher durchscheint?
Betroffene suchen beim Hautarzt, aber auch in der Apotheke Hilfe.
Beraten Sie individuell, um **Verluste** so gering wie möglich zu halten.



© AND-ONE / iStock / Thinkstock

Bis zu 120 000 Haare trägt ein Mitteleuropäer auf seinem Haupt. Sie befinden sich in aufeinanderfolgenden Wachstums-, Ruhe- und Ausfallphasen. Dabei wächst ein ge-

sundes Haar Woche für Woche ein paar Millimeter. Täglich fallen auch einige aus: Statistisch gesehen etwa hundert, eine normale Sache. Zeigt sich ein deutlicher Haarverlust über mehrere Wochen, empfehlen Sie dem

Kunden zur Ursachenklärung zunächst einen Dermatologen aufzusuchen.

Ständiges Kommen und Gehen Jedes Haar unterliegt einem Zyklus. In seiner akti-

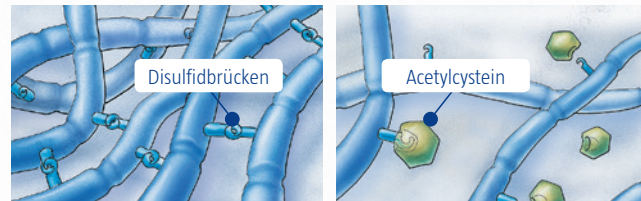
ven Phase, die im Schnitt zwei bis sechs Jahre dauert, wächst es. Darauf folgt eine rund zweiwöchige Übergangszeit, gefolgt von einer zwei bis viermonatigen Ruhephase. Zum Schluss fällt es aus, weil ein nachwachsendes Haar am Start ist und das alte von unten herauschiebt. So erklärt sich auch, warum der tägliche Verlust besagter 100 Haare unbedenklich ist. Im Lauf des Jahres kann es sogar etwas mehr sein. Tendenziell verlieren die meisten im Frühjahr und Herbst etwas mehr als im restlichen Jahr. Eine vorübergehende Sache, die sich von selbst reguliert.

Besondere Umstände Oft wird es bemerkt, aber aus Scham nicht angesprochen: Haarausfall (Alopezie) bei Frauen. Insbesondere bestimmte Lebensabschnitte können zum vermehrten Ausfall führen. Haben Schwangere dank des erhöhten Estrogenspiegels während dieser Zeit oft so viele Haare auf dem Kopf wie sonst nie, ändert sich dies etwa ein bis zwei Monate nach der Entbindung. Grund ist der langsam sinkende Hormonspiegel in Richtung normales Niveau. Auch beim Wechsel oder Absetzen der Anti-Baby-Pille kann dies passieren, bis sich der Hormonhaushalt wieder einpendelt. Ein großes Thema sind auch die Wechseljahre. Plötzlich spürt frau, dass ihre Haare lichter und feiner werden oder vermehrt ausgehen. Auch hier liegt die Ursache in einer Veränderung der Hormonsituation. Wenn sich diese Zustände manchmal nach einiger Zeit wieder regulieren, bieten sich zur Unterstützung beispielsweise eine Kur mit Kieselsäure oder spezielle Haartinkturen und Fluids an. Sie können das Haarwachstum stärken und für mehr Haardicke sorgen. Sind

So wirkt Acetylcystein

1 Löst den Schleim

✓ Trennt die Disulfidbrücken im Schleim

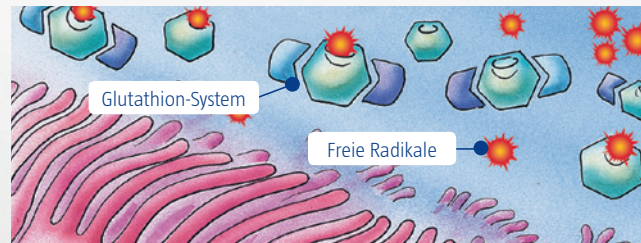


2 Erleichtert das Abhusten

✓ Normalisiert die Zilienaktivität und erleichtert den Abtransport

3 Stärkt den körpereigenen Bronchienschutz durch doppelte antioxidative Wirkung¹

✓ Schützt die Zellen vor Schäden durch freie Radikale direkt und zusätzlich durch Verstoffwechslung zu Glutathion, einem der wichtigsten körpereigenen Antioxidantien.



ACC® akut – Die einfache Lösung gegen Husten

Mit 3-fach-Effekt:

- ✓ Löst
- ✓ Erleichtert
- ✓ Schützt²



87%
zufriedene
Verwender³

- 1 Acetylcystein kann den Glutathion-Spiegel erhöhen.
- 2 Stärkt den Bronchienschutz.
- 3 Grenz S., Pharm. Ztg. 160 JG (7), 50 – 58.

ACC® akut 600 mg Hustenlöser, Brausetabletten Wirkstoff: Acetylcystein. **Zusammensetzung:** 1 Brausetbl. enth. 600 mg Acetylcystein, Ascorbinsäure (Vitamin C), Citronensäure, Lactose, Mannitol (Ph.Eur.), Na-Carbonat, Na-Citrat (Ph.Eur.), Na-Hydrogencarbonat, Saccharin-Na, Brombeer-Aroma (enth. Sorbitol), Na-Cyclamat. **Anwendungsgeb.:** Zur Verflüss. des Schleims u. Erleicht. des Abhustens b. erkält.-bedingter Bronchitis. **Gegenanz.:** Überempf. geg. Inhaltsst., Kdr. < 14 J. **Nebenwirk.:** Kopfschmerzen, Fieber, allerg. Reakt. (Juckreiz, Urtikaria, Exanthem, Rash, Bronchospastik, Angioödem, Tachyk., Blutdrucksenk.), anaphylakt. Reakt. bis hin zum Schock, Gesichtssedeme, Tinnitus, Dyspnoe, Bronchospasmen (überwieg. b. Pat. m. hyperreaktiv. Bronchialsystem b. Asthma bronchiale), Stomatitis, Bauchschmerzen, Übelk., Erbrechen, Sodbrennen, Durchfall, Dyspepsie, Blutungen, z.T. im Rahmen v. Überempf.-reakt., schwere Hautreakt. wie Stevens-Johnson-Syndr. od. Lyell-Syndr., Abnahme der Thrombozytenaggregation. **Warnhinw.:** Enth. Lactose, Sorbitol u. Na-Verbind. Weit. Einzelh. u. Hinw. s. Fach- u. Gebrauchsinfo. Apothekenpflichtig. **Mat.-Nr.:** 3/51008575 **Stand:** Februar 2015 Hexal AG, 83607 Holzkirchen, www.hexal.de Z: DE/PRE/ACC/1215/0039

www.husten.de



die Ursachen des Ausfalls anders gelagert, nutzen Inhaltsstoffe wie Zink, Koffein, Kupfer oder Traubensilberkerzen-Konzentrat leider nicht wirklich.

Wann der Arzt ins Spiel kommt Bestärken Sie Kunden beim Gefühl des verstärkten Haarausfalls zunächst mit einem Dermatologen zu sprechen. Insbesondere Männer geben vorzeitig auf, weil sie nicht wissen, welche Therapien bei beginnender Alopezie heute möglich sind. Kliniken und viele Hautärzte bieten dazu eine „Haarsprechstunde“ an. Fachleute erfragen die genaue Anamnese um herauszufinden, welche Ursachen infrage kommen. Oft wird zusätzlich Blut untersucht. Ferner besteht die Möglichkeit eines Trichogramms. Dazu werden zwei kleine Haarbüschel aus einem lichter werdenden und einem vollen Bereich gezupft. Die mikroskopische Vergrößerung zeigt, ob Haarwurzeln intakt sind. Das Ergebnis der Blutabnahme gibt Aufschluss, ob die Ursachen hormonellen Ursprungs sind. Hier kann dann ein Hormonspezialist die Behandlung weiterführen.

Panik, wenn die Glatze naht Gesundes, kräftiges Haar steht für Jugendlichkeit und gilt als Schönheitsideal. Beginnt die Pracht weniger zu werden, beispielsweise beim erblich bedingten Verlust (Alopezia androgenetica), entstehen zunächst Geheimratsecken. In hartnäckigen Fällen lichtet sich, überwiegend bei Männern, das Haupthaar auch am Hinterkopf. Schätzungen zufolge plagt 80 Prozent der mitteleuropäischen Männer der Verlust ihrer Haare. Ein sensibles Thema, was leider oft viel zu spät thematisiert wird. Manche haben eine Palette an „Wundermittel-

chen“ ausprobiert, die vermeintlich Abhilfe schaffen sollen, leider ohne Erfolg. Heute können Medikamente, wenn sie früh genug angewandt und dauerhaft eingenommen werden, helfen. Bevor sie zum Einsatz kommen, empfehlen Sie Ihren Kunden, ganz gleich ob Mann oder Frau, dies mit dem behandelnden Arzt zu besprechen. Wirkstoffe wie zum Beispiel Finasterid, Minoxidil, eine DCP-Immuntherapie oder auch Alfatradiol sind gut untersucht und haben sich bewährt. Allerdings ist nicht jedes Produkt für Frauen und Männer gleich gut geeignet.

Letzte Ausfahrt Transplantation Zunehmend populär werden Haartransplantationen. Nicht zuletzt, weil der ehemalige Borussia-Dortmund-Trainer Jürgen Klopp sich dazu bekannte. Eine Transplantation kann helfen, kahle Stellen wie beispielsweise Geheimratsecken zu bedecken. Sinnvoll kann diese Prozedur bei anlagebedingtem oder vernarbtem Haarausfall sein. Wenig eignet sie sich beispielsweise bei diffusem oder kreisrundem Verlust. Dabei werden resistente Follikel, meist vom Hinterkopf, an kahle Stellen des vorderen Oberkopfes verpflanzt. Dies passiert unter Betäubung, sodass die eigentliche Mini-Operation nicht besonders schmerzhaft ist. Im Anschluss kann es allerdings zu Schwellungen kommen, die sukzessive abnehmen. Einen Wermutstropfen hat die ganze Sache: Verpflanzungen beim Spezialisten kosten mehrere tausend Euro und müssen vom Betroffenen selbst gezahlt werden. ■

Kirsten Metternich,
Freie Journalistin