

Stroh auf dem Kopf?

Glanzlos, spröde, dünn und fusselig: Bad-Hair-Days haben sich zum Dauerzustand entwickelt. Was sind die Ursachen dabei? Und wie bessert sich dieser **Zustand**? Helfen Sie Kunden mit wertvollen Tipps.

Oft sind Spliss und trockene Spitzen die ersten Zeichen von gestresstem Haar. Zunehmend wird es schwerer, es zu bändigen. Wichtig ist für Sie, sämtliche Faktoren zu kennen, damit Sie im Kundengespräch individuell beraten können. Im Hinblick auf

krankheitsbedingte Faktoren können eine Schilddrüsenunterfunktion, Magersucht, Bulimie, Unter- beziehungsweise Mangelernährung, Krebstherapie oder Veranlagung Gründe fürs haarige Problem sein – andernfalls auch übertriebene und falsche Pflege, ebenso wie starke Sonneneinstrahlung, zu heißes Wa-

schen und Föhnen, trockene Heizungsluft und häufiges Tragen von Mützen und Tüchern. Auch Färben, regelmäßige Verwendung von Lockenstab und Glätteisen, trockenrubbeln und ruppiger Umgang mit nassem Haar sind Stress für jede einzelne Haarfaser.

Spliss, trockenes und strapaziertes Haar

Funktioniert die Talgdrüsenproduktion auf der Kopfhaut nicht richtig, produzieren sie zu wenig Fett. Die Folge: Haar und Kopfhaut werden trocken, spröde, verlieren an Glanz und sehen trist aus. Im Gegensatz zu strapaziertem Haar bleiben dabei die verschiedenen Schichten intakt. Trockenes Haar zeigt sich beispielsweise oft bei Frauen mit Locken. Bei strapaziertem Haar ist jede Faser geschädigt. Äußere Einflüsse wie häufiges Färben, Blondieren, Dauerwellen, Sonne und Salzwasser sind typische Auslöser. Die chemische Struktur ist bis in ihre mittlere Haarschicht verändert. Hier gesellt sich gerne noch Spliss dazu. Dabei fransen und spalten sich Haarspitzen aus.

Insbesondere bei Apotheken- und Friseurkosmetik gibt es nicht nur passende Produkte, die für trockenes und strapaziertes Haar konzipiert sind. Auch spezielle Serien, die gezielt auf das eine oder andere Problem eingehen, sind im Angebot. So enthält Pflege für trockenes Haar beispielsweise feuchtigkeitbindende Lipide. Strapaziertes hingegen wird an seinen geschädigten Stellen repariert.



© Rikke Breiting / 123rf.com

Auf die Pflege kommt es an Zahlreiche, herkömmliche Produkte für diese Haarprobleme basieren unter anderem auf der Verwendung von Silikonem, wodurch eine kurzfristige Besserung eintritt. Nur langfristig kann sich durch nicht-flüchtige oder nicht-auswaschbare Silikone ein Film um jedes einzelne Haar legen. Kuren, Masken oder Seren haben weniger Chancen, ins Haarinnere zu dringen und es entsprechend aufzubauen.

Nicht täglich die Haare waschen, das schützt vor unnötigem Austrocknen – wenn, dann nur mit maximal lauwarmem Wasser und kleiner Shampooemenge. Sind lediglich die Spitzen von Spliss betroffen, Shampoo in der Handfläche oder einem Becher mit etwas Wasser mischen. Einen Klecks nur in den Ansatz geben. Mit etwas

beinhalten. Sie stärken die Haar-faser, wirken rückfettend und feuchtigkeitsspendend. Genährt wird das Haar auch durch spezielles Öl, beispielsweise aus Klettenwurzel, Sesam, Oliven oder Weizenkeimen. Wenige Tropfen, beispielsweise ins Shampoo geben und einschäumen. Auch nach der Haarwäsche und sanftem Trocknen kleinste Mengen in die Spitzen einarbeiten. Nicht am Haaransatz auftragen, dann kann er schnell fettig aussehen. Besonders wirksam ist es, Haare zu waschen, kämmen und dann das Öl von oben nach unten einzuarbeiten. Unter einem Handtuchurban mindestens drei Stunden einziehen lassen. Anschließend mit lauwarmem Wasser sowie passendem Shampoo ausspülen und am besten an der Luft trocknen lassen. Alternativ ins

»Bei trockenem Haar sind regelmäßige Kopfhautmassagen sinnvoll.«

Wasser aufschäumen, ausspülen, fertig. Der Schaum, der beim Ausspülen in die Spitzen gelangt, reicht zur Reinigung des restlichen Haares. Wer es jetzt besonders schonend macht, lässt es an der Luft trocknen. Im Hinblick auf Stylingprodukte raten Sie auch hier zu silikon- und alkoholfreien Präparaten. Zeigt sich Spliss, empfiehlt sich vorab ein Pflegeschnitt beim Friseur. Anschließend mit der Spitzenpflege starten und Haare alle sechs bis acht Wochen mittels Schnitt gesund halten.

Haarkuren Empfehlen Sie diejenigen mit einem hohem Lipidgehalt, am besten ein bis zwei Mal pro Woche – zum Beispiel Pflegeserien, die Eiweißhydrolysate, Lezithin, Lanolin, Collagen- und Keratinhydrolysate, Vitamin E oder Avocadoöl

ausgebürstete, trockene Haar geben, über Nacht einwirken lassen. Raten Sie Ihren Kunden, möglichst sanft und sparsam zu bürsten. So lässt sich weiteres Aufrauen vermeiden. Bei trockenem Haar sind regelmäßige Kopfhautmassagen sinnvoll, denn sie wirken durchblutungsfördernd und kurbeln die Talgproduktion an.

Pflege von innen Auch hier lässt sich das haarige Problem aktiv angehen. Spezielle Nahrungsergänzungsmittel aus Ihrem Sortiment, beispielsweise als Kuranwendung, wirken unterstützend. Sollte sich trotzdem nichts bessern, empfehlen Sie die Rücksprache mit einem Arzt. ■

*Kirsten Metternich,
Freie Journalistin*



...für jeden Tag

Zink+C

lutschen oder trinken!
Schmeckt heiß & kalt
für Jung & Alt!



Zink ist wichtig!

für gesunde Haut

für ein starkes
Immunsystem

Das grün-gelbe Zink aus Ihrer Apotheke

Verla-Pharm Arzneimittel, 82324 Tutzing, www.verla.de