

# Voll Fett!

Frisch gewaschen und ein paar Stunden später sind sie schon wieder strähnig: Gegen **übermäßige** Talgproduktion gibt es zahlreiche Tipps zur Pflege und Hilfsmittel aus Ihrem Sortiment.

**G**alten sie früher als Zeichen mangelnder Hygiene, ist heute bekannt, dass die Ursache woanders liegt: Bei fettigen Haaren laufen die Talgdrüsen der Kopfhaut auf Hochtouren, man spricht dann von Seborrhoe. Im Grunde keine schlechte Sache, wenn die Produktion normal arbeitet. Denn Talg sorgt dafür, dass Haare geschmeidig bleiben, weder abbrechen noch allzu trocken werden. Nur wenn sich dies zum kosmeti-

schen Problem entwickelt, wird es schlichtweg unangenehm. Ursache der überhöhten Talgdrüsenaktivität können beispielsweise Veranlagung, hormonelle Störungen oder Veränderungen (Pubertät, aber auch die Wechseljahre) sein. Stress, ein schlechter Allgemeinzustand sowie falsche Pflege können ebenso Auslöser sein. Binnen weniger Stunden, bis zu einem Tag nach der Haarwäsche, wirken sie fettig, strähnig, klebrig, sehen ungepflegt aus und lassen sich schlechter frisieren. Je

nach Sebumproduktion kann der überschüssige Talg die Haarwurzel praktisch ummanteln. Viele Betroffene versuchen eine Zeit lang alleine, das Problem in den Griff zu bekommen. Sind die entsprechend verwendeten Produkte zu aggressiv, leidet die Haut; Ekzeme, Irritationen oder fettige Schuppen können das Resultat sein. Dank Ihrer fachkundigen Beratung und spezieller Apothekenprodukte lässt sich das Problem schonend beseitigen.

# Starke Abwehrkräfte!



## Anamnese und gezielter Pflegeplan

Damit Sie das Passende für Ihre Kunden auswählen können, fragen Sie nach: Seit wann besteht das Problem? Gab es Veränderungen, beispielsweise Einnahme bestimmter Medikamente, hormonelle Ursachen oder übermäßiger Stress? Was wurde bisher dagegen unternommen? Wie schnell entwickelt sich das fettige Haar? Wie reagiert die Kopfhaut? Bestehen Ekzeme, Schuppen oder Unverträglichkeiten? Wie wurde bisher gewaschen und gestylt? Wird ein Produkt aus dem Naturkosmetiksegment gewünscht? Wie viel Zeit kann und möchte der Kunde für die Therapie einbringen? Im Hinblick auf das Haarewaschen empfehlen Sie milde Spezialshampoos, die zwei bis drei Mal wöchentlich sanft ins feuchte Haar einmassiert werden. Am besten drei Minuten verweilen lassen, dann ausspülen. Solche Produkte sind frei von rückfettenden Komponenten, wie Ölen, Silikonen oder Proteinen. Das würde Haare unnötig beschweren und schnell nachfetten. Anti-Fett-Spezialshampoos enthalten dafür einen höheren Anteil waschaktiver Substanzen, den Tensiden, wie beispielsweise Natrium Laureth Sulfate oder Sulfosuccinate. Dank ihnen werden Schmutzpartikel und Talg ausgewaschen. Kräuterextrakte wie beispielsweise Kamille, Salbei, Zinnkraut, Rosmarin, Schachtelhalm und Schafgarbe tragen dazu bei, die Talproduktion

auf der Kopfhaut zu regulieren. Hilfreich sind außerdem Shampoos auf Basis von Heilerde, mit grünem Ton, Lavaerde, kolloidalem Schlamm, Meerestang oder Efeukraut aus dem Apothekensortiment. Das jeweilige Produkt sanft insbesondere in die Kopfhaut einmassieren, mit lauwarmem Wasser gründlich auswachen. Präparate mit Teer können in hartnäckigen Fällen, nach Rücksprache mit einem Dermatologen, angewandt werden. Wer täglich wäscht sollte zur Vorbeugung von möglichen Reizungen der Kopfhaut sowie übermäßigem Fettverlust, im Wechsel mit einem milden Babyshampoo oder Produkten für sensible Kopfhaut arbeiten. Wer nur zwei bis drei Mal pro Woche wäscht, verwendet während der Kur, ausschließlich die Spezialprodukte. Nach ein paar Wochen bessert sich das Problem meist. Wenn nicht, raten Sie zur medizinischen Abklärung mittels Dermatologen. Herkömmliche Spülungen sind nicht sinnvoll, enthaltene Substanzen wie Silikone können Haare schnell strählig erscheinen lassen.

**Haarwasser & Co.** Alternativ lässt sich eine Spülung selbst herstellen, die nach dem Waschen im Haar verbleibt. Dazu je einen Teelöffel getrocknete Brennnessel, Kamille und Rosmarin aus Ihrem Sortiment mischen und mit 100 Milliliter kochendem Wasser übergießen. Einen Schuss Obstessig dazu, etwas abkühlen lassen und in die Haare geben. Wer ein Fertigprodukt bevorzugt, kann beispielsweise Haarwasser mit Brennnessel, Teebaumöl oder Rosmarin in die Kopfhaut einmassieren. Die beste Art zu föhnen: möglichst nur lauwarm von unten nach oben. Denn heiße Luft und Kämmen, vom Scheitel abwärts, regen die Talgproduktion direkt nach dem Waschen an. Auch etwas Volumenschaum oder -spray sowie leichtes Toupieren der Haare lässt die Haarpracht fülliger erscheinen. ■

*Kirsten Metternich,  
Freie Journalistin*



## Zink + Selen-Kapseln

- **essenzielle Spurenelemente für Abwehrkraft und Zellschutz\***
- **frei von Gluten und Lactose**

\* Zink und Selen tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.

40 Kapseln PZN: 07709629

100 Kapseln PZN: 07709635

## ÜBERBLICK

In unserer Serie „Shampoo“ stellen wir Ihnen demnächst folgende Themen vor:

- + Pflege von feinem Haar
- + Was hilft gegen Schuppen
- + Gereizte Kopfhaut
- + Anti Aging und Haarausfall
- + Tipps für graues und coloriertes Haar

[www.twardy.de](http://www.twardy.de)

