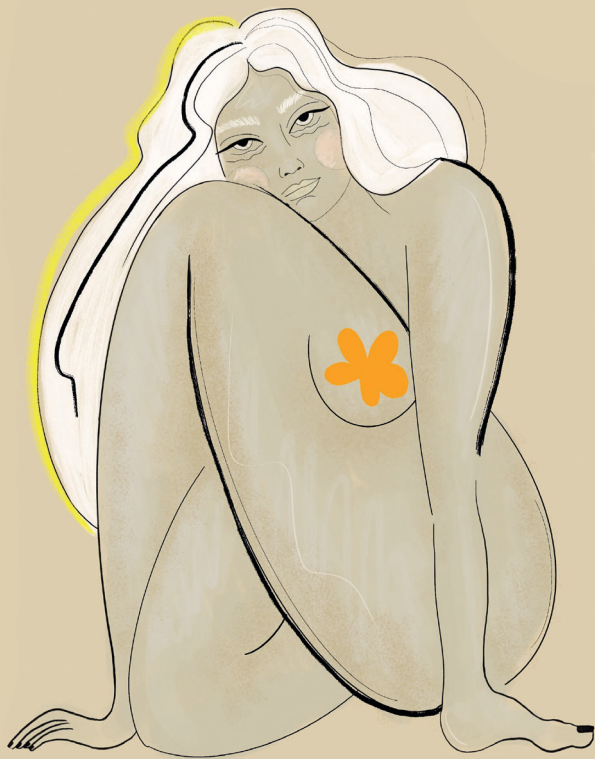




KÖRPERWISSEN

„NUR“ LICHTES HAAR?

HAARVERLUST. 50 bis 200 Haare verlieren wir im Schnitt pro Tag. Sind es deutlich mehr, spricht man von Haarausfall – und der kann verschiedene Ursachen haben. Ein Faktencheck.

Ab wann...

...spricht man von Haarausfall?

Jeder Mensch verliert täglich Haare – doch ab wann sind es zu viele? Johannes Griss, Leiter der Haarambulanz im AKH Wien: „Von krankhaftem Haarausfall spricht man, wenn einem über einen längeren Zeitraum mehr als 300 bis 400 Haare pro Tag ausfallen, was etwa eine gute Handvoll ist. Einen Verlust an Haardichte bemerkt man erst, wenn bereits 30 Prozent der Haare verloren wurden.“ Das Haar unterliegt einem Zyklus, der in drei Phasen unterteilt ist: Die Wachstumsphase (Anagen) dauert etwa zwei bis zehn Jahre – je länger sie dauert, desto länger werden die Haare. Griss: „Bei gesunden Menschen sind 80 Prozent der Haare im Anagen. Die Übergangsphase, das Katagen, dauert zwei Wochen; in dieser Zeit stellen die Haarfollikel ihre Aktivität ein, das Haar wächst nicht mehr. Am Ende des Telogens – der Ruhephase, die zwei bis vier Monate dauert – fällt das Haar aus.“

Welche...

...Arten von Haarausfall gibt es?

Gheimratsecken, schütteres Haar, Glatze – betrifft Haarausfall irgendwann jede und jeden? Griss: „Der erblich oder hormonell bedingte Haarausfall schon, wobei es hier große Unterschiede gibt.“ Weiters gibt es den diffusen Haarausfall, bei dem das Haar insgesamt lichter wird – Ursachen sind etwa Geburt, Infektionen, starker Stress, Medikamente, Krankheiten, die Wechseljahre oder Allergien. Allgemein wird zwischen vernarbenden und nicht vernarbenden Formen des Haarausfalls unterschieden: „Vernarbende Formen haben in der Regel eine entzündliche oder immunologische Ursache. Hier wachsen die Haare nicht mehr nach, daher ist eine rasche Therapie sehr wichtig. Zum Glück sind diese Formen des Haarausfalls jedoch sehr selten“, so Griss. Die Alopecia areata, der kreisrunde Haarausfall, ist als Autoimmunerkrankung eine Spezialform.

Wie...

...wird Haarausfall behandelt?

Bei Verdacht auf vermehrten Haarausfall sollte man jedenfalls nicht auf Hausmittel setzen, sondern möglichst schnell zum/r HautärztIn gehen. Warum? „Mittlerweile können wir alle Formen des Haarausfalls behandeln, daher ist eine genaue Diagnose sehr wichtig. Allgemein gilt, dass es leichter ist, den Ausfall zu verhindern, als ein Nachwachsen zu erreichen. Je früher man die Erkrankung daher erkennt, desto besser sind die Chancen“, betont Griss. Bei erblich bedingtem Haarausfall gibt es Medikamente und Lösungen, die den Haarausfall in bis zu 80 bis 90 Prozent der Fälle stoppen und bei ca. der Hälfte der PatientInnen zu einem Nachwachsen führen. „Die Therapie wirkt jedoch nur, solange man sie verwendet“, meint der Experte. Als nicht medikamentöse Therapie gibt es sowohl für Männer als auch für Frauen die Möglichkeit einer Haartransplantation.