

# Haarausfall muss nicht sein

Der allmähliche Verlust des Kopfhaares stellt für die Betroffenen oft ein massives Problem dar. Gegen kahle Stellen auf dem Kopf helfen Medikamente oder raffiniert befestigte, «lebensechte» Haarteile.

TEXT: MARTINA NOVAK

**A**lter werden ist zum Haareraufen ... Nicht nur die Falten und Flecken auf der Haut weisen untrüglich darauf hin. Mit steigendem Alter lichtet sich auch noch die Haarpracht. Und zwar bei Männern und bei Frauen. «Haarausfall ist tatsächlich ein verbreitetes Problem, weswegen ältere Patientinnen und Patienten unsere Praxis aufsuchen», sagt Martin Kägi, Dermatologe am Hautzentrum in Zürich.

Häufigste Ursache für den Verlust der Haare ist der sogenannte androgenetische oder anlagebedingte Haarausfall. Er wird vererbt und ist darauf zurückzuführen, dass die Haarfollikel gegenüber männlichen Geschlechtshormonen empfindlich reagieren. Diese Androgene sind auch im weiblichen

Körper vorhanden und bekommen mehr Einfluss, wenn die Frauen um die Menopause herum weibliche Östrogene verlieren. Etwa sieben Prozent der Frauen über 70 Jahre sollen vom androgenetischen Haarausfall betroffen sein.

Die Ausdünnung der Haare beginnt meistens im Mittelscheitelbereich und schreitet langsam voran. Die Frisur erhält allmählich die Form eines Weihnachtsbaumes. Im weiteren Verlauf dünnt sich das Haarkleid am Oberkopf noch mehr aus, und die Kopfhaut wird immer stärker sichtbar – ungefähr in der Grösse einer Handfläche. Meist bleibt ein vorderer Haarkranz erhalten, eine echte Glatze wie beim Mann entsteht fast nie. Trotzdem: Wenn immer grössere Mengen Haare in der Bürste bleiben oder morgens auf dem Kopfkissen liegen, sind Frauen alarmiert. Spätestens, wenn sich

am Kopf kahle Stellen zeigen, unternehmen sie in der Regel etwas.

Die Selbstbehandlung mit freiverkäuflichen Shampoos und Tinkturen sowie kosmetische Therapien für eine bessere Durchblutung bringen leider kaum Erfolg, wenn die Haarpracht am Serbeln ist. Da muss schon der Haut- und Haar-Spezialist her. «Bei Frauen lässt sich der androgenetische Haarausfall recht gut mit einem Medikament behandeln, das äusserlich angewandt wird», erklärt Dermatologe Martin Kägi. «Bis wir dieses verschreiben, braucht es aber erst eine Abklärung und eine Diagnose.» Es gebe kein Patentrezept für die Behandlung, diese könne bei jeder Patientin etwas anders aussehen.

Eine Blutuntersuchung bestätigt als Erstes, ob der Patientin Nährstoffe fehlen, die für das Haarwachstum zuständig sind. In diesem Fall verschreibt der Arzt B-Vitamine oder Biotin als Nahrungszusatz. Ein Trichogramm, eine Untersuchung der Haarwurzel, zeigt schliesslich auf, in welchem Zustand sich diese befindet, ob in der Wachstums- oder in der Ruhephase. Sind mehr als zwanzig Prozent der Haarwurzeln in der Ruhephase, gilt das als Kriterium für Haarausfall. Hält der Zustand länger als vier Wochen an, ist er behandlungsbedürftig. Es sei wichtig,

den vermuteten Haarverlust über eine gewisse Zeitspanne zu beobachten. Es gebe nämlich bei manchen Menschen auch einen saisonalen und kurzfristigen Wechsel von Teilen des Haarkleides, ähnlich der Mauser bei den Tieren, erklärt Martin Kägi. Aber das pendle sich von selbst wieder ein.

Für die medikamentöse Behandlung ist der Wirkstoff Minoxidil das Mittel der Wahl. Während die männlichen Patienten den Wirkstoff in Form von Tabletten schlucken müssen, wird Minoxidil auf weibliche Schöpfe äusserlich aufgetragen, als Lösung oder Schaum. In den meisten Fällen kann das Fortschreiten des Haarverlusts mit einer mehrmonatigen Therapie aufgehalten werden. Manchmal wird das Therapieziel sogar übertroffen, und das Haarkleid verdichtet sich wieder. Allerdings können als unerwünschte Nebenwirkung auch Haare an anderen Stellen auftauchen.

Ganz ohne Medikamente und Nebenwirkungen kommen Patientinnen mittels «Haarverdichtung» oder «Haarintegration» wieder zu einer fülligeren Haarpracht. Speziell für die betroffene Person wird in Massarbeit je nach benötigter Fläche und vorhandenem Eigenhaar ein Haarteil angefertigt. Entweder werden die Ersatzhaare auf einem Netz angebracht und die Eigenhaare durchgezogen, sodass sie anschliessend miteinander verwoben sind. Die neueste Methode sei aber eine Art künstliche Haut, die mit einem gut verträglichen Klebstoff auf den kahlen Stellen aufgeklebt werde und auf der die Ersatzhaare einzeln platziert würden, um den natürlichen Haarwuchs so gut wie möglich nachzubilden, sagt Claudia Walden, Inhaberin des «Hairpalace» in Dielsdorf.

Sie sei selbst von Haarausfall betroffen und habe schon vieles ausprobiert. Tragekomfort und Aussehen der Haarteile würden bei jeder Produkteneuheit besser. Man könne damit problemlos schwimmen oder Sport treiben, die Haare auch nach Belieben frisieren. Vier bis fünf Wochen hält die Befestigung der Haarteile, danach muss sie erneuert werden. Und noch eine gute Nachricht: Bei ärztlich begründetem Haarausfall bezahlt die IV einen Teil der Kosten. \*