

HAAR- STRESS im Herbst? Muss nicht sein!



Was bei
saisonal bedingtem
Haarausfall hilft

Wenn die Tage langsam kürzer werden und der Sommer sich dem Ende neigt, klagen viele über verstärkten Haarverlust. Alles nur Einbildung? Nein! Nicht nur Tiere befinden sich im Herbst in der Mauser – auch bei uns Menschen kommt es zu einem „Fellwechsel“, dem „saisonal bedingten Haarausfall“.

„Plötzlich auftretender Haarausfall kann beängstigend sein. Nicht immer ist dieser jedoch ein Grund zur Sorge“, erklärt Shirin Samimi-Fard, Fachärztin für Dermatologie und Allergologie bei Derma Loft in Gladbeck. Wenn Haare vermehrt ausfallen, aber eine Anzahl von 80 bis 100 Haaren pro Tag nicht überschritten wird, ist der Verlust Teil des natürlichen Haarzyklus. Bei einer Gesamthaarmenge von zwischen 70.000 und 100.000 Haaren ein verkraftbarer Verlust. „In der Ruhephase stellt sich das Haarwachstum ein, das Haar löst sich von der Wurzel und fällt schließlich aus. Solange das Verhältnis zwischen ausgefallenen Haaren und neuem Haarwachstum ausgewogen bleibt, dünnen die Haare nicht aus“, so die Expertin weiter.

HAARVERLUST IM HERBST IST VÖLLIG NORMAL

Manchmal ist eben „nur“ die Jahreszeit schuld. Ebenso wie die pelzigen Bewohner der Tierwelt erlebt auch der Mensch mit Beginn des Herbsts eine Art „Fellwechsel“, der vor allem im August und September auftritt. „Hier sprechen wir vom ‚telogenen Effluvium‘. Alte Haare fallen vermehrt aus und werden durch neue, jüngere ersetzt“, erklärt die Dermatologin weiter. Das Ganze scheint ein Relikt unserer Vorfahren zu sein, denen die

Haare im Sommer als Lichtschutz und im Winter als Wärmequelle dienten.

EVOLUTION RELOADED – NATÜRLICHES MOLEKÜL KANN HELFEN

Damit ist der Herbst der ideale Zeitpunkt, um dem Haar etwas Gutes zu tun. Neben einer ausgewogenen, ballaststoff- und vitaminreichen Ernährung und positiven Stressbewältigung können medizinische Haarpflegeprodukte helfen, das Haar von innen heraus zu stärken. „Natürliche Haarbooster sind Präparate mit dem körpereigenen Molekül Thiocyanat. Sie regen das Haarwachstum an, indem sie das Immunsystem stimulieren, die Zellmembran stabilisieren und freie Radikale abwehren. Auf diese Weise wird die Haarwurzel gestärkt, sie wird weniger anfällig für störende Einflüsse wie Stress, Mangelernährung oder hormonelle Umstellungsphasen.“ Während unsere haarigen Vorfahren dieses Molekül noch in rauen Mengen im Körper trugen, führen heutige Pflegegewohnheiten wie die tägliche Haarwäsche oft zu einem Mangel an Thiocyanat. Daher kann die Anwendung eines Serums mit dem Wirkstoff, das direkt auf die Kopfhaut aufgetragen wird, durchaus sinnvoll sein, betont die Expertin.

mabelle

by myBody

Abonnieren
Sie jetzt!



Bestellung auch online möglich unter:
www.mybody.de/mabelle-abo

Lieferadresse

Zahlungsweise

 jährl. Lastschrift jährl. Rechnung

Widerrufsrecht:

Der Auftrag kann innerhalb von 14 Tagen ab Bestelldatum bei der DIVÄG mbH, Hirschstraße 8, 70173 Stuttgart, schriftlich widerrufen werden. Rechtzeitige Absendung genügt. Mit der Unterschrift zur Bestellung wird die Kenntnisnahme des Widerrufsrechts bestätigt.

Ja, ich möchte mabelle im Jahresabonnement bequem frei Haus zum Preis von 29,80 €/Jahr inkl. gesetzl. MwSt. und Versandkosten beziehen und hiermit kostenpflichtig bestellen.

Die Lieferung beginnt mit der aktuellen Ausgabe nach Zahlungseingang und verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, wenn nicht sechs Wochen vor Ablauf des Bezugszeitraumes schriftlich gekündigt wird.

Versand ins Ausland auf Anfrage. Bei abweichender Rechnungsadresse bitten wir um kurze Mitteilung an unseren Abo-Service

Antwort

per Fax an
+49 (0)711 506 209 89

per E-Mail an
abo-service@myBody.de

per Post an
DIVÄG mbH
Hirschstraße 8
70173 Stuttgart

