

# Ursachenforschung bei Haarausfall: Stress, Hormone oder falsche Ernährung?

*Dr. Johannes Müller-Steinmann, Facharzt für Dermatologie, kosmetische Medizin am Hautarztzentrum Kiel*

Nach dem Kämmen Haarbüschel in der Bürste? Das kann beunruhigen. Bis zu 100 Haare verliert der Mensch in der Regel am Tag. Vielen Männern und Frauen fallen jedoch erheblich mehr aus. Lichtes oder schütteres Haar in jungen Jahren ist nicht selten. Um welche Art von Haarausfall es sich handelt, können Hautärzte feststellen.

## Überempfindlichkeit gegen männliche Hormone

Die häufigste Form von Haarausfall ist mit 80 Prozent die androgene Alopezie - eine vererbte Überempfindlichkeit gegen männliche Hormone. Sie führt bei Männern anfangs zu Geheimratsecken oder der sogenannten Stirnglatze sowie zu Haarverlust in Scheitelnähe bei Frauen. Beides sollte frühzeitig behandelt werden. Weniger häufig ist der kreisrunde Haarausfall, bei dem vermutlich das Immunsystem gestört ist. Dadurch entstehen unterschiedlich große kahle Stellen am Kopf, die oft von allein wieder zuwachsen. Beim diffusen Haarausfall verlieren die Betroffenen am gesamten Kopf Haare. Die Ursachen für kreisrunden sowie diffusen Haarausfall sind unterschiedlicher Natur: medikamentöse Behandlungen,

Wechseljahre, körperlicher und seelischer Stress, falsche Ernährung, Unterernährung sowie eine kürzlich erfolgte Geburt.

## Untersuchung der Haare

Um herauszufinden, wo die Ursache für den Haarausfall liegt, kontrollieren Hautärzte Kopfhaut und Haare. „In bestimmten Fällen führen wir ein Trichogramm durch: An zwei Stellen des Kopfes entnehmen wir etwa 50 Haare und untersuchen die Wurzeln unter dem Mikroskop“, erklärt Dr. Johannes Müller-Steinmann, ärztlicher Direktor des Hautarztzentrums Kiel. „So können wir erkennen, wie viele Haare sich in der Wachstums- und Ruhephase befinden und stellen fest, ob krankhafte Veränderungen der Haarwurzeln vorliegen.“ Außerdem können Hautärzte eine Blutprobe entnehmen, die Hormonstörungen, Ernährungsfehler, Krankheiten

oder auch Schwermetallvergiftungen erkennbar macht.

## Verschiedene Behandlungsmöglichkeiten

Die Behandlung erfolgt dann je nach Untersuchungsergebnis, Alter und Geschlecht der Patienten. Ein möglicher Kinderwunsch, der Blutdruck oder auch Venenprobleme haben ebenso Einfluss auf die Therapie. Diese reicht von Tinkturen über Medikamente und Injektionen in die Haut über Laserbehandlungen bis hin zu operativen Eingriffen, wie beispielsweise einer Haartransplantation.

**Hautarztzentrum Kiel**  
 Alter Markt 1-2 • 24103 Kiel  
 Tel. (0431) 380181-0  
 Fax (0431) 3801811  
 info@HautarztZentrum-Kiel.de  
 www.HautarztZentrum-Kiel.de