

# Weniger Haare

## Bei Haarausfall schnell handeln

Mehr als die Hälfte aller Männer sind von erblich bedingtem Haarausfall betroffen. Da heisst es früh handeln. Denn: «Wenn das Haus abgebrannt ist, muss die Feuerwehr auch nicht mehr kommen», sagt der Haarspezialist Dr. med. Pierre de Viragh aus Zürich.

Klaus Duffner

Bild: zvg



### Interview mit:

Hautarzt und Venerologe **Dr. med. Pierre de Viragh**, anerkannter Haarspezialist. Er arbeitet in einer dermatologischen Praxis in Zürich und ist zudem Leiter der Haarsprechstunde an der Universitätsklinik Bern und Konsiliararzt an der Universitätsklinik in Lausanne.

### Wodurch kommt es zum Haarausfall beim Mann?

Der wichtigste Faktor, bei über 90% der Fälle, ist die genetische Veranlagung. Zwar ist es häufig so, dass auch schon der Vater oder der Grossvater Haarausfall hatte, allerdings muss dann nicht zwangsläufig auch der Enkel dieses Problem haben. Vererbung bedeutet, dass gewisse Eigenschaften von den Eltern in einem Individuum ganz neu kombiniert werden.

### In welchem Alter beginnen die Haare auszufallen?

Das kann schon in der Pubertät beginnen, in sehr seltenen Fällen sogar noch kurz davor. Meistens geht es langsam vor sich, also über mehrere Jahre. Mit dem Alter erhöht sich dann der Anteil der Männer mit erblich bedingtem Haarausfall.

### Sind da zu viele männliche Hormone im Spiel?

Nein, es ist vielmehr so, dass bei betroffenen Männern die Haarwurzeln besonders empfindlich auf die männlichen Hor-

mone, genauer gesagt auf Dihydrotestosteron (DHT), reagieren. Die Haarwurzeln verkümmern und die Haare fallen aus. Glatzköpfe haben also nicht mehr Hormone und sind auch nicht potenter als Geschlechtsgenossen mit Haaren. Trotzdem ist der anlagebedingte Haarausfall letztlich schon auf den Einfluss der Sexualhormone zurückzuführen. Wenn keine solchen Hormone da sind, verliert man natürlich auch keine Haare. Eunuchen haben zwar keine Haarprobleme, aber deshalb will trotzdem niemand mit ihnen tauschen.

### Welche anderen Formen des Haarverlustes kennt man noch?

Es gibt auch medizinische Ursachen für Haarverlust, z.B. der kreisrunde Haarausfall. In solchen kreisrunden Stellen sieht das Immunsystem die eigenen Haare plötzlich als «fremd» an. Niemand weiss, weshalb gerade an diesen bestimmten Stellen die Haare abgestossen werden. Zum Glück ist das oft reversibel. Wenn aber lange nichts nachwächst, veröden die Haarwurzeln und die kahle Stelle bleibt. Daneben gibt es noch den diffusen Haarausfall, bei dem die Haare vom gesamten Kopf abfallen. Ursachen dafür können Eisenmangel, Schilddrüsenstörungen, Infektionen, Stress oder anderes sein. Bei Männern ist diese Form seltener, allerdings sehe ich das immer wieder bei Sportlern, die durch extremes Training in einen Mangelzustand kommen. Schliesslich kennt man noch den vernarbenden Haarausfall. Dabei kommt es zu Juckreiz, Rötungen und Krustenbildung auf dem Kopf. Die Haare sterben unwiederbringlich ab, weshalb sofort ein Arzt aufgesucht werden sollte.

### Welche Männer kommen zu Ihnen?

Das sind manchmal 30- oder 40-Jährige, meistens jedoch junge Erwachsene. Speziell junge Männer mit anlagebedingtem Haarausfall werden interessanterweise oft von der Freundin oder der Mutter zu mir geschickt. Manche haben noch Pickel und bekommen schon eine Glatze. Das passt natürlich gar nicht.

**Kann man den Haarausfall, z. B. durch zu häufiges Haarewaschen fördern?**

Nein. Oft kommen besorgte Mütter und wollen den Söhnen das Haargel verbieten. So etwas spielt aber keine Rolle. Auch ob jemand einen Hut trägt oder nicht, ist völlig egal. Die Haarwurzeln liegen tief in der Kopfhaut und sind gegenüber äusseren Einflüssen sehr gut geschützt.

**Gibt es eigentlich Unterschiede zwischen männlicher und weiblicher Haut?**

Ja. Die Frauenhaut ist dünner und deshalb empfindlicher. Deshalb braucht sie auch eher eine gewisse Pflege. Allerdings nie in dem Ausmass, wie uns die Werbung das weismacht.

**Muss männliche Haut speziell gepflegt werden?**

Im Allgemeinen nein. Am besten gepflegt wird sie durch Schutz vor der Sonne und durch Nichtrauchen.

**Zurück zu den Haaren. Sie sagen, je früher jemand mit Haarausfall zum Spezialisten geht, desto besser.**

**Was kann man tun?**

Beim anlagebedingten Haarausfall des Mannes gibt es mehrere Möglichkeiten, zu reagieren. Man kann als Erstes zum lichter werdenden Haar stehen und findet sich einfach damit ab. Oder man geht unseriösen Anbietern von diversen Haarwuchsmitteln auf den Leim und verliert nicht nur seine Haare, sondern auch sein Geld. Die Wirkung solcher Produkte ist nämlich wissenschaftlich nicht belegt. Es gibt derzeit nur zwei Medikamente mit nachgewiesener Wirksamkeit, das sind Minoxidil und Finasterid. Minoxidil ist eine Tinktur und muss täglich auf die Kopfhaut aufgetragen werden. Finasterid ist

eine Tablette und hemmt die Umwandlung von Testosteron in das ungünstige DHT. Beide Medikamente besitzen relativ wenig Nebenwirkungen.

**Und nach ein paar Wochen spriessen dann die Haare wieder?**

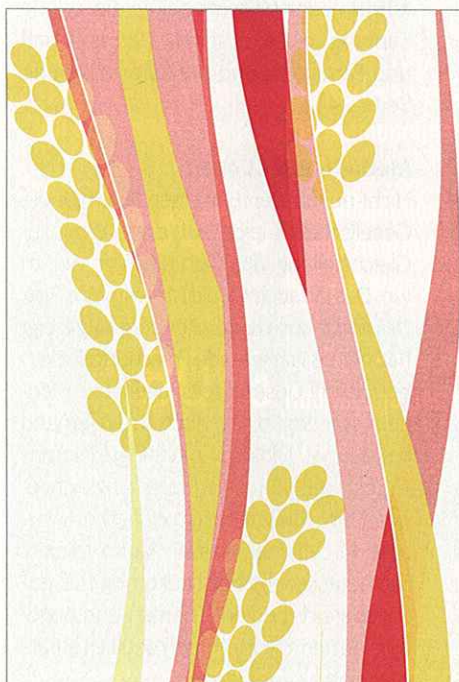
Nein, als erstes braucht man Geduld. Es dauert neun bis zwölf Monate, bis eindeutige Resultate zu sehen sind. In den meisten Fällen – aber nicht in allen – kann damit der Haarausfall gestoppt sein. In vielen Fällen ist auch deutlich zu sehen, wie die Haare zurückgekommen sind und die zuvor sichtbare Kopfhaut wieder bedeckt ist.

**Bei schon länger bestehender Glatze ist aber auch mit diesen Medikamenten nichts mehr auszurichten ...**

Wenn das Haus abgebrannt ist, muss die Feuerwehr nicht mehr kommen. Wer also bemerkt, dass die Haare ausgehen und etwas dagegen unternehmen will, sollte früh damit anfangen.

**Wie finden sich die betroffenen Männer mit ihrem Schicksal ab?**

Da gibt es so viele Varianten, wie es Männer gibt. Gerade bei den jüngeren Männern kann die Selbstwahrnehmung durch weniger Haare getrübt sein. Andere, vor allem die etwas älteren, stecken das gut weg. Sie rasieren sich eine Glatze und stehen dazu. Meine Erfahrung ist: je jugendlicher das Gesicht, desto mehr leiden die Betroffenen unter dem Haarausfall. Dagegen haben Männer mit einem reiferen und kantigen Gesicht zumeist weniger Probleme. Sean Connery sieht mit Glatze wahrscheinlich besser aus als ohne. Das ist alles eine Frage der Wahrnehmung.



**Nähren. Stärken. Pflegen.**

**Wir packen die Pflege an der Wurzel.**

Burgerstein hair&nails versorgt mit seiner hochwertigen und belebenden Aufbau- und Pflegeformel die Haar- und Nagelwurzel mit wertvollen Nährstoffen und verleiht dem Haar Kraft und Vitalität und den Nägeln Stärke und Widerstandskraft.

**Macht schön. Burgerstein Vitamine**

Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie – Gesundheit braucht Beratung.

[www.burgerstein.ch](http://www.burgerstein.ch)

Antistress AG, Gesellschaft für Gesundheitsschutz, CH-8640 Rapperswil-Jona



IMMELZESION