Welche Methoden bei Haarausfall helfen, erklärt Dr. med. Stefan Duve, Dermatologe aus München

ELLE: Sie bieten in Ihrer Praxis spezielle Haartherapien an. Wie groß ist die Nachfrage?
DR. STEFAN DUVE: Extrem hoch. Ich würde sogar sagen, dass sie von Woche zu Woche zunimmt. Ungefähr zehn Prozent der Patienten, die zu mir kommen, haben ein Problem mit den Haaren. Und nicht nur Männer, sondern auch immer mehr Frauen.
ELLE: Woran liegt das?
S. D.: Durch Berichte in den Medien werden die Menschen aufmerksam darauf, wie viele Möglichkeiten es gibt, gegen Haarausfall vorzugehen.
ELLE: Welche Form des Haarausfalls sehen Sie am häufigsten?
S. D.: Bei Frauen begegnet mir sehr oft ausgedünntes Haar im Scheitelbereich. Dabei handelt es sich in den meisten Fällen um androgenetischen Haarausfall, bei dem die erbliche Veranlagung die Hauptrolle spielt. Das ist auch bei Männern die häufigste Form des Haarausfalls. Sie bekommen dann typischerweise Geheimratsecken und eine lichte Stelle am oberen Hinterkopf.
ELLE: Welche anderen Gründe für Haarausfall kommen noch infrage?
S. D.: Auslöser kann eine internistische Erkrankung zum Beispiel der Schilddrüse sein. Es kann aber auch an Hormonstörungen, Eisenmangel oder der längeren Einnahme von bestimmten Medikamenten – vor allem Blutverdünnern oder Cortison – liegen.
ELLE: Kann auch Stress schuld sein?
S. D.: Es kommt darauf an. Die Haarwurzeln sind sehr sensibel, für jegliche Art von Trauma. Um ein Beispiel zu nennen: Nach einer größeren Operation etwa am Herzen gehen in der Regel ein paar Wochen später die Haare aus. Aber sie kommen wieder. Starker Stress ist natürlich eine

Foto: Antonio Terron/Trunk Archive

Belastung, die nicht nur die Psyche betrifft, sondern auch in den Hormonhaushalt eingreift. Deshalb kann stärkerer, lang anhaltender Stress für Haarausfall verantwortlich sein.
ELLE: Sie checken also alle infrage kommenden Ursachen ab, bevor Sie eine Therapie empfehlen ...
S. D.: Genau. Am Anfang der Behandlung steht eine eingehende Anamnese. Es werden die aktuellen Blutwerte ausgewertet und die Haarwurzeln analysiert. Anhand der Diagnose wird eine individuelle Therapie ausgearbeitet.
ELLE: Was empfehlen Sie bei leichteren Fällen?
S. D.: Als Behandlung zu Hause können Kopfhaut-Tinkturen mit Minoxidil, einem ursprünglich gegen Bluthochdruck eingesetzten Wirkstoff, helfen.
ELLE: Welche Therapien bieten Sie in der Praxis an?
S. D.: Es gibt verschiedene Möglichkeiten, die aber alle darauf abzielen, die Durchblutung der Kopfhaut anzuregen und die Haarwurzeln zu stimulieren. 1. Die Mesotherapie, bei der ein Wirkstoff-Cocktail aus Vitaminen mit feinsten Nadeln in die Kopfhaut injiziert wird. In der Regel macht man eine Kur – eine Behandlung pro Woche über zwei Monate. 2. Die PRP-Methode, also Platelet Rich Plasma, die auch zur Verbesserung der Haut eingesetzt wird. Dabei wird dem Patienten Blut abgenommen und zentrifugiert. Dann wird das aufbereitete Plasmakonzentrat direkt an die Haarwurzeln gespritzt. Die besten Resultate erzielt man mit drei Behandlungen im Abstand von vier Wochen. 3. Die Injektion eines speziellen Haarfillers aus Korea, der sehr viele Proteine enthält. Empfehlenswert sind vier Behandlungen im Abstand von jeweils zwei Wochen.
ELLE: Gibt es eine Alternative zu Injektionen?
S. D.: Ergänzend setzen wir einige unserer nicht-ablativen Laser ein, also die Geräte, die man im Gesicht zur Hautstraffung anwendet. Denn es ist erwiesen, dass Wärme einen positiven Effekt auf die Haarwurzeln hat.
ELLE: Sie bieten in Ihrer Praxis die DHI-Methode, die Direct Hair Implantation, an. Für wen ist sie geeignet?
S. D.: Für alle, bei denen die anderen Therapieformen mehr oder weniger ausgereizt sind oder bei denen man keine Fortschritte mehr sieht.
ELLE: Was unterscheidet das DHI-Verfahren von der herkömmlichen Transplantation?
S. D.: Bei der normalen Transplantation wird ein großes Stück Kopfhaut mit beispielsweise 2000 Haaren am Hinterkopf entnommen – so wie ein Stück Rasen, das man verlegt. Das ist eine richtige Operation, bei der die Schnitte genäht werden müssen. Hinterher bleibt eine Narbe. Die DHI dagegen ist ein minimalinvasiver Eingriff, bei dem die Haare an Arealen mit üppigerem Haarwuchs – meistens am mittleren Hinterkopf – einzeln mit einer Stanze entnommen und dann sofort wieder an der gewünschten Stelle in die Kopfhaut eingepflanzt werden.
ELLE: Das klingt ganz schön aufwendig ...
S. D.: Ist es auch! Um eine Geheimratsecke aufzufüllen, braucht man circa 4000 bis 5000 Haare. Und jedes Haar

GENETISCHE VERANLAGUNG, HORMONSTÖRUNG, EISENMANGEL – HAARAUSFALL KANN VIELE URSACHEN HABEN

BÜRSTEN-*MASSAGE*, SPIRULINA ODER *MESOTHERAPIE* FÜR DIE KOPFHAUT

wird separat herausgestanzt und wieder eingesetzt. Das wiederum ist ein Vorteil, da man so Winkel und Wuchsrichtung jedes einzelnen Haares exakt bestimmen kann. Damit lässt sich ein sehr natürliches Ergebnis erzielen.
ELLE: Hat die Methode weitere Vorteile?
S. D.: Ja. Der Eingriff wird ambulant unter lokaler Anästhesie vorgenommen. Die Haare müssen nur an der Entnahmestelle abrasiert werden und diese lässt sich oft durch vorhandene längere Haare kaschieren.
ELLE: Worauf müssen sich die Patienten nach der Behandlung einstellen?
S. D.: Es kann zu Schwellungen, Rötungen, blauen Flecken und Krustenbildung an den Transplantationsstellen kommen. Mögliche Schmerzen lassen sich durch die Einnahme von Aspirin oder Ibuprofen beherrschen. In den ersten fünf Tagen dürfen die Haare nicht gewaschen werden. Haare und Kopfhaut müssen mit einem Wasserspray feucht gehalten werden. Wichtig ist zu wissen, dass die eingesetzten Haare erst einmal wieder ausfallen. Das ist ganz normal. Die Haarfollikel müssen sich wieder erholen, bis neue Haare nachwachsen. Das Endergebnis sieht man erst nach sechs bis neun Monaten.
ELLE: Wie hoch ist die Erfolgsquote?
S. D.: Durchschnittlich überleben etwas 95 Prozent der entnommenen Haare. Bei der herkömmlichen Transplantation sind es nur circa 80 Prozent.

DR. STEFAN DUVE
Der Facharzt für Dermatologie und Allergologie ist seit über 20 Jahren auf ästhetische Medizin spezialisiert. Neue Behandlungsmethoden führt er in seiner Praxis oft als Erster in Deutschland ein. haarzentrum.de

ELLE: Brauchen die implantierten Haare später noch eine Sonderbehandlung?
S. D.: Überhaupt nicht. Sie sind voll strapazierfähig, können ganz normal behandelt, z. B. auch gefärbt, werden.
ELLE: Was kostet eine DHI-Behandlung?
S. D.: Je nach Anzahl der transplantierten Haare – zwischen 6000 und 10 000 €.
INTERVIEW: BARBARA HUBER

Ganzheitliche Tipps von Haarpraktiker Michael Rogall

SUPER-SEAFOOD
Spirulina-Algen sind sehr eisenhaltig und haben viele weitere wertvolle Inhaltsstoffe. Ihr hoher Mineralstoffgehalt hilft dem Körper, Giftstoffe zu binden und zu entsäuern, was zu gesundem Haar beiträgt. Erhältlich in Pulver- oder Tablettenform.

VITAMIN-POWER
Vitamin-D-Mangel kann zu Haarausfall führen. Daher: Vitaminstatus checken und gegebenenfalls supplementieren (800 IE pro Tag).

WASSER MARSCH
Ein Glas lauwarmes Wasser am Morgen wirkt wie eine innere Dusche, schwemmt die über Nacht angesammelten Säuren aus und sorgt dafür, dass Nährstoffe im Körper optimal verteilt werden können.

BÜRSTENMASSAGE
Verspannungen im Nacken können sich bis zur Kopfhaut ziehen und sie blockieren, sodass die Durchblutung gestört ist. Abhilfe schafft eine behutsame Kopfhautmassage mit einer weichen Naturhaarbürste.

Michael Rogall ist Friseur mit ökologischem Konzept und führt seit 22 Jahren eine Haarpraxis in Köln

Foto: Antonio Terron/Trunk Archive