30 Prozent aller Frauen leiden im Laufe ihres Lebens einmal unter Haarausfall

Angst vor Lücken

Als Maria H., 51, zum ersten Mal die Haare ausfallen, ist sie 16 Jahre und weiß nichts von ihrer genetischen Vorbelastung

Die kahlen Stellen auf meinem Kopf waren mir schon immer peinlich. In der Pubertät sind mir zum ersten Mal massiv die Haare ausgegangen. Ein katastrophaler Zeitpunkt für optische Auffälligkeiten. Aber auch später hätte ich heulen können, wenn wieder viele Haare in der Bürste steckten. Das war ein sicheres Zeichen: Es geht wieder los. Jedes Mal durchströmte mich ein Gefühl von Angst, und ich malte mir aus, irgendwann nur noch Flaum auf dem Kopf zu haben. Ich traute mich nur selten zum Friseur, und selbst meinem Mann erzählte ich Jahre nichts von meinem Problem. Außerdem spielt als Anwältin das Aussehen eine große Rolle. Deshalb kämmte ich mir immer einen Seitenscheitel, damit Klienten die ausgeprägten Geheimratsecken nicht sehen konnten.

Mit 16 Jahren machte ich ein sogenanntes Trichogramm, eine Zustandsbestimmung der Haare. Das Ergebnis zeigte zwar, dass es nicht so schlimm war. Aber der Arzt kündigte an, dass der Haarausfall mit den Jahren zunehmen würde und erblich bedingt sei. Er diagnostizierte eine androgenetische Alopezie. Männliche Hormone sind für den Haarausfall verantwortlich. Auch der Wirkstoff Minoxidil, den ich auf die betroffenen Areale auftragen sollte, hat nicht geholfen. Zwar hatte ich auch immer mal wieder Ruhe, doch ich wusste: Die nächste Welle kommt. Natürlich habe ich gegoogelt, wie man im fortgeschrittenen Stadium aussieht. Dadurch steigerte ich mich immer mehr rein.

„Ich traute mich kaum noch zum Friseur"

Da es keine Heilung gibt, entschied ich mich vor drei Jahren für eine Haartransplantation nach der DHI-Methode (Direct Hair Implantation). Für die Behandlung habe ich mir Urlaub genommen. Eine Voruntersuchung schloss andere Krankheiten aus und bestätigte meine Diagnose. Dabei wurde auch geprüft, wie gesund und dicht die Haare in meiner Spenderregion sind. Das ist der Haarkranz, der auch bei betroffenen Männern bleibt. Diese Haare sind immun gegen die Androgenetische Alopezie, weil sie anders beschaffen sind. Bei dem Test wurde über meinem Nacken ein 50 Cent großes Stück unter dem Deckhaar abrasiert. Ein paar Tage später fand die Transplantation statt: Mit dem Gesicht nach unten lag ich auf einer Art Massagestuhl. Der abrasierte Teil wurde vergrößert und lokal betäubt. Drei Stunden stanzte der Arzt über tausend Haarwurzeln inklusive etwas Haut einzeln aus dem Areal. Natürlich so verteilt, dass es dort später nicht kahl war. Ein Assistent sortierte die Haare nach Qualität und legte sie in eine Nährlösung. Nach einer halbstündigen Pause wurden sie mir mit dem sogenannten Implanter so eingesetzt, dass sie in der natürlichen Wuchsrichtung wachsen: feine Babyhärchen an den Ansatz, kräftigere innen. Mit einem Antibiotikum und einem leichten Schmerzmittel konnte ich nach Hause.

Drei Tage musste ich zweimal pro Stunde (außer nachts) die eingesetzten Haare mit einer Kochsalzlösung einsprühen, um sie feucht zu halten. Danach saßen sie richtig fest, und ich durfte sie mit Babyshampoo ohne Silikone waschen. Nach einem Monat konnte ich wieder mein eigenes Shampoo benutzen und in die Sonne. Nach zwei bis drei Monaten fallen die implantierten Haare noch einmal aus, aber sie kommen zu 100 Prozent wieder. Das ist die sogenannte Telogenphase, die unsere Haare regelmäßig durchmachen.

Es ist ein völlig neues Lebensgefühl! Ich weiß, es sind nur ein paar Haare. Aber ich schaue jetzt wieder gerne in den Spiegel.

ANDROGENETISCHE ALOPEZIE

Ursache

Haarausfall entsteht durch Stress, hormonelle Veränderungen, Infekte, Nebenwirkungen von Medikamenten, Immunkrankheiten, Mangelernährung, physikalische Veränderungen – und natürlich durch eine erbliche Veranlagung.

Behandlung

Je nach Indikation helfen Medikamente und Antiandrogene. Haartransplantationen eignen sich vor allem bei örtlich begrenztem Haarausfall. Wichtig: Es müssen ausreichend und qualitativ geeignete Spenderhaare vorhanden sein, so Dr. Christian Merkel, Facharzt für Dermatologie und Allergologie am Münchner Haarzentrum an der Oper. Mehr Infos: *haarausfall-selbsthilfe.com*

ILLUSTRATION Claudia Klein PROTOKOLL Frauke Gans