

**In 200 Jahren**  
wird nach Berechnungen der WHO irgendwo in Finnland die letzte Naturblonde geboren.

**120 000**  
Haare haben Europäerinnen im Durchschnitt auf dem Kopf, Asiatinnen 89 000, Afrikanerinnen 81 000.

**150**  
Tage seines Lebens verbringt ein Mann mit der Haarentfernung im Gesicht.

**0,3 mm**  
wächst ein Haar circa am Tag.

**200**  
Haare haben wir pro Quadratzentimeter auf dem Kopf.

**150 000**  
Haare haben Blonde auf dem Kopf. Rothaare nur 90 000.

**7,93**  
Meter lang sind die längsten dokumentierten Haare eines Inders.

**7000–15 000**  
Haare zählt der männliche Bart.

**2–6**  
Jahre alt wird ein Kopfhair.

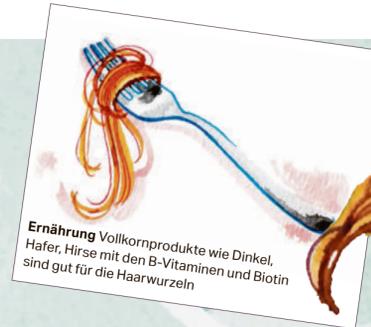
**1906**  
erfand der deutsche Coiffeur Karl Nessler die Dauerwelle.

**2%**  
der Weltbevölkerung sind blond.

**100 Gramm**  
kann ein trockenes Haar mindestens tragen, ohne zu reissen.

# Haarscharf

**Sind Glatzen vererbbar? Haben Haare ein Gedächtnis? Schadet tägliches Waschen?**  
Silvia Aeschbach hat vier Experten befragt



**Ernährung** Vollkornprodukte wie Dinkel, Hafer, Hirse mit den B-Vitaminen und Biotin sind gut für die Haarwurzeln

## Das sagt der Mediziner

**Wieso haben Haare eine so grosse Bedeutung?**  
Haare haben eine Kommunikationswirkung und einen Symbolgehalt. Wobei man Männer und Frauen unterscheiden muss. Bei Frauen stehen sie meistens für sexuelle Attraktion, Erotik und Lifestyle. Bei Männern assoziiert man damit Kraft, Jugendlichkeit und Leistungsbewusstsein. In einer Studie unter 508 Männern zwischen 15 und 74 Jahren haben wir (eine Studiengruppe) herausgefunden, dass 80 Prozent der Männer ihrem Haar Bedeutung zumessen.

**Männer mit Glatze leiden oft unter Minderwertigkeitsgefühlen. Es gibt auch männliche Tiere, die eine Glatze haben. Sind sie bei Weibchen weniger erfolgreich?**  
Mir kommen da die Stummelschwanzmakaken in den Sinn, eine Affenart mit Glatze. In einer Studie wurde nachgewiesen, dass haarlose Männchen mehr Sex haben als solche mit. **Gibt es Leute, die einen schnelleren Haarwuchs als andere haben?**  
Nein, die Haare wachsen durchschnittlich einen Zentimeter pro Monat.

**Dürfen schwangere Frauen ihre Haare färben, oder ist das gefährlich?**  
Ein kontroverses Thema. Das Haarfärben wurde immer wieder mit Krebs in Verbindung gebracht. Eine neue Studie aus Brasilien will nachweisen, dass bei Kindern unter drei Jahren, deren Mütter die Haare während der Schwangerschaft gefärbt haben, vermehrt Leukämie aufgetreten ist. Ich bin bei solchen Studien aber vorsichtig. Fakt ist, es wurde nie nachgewiesen, dass Krebs mit dem Haarfärben zusammenhängt.

**Wann fängt ein krankhafter Haarausfall an?**  
Das variiert von Mensch zu Mensch. Es gibt keinen eingebildeten Haarausfall. Jeder merkt selber am besten, wenn etwas nicht stimmt. Darum nehme ich jeden ernst, der mir sagt, er habe dieses Problem.



Professor Dr. med. Ralph Trüeb, Experte auf dem Gebiet der Haar-krankheiten

**Wird es in Zukunft eine Art Viagra fürs Haar geben, ein Medikament, das Haare auf kahlen Stellen wieder wachsen lässt?**  
Ich sehe da keinen Durchbruch in absehbarer Zeit. Die Stammzellenforschung auf diesem Gebiet gestaltet sich schwierig, weil verschiedene Gene für das Haarwachstum verantwortlich sind. Wer irgendwann eine solche Erfindung macht, wird das grosse Geld machen. **Ist die männliche Glatze Schicksal?**  
Ja, die vererbte Glatzenbildung ist genetisch bedingt. Es gibt allerdings auch äusserliche Einwirkungen, die den vererbten Haarausfall negativ beeinflussen, wie Übergewicht und Rauchen. **Wie lässt sich Haarausfall wirksam behandeln?**  
Bei Frauen hilft der Inhaltsstoff Minoxidil als Tinktur, dem Problem entgegenzuwirken. Bei Männern empfehle ich den Wirkstoff Finasterid (Einnahme in Tablet-

tenform). Die Analyse der Ergebnisse zwölf Monate nach Beginn der Einnahme zeigt bei 90 Prozent der Patienten eine Stabilisierung des Haarausfalls und in 65 Prozent einen Nachwuchs der Haare. Bei den restlichen 10 Prozent ist die Therapie nicht wirksam. **Gibt es bei Frauen neben der Veranlagung auch andere Ursachen für Haarausfall?**  
Ja. Nach der Schwangerschaft leiden viele Frauen unter verstärktem Haarausfall, an dem die Hormone schuld sind. Aber auch Stress, Krankheiten, saisonale Schwankungen oder ein Eisenmangel können schuld sein. **Wie muss man sich eine Haartransplantation vorstellen?**  
Eine Operation, ambulant und mit Lokalanästhesie, dauert zwei bis sieben Stunden; das hängt von der Anzahl der zu verpflanzten Haare ab. Es gibt momentan zwei erfolgreiche Methoden zum Entnehmen von gesunden Haar-

wurzeln vom Hinterkopf: die Streifenentnahme (FUT) – der Streifen wird in Einzelhärchen unter dem Mikroskop zugeschnitten – oder die Einzelhaar-Entnahme (FUE) mittels einer Stanze. **Wann kommt welches Verfahren zum Einsatz?**  
Beide Entnahmemethoden haben Vor- und Nachteile. Für jeden Patienten muss individuell die für ihn bessere evaluiert werden. In einem zweiten Schritt werden am gewünschten Ort mit Lupenbrille ca. 1000 Mikroschlitzchen gemacht und die Einzelhärchen dann mit einer speziellen Pinzette eingesetzt. Auf diese Weise können an jede Stelle des Körpers – selbst in Narbengewebe – Haare transplantiert werden. Und es wächst nach. Die verpflanzten Haare fallen zwei bis sechs Wochen nach dem Eingriff aus und beginnen nach drei bis vier Monaten wieder nachzuwachsen. Es braucht allerdings neun bis zwölf Monate bis zum Endresultat.

**Sind die heutigen Haartransplantationen noch sichtbar?**  
Mit der neuesten Technik ist es möglich, Mikrohaartransplantate mittels chirurgischem Eingriff zu verpflanzen. Allerdings erfordert eine natürliche Haarlinie ein ästhetisches Flair des Haar-Transplantations-Chirurgen. Deshalb empfehle ich auf alle Fälle, eine Haartransplantation nur durch einen Arzt ausführen zu lassen. **Wie teuer ist eine Haartransplantation?**  
Für 40 bis 50 cm<sup>2</sup> – ca. die Grösse einer Handfläche – zählt man durchschnittlich 8500 Franken. **In England und den USA boomen Barttransplantationen. Auch bei uns?**  
In der Schweiz sind Barttransplantationen noch selten.



Dr. med. Beatrice Banholzer, Schönheitschirurgin, www.formaxis.ch

## Das sagt die Apothekerin

**Welche Nährstoffe braucht das Haar, um gesund zu sein?**  
Die Qualität des Haares hängt im Wesentlichen von der Versorgung der Haarwurzel mit den entsprechenden Nährstoffen ab. Dazu gehören: Vollkornprodukte wie Dinkel, Hafer, Hirse mit den B-Vitaminen und vor allem Biotin; hochwertiges Eiweiss mit der schwefelhaltigen Aminosäure L-Cystein etwa aus dem Ei; Mineralstoffe wie Kalzium aus Milchprodukten oder Sesam und das Silizium in der Kieselerde. Ganz wichtig sind auch Eisen und die Spurenelemente Zink und Kupfer. **Schadet tägliches Waschen?**  
Ich bin nicht dafür, da das häufige Waschen – vor allem mit synthetischen Shampoos – den Säureschutzmantel der Kopfhaut angreift. Gerötete und gereizte Kopfhaut sowie Schuppenbildung sind die Folge. Das ist ein guter Nährboden für die Ansiedlung von Pilzen und Keimen. **Kann man Kopfhautprobleme auch mit natürlichen Mitteln**

behandeln, oder braucht es dazu teure Markenprodukte?

Ja. Produkte mit Teebaumöl haben antimykotische und antibakterielle Eigenschaften. Ätherische Öle aus Minze und Eukalyptus kühlen und beruhigen die gereizte Haut. Bei sehr trockener Kopfhaut empfehle ich Packungen mit Avocado, Palmöl, Nachtkeulen- und Karite-Öl oder ein Ei-Öl-Produkt. Gesundes Haar braucht eine gesunde Kopfhaut.



Dr. Evelin Wiedenmann, Apothekerin, www.pill.ch

## Das sagt der Forensiker

**Egal wie schön Haare sind, sie können offenbar nicht lügen.**  
Nein, das können sie nicht. Sie haben sogar das bessere Gedächtnis als das Gehirn darunter. Man kann sie aber manipulieren mit Färben oder Bleichen. Aber spätestens bei unserer Untersuchung können wir das nachweisen. Es lohnt sich also nicht zu tricksen. **Wie muss man sich eine professionelle Haaranalyse vorstellen?**  
Wir testen bis zu 8000 Proben pro Jahr, Tendenz steigend. Die Haaranalyse ist sehr aufwendig. Zuerst waschen wir die Haarprobe, danach wird das Haar klein geschnitten und pulverisiert. Mit speziellen Lösungsmitteln werden die eingelagerten Substanzen herausgelöst und in einem Analysegerät mit einem sehr spezifischen Verfahren getestet und ausgewertet. Dazu brauchen wir ungefähr sechs Zentimeter Haare. Damit können wir den Alkohol-, Drogen-, oder Medikamentenkonsument im Zeitraum der letzten sechs Monate nachweisen. Dann können wir sagen, woher die Substanz kommt, um welches Präparat es sich handelt und wie die Einnahme erfolgte. Nur ein Bü-

schel Haar ist nötig, um eine halbe Apotheke nachweisen zu können. **In welchen Fällen wird die Haaranalyse eingesetzt?**  
Meistens, wenn es um Fahrausweiszüge, das Sorgerecht und den Justizvollzug geht. Das tont jetzt ziemlich trocken, aber diese Analysen können über Schicksale entscheiden, weil sie dem Gericht als Beweise dienen. Sie bilden beispielsweise die Grundlage, ob ein Chauffeur seinen Job verliert oder wem ein Kind zugesprochen wird. Ein Grossteil der Fälle betrifft allerdings Autolenker, die wegen Trunkenheit oder Drogen am Steuer den Ausweis verloren haben und zur Wiedererlangung ihre Abstinenz beweisen müssen; 80 Prozent davon sind Männer. **Kann man auch als Privatperson eine Haaranalyse bei Ihnen machen lassen?**  
Mit wenigen Ausnahmen: nein. Und wenn, dann muss der oder die Betroffene persönlich bei uns vorbeikommen und mit der Probenentnahme und der Analyse einverstanden sein. Das kommt aber selten vor. Fragen mich zum Beispiel Eltern, ob ich nicht

Haare ihres Kindes, das sie verdächtigen, illegale Substanzen zu konsumieren, untersuchen würde, frage ich nach: «Was machen Sie mit dem Resultat? Könnten Sie überhaupt damit umgehen?» Damit hat sich die Anfrage meistens erledigt. **In Serien wie CSI werden ständig Haare analysiert. Wie realistisch sind solche Serien?**  
Ich liebe diese Art von Serien. Aber diese Cyber Crimes sind ab und zu schon sprichwörtlich an den Haaren herbeigezogen. Sie enthalten allerdings immer einen Funken Wahrheit, was die Technik und die «modernen Verfahren» angeht. Wenn ich diese Serien schaue, muss ich oft schmunzeln, denn mit den Geräten, die da gezeigt werden, haben wir vor einer halben Ewigkeit auch gearbeitet.



Markus Baumgartner, Toxikologe und Bereichsleiter für forensische Haaranalytik am Institut für Rechtsmedizin der Universität Zürich



**Barttransplantationen** In England und den USA boomen sie. In der Schweiz sind sie noch selten



**Haaranalyse** Haare lügen nicht. Sie haben sogar das «bessere Gedächtnis» als das Hirn