
Subject: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [magic](#) on Tue, 25 Sep 2007 08:25:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Liebes Forum,

ich leide seit ca. 2 Jahren unter HA.

Seit ca. 4 Monaten mache ich mir nun die Mühe und zähle wirklich jedes einzelne Haar welches mir so ausfällt. Hierbei ist es so, dass mir an einem normalen Tag eigentlich nur 50-70 Haare ausfallen. Bei der Haarwäsche sind es dann aber rund 300 was meinen Status ziemlich runter zieht.

Aus diesem Grund habe ich jetzt wochenlang nur 2 mal pro Woche die Haare gewaschen weil ich an den "Waschtagen" schon morgens richtige Angstzustände hatte und nach dem Haarewaschen nur noch geheult habe.

Ich habe dann mal gelesen, dass immer gleich viele Haare ausfallen und wenn man die Haare öfters wäscht, dann sind es eben pro Wäsche weniger Haare. Ich habe dann auf 3x pro Woche gesteigert und es blieb bei 300 Haaren pro Wäsche.

Letzte Woche war ich jetzt im Urlaub und habe daher täglich die Haare gewaschen und sie auch jedes mal gezählt und es waren aber dann jeden Tag rund 300 Haare welche ausfielen!!!! nicht weniger!! Konnte den Urlaub nicht mal genießen sondern haben nur täglich geheult.

Bin echt verzweifelt. Was ist denn nur los? Hat jemand ne Idee warum ich immer beim Haarewaschen so enorm viele Haare verliere???

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [Karina](#) on Tue, 25 Sep 2007 09:16:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Eine Idee, warum das so ist, habe ich leider nicht. Ich kann dir nur sagen, dass dein Problem gar nicht mal so selten ist. Bei mir ist es ähnlich - beim Kämmen, Durchstreichen oder einfach im Tagesverlauf ist mein HA wirklich erträglich und gar nicht mal gravierend, aber kaum ist Wasser an die Haare gekommen, ist jede mechanische Einwirkung fatal...

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [liberianfrog](#) on Tue, 25 Sep 2007 10:29:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und wenn du mal zum Arzt gehst?! Nimmst du die Pille oder Medikamente, von denen es kommen könnte?

Bei mir ist es auch so, dass viele Haare ausfallen sobald sie NASS sind.

Was mir aber noch KRASSER auffällt ist, dass viele Haare ausfallen sobald ich sie mit SPÜLUNG wasche!!! Wasche ich zuerst mit Shampoo dann geht es, aber wenn ich die Spülung auswasche, dann kommen viel mehr Haare raus - woran liegt DAS DENN? Und trotz Spülung bekomme ich sie oft nur schwer aufgekämmt, so dass ich viele Haare nochmal "rausreiß".

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [Tina76](#) on Tue, 25 Sep 2007 10:34:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Haare nicht nass kämmen. Sie sind nass noch empfindlicher! Also immer erst trocknen lassen (am besten lufttrocknen) und dann erst kämmen. Am besten mit einem grobzinkigen Kamm oder einer "weichen" Bürste ohne Noppen dran.

LG

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [peti](#) on Tue, 25 Sep 2007 14:53:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,
ich kann das Gefühl gut nachvollziehen, bei mir war es auch so, allerdings waren es bei mir täglich noch viel mehr Haare und sie sind auch beim Kämmen etc. ausgefallen - büschelweise, ob die Haare nass oder trocken waren, war egal.
Ich habe in einem Haarstudio erklärt bekommen, dass die Kopfhaut extrem fettig ist und viel Talg abgelagert ist. Der sitzt irgendwie an den Haarwurzeln (oder so ähnlich). Viele Haare werden nur noch durch diese „Verstopfung“ der Poren gehalten. Beim Waschen löst sich dann einiges davon und die Haare fallen aus.
Ich hoffe, ich habe einigermaßen übergebracht, was ich meine
Ob das bei Dir so ist, kann ich natürlich nicht sagen, aber das war das, was ich gesagt bekam.

Viele Grüße

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [magic](#) on Wed, 26 Sep 2007 18:10:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi!

Also das ist bei mir wohl genauso. An den Haaren hängen oft noch dicke Talgpropfen dran wenn sie ausfallen. Wenn ich dann den Talgpropfen wegmache sieht man, dass eigentlich gar keine Wurzel mehr vorhanden ist.

Beim Kämmen fallen auch immer kleine Talgkügelchen aus den Haaren oder bleiben in der Bürste stecken. Da ich auch schon gedacht habe, dass das von der fettigen Kopfhaut kommt nehme ich auch ein Shampoo von Kerastase gegen fettiges Haar - leider aber bisher ohne Erfolg.

Was hat man dir denn im Haarstudio geraten? Kann man die Sache irgendwie wieder in den Griff bekommen?

Ganz liebe Grüße

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [peti](#) on Thu, 27 Sep 2007 07:32:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

ich habe auch ein Shampoo bekommen und so ein Öl, was ich 2x die Woche aufragen muss (vor dem Waschen).

Es bringt wohl schon was, allerdings ist es bei mir in kurzer Zeit so extrem und schlimm gewesen, dass nicht mehr viel zu retten war.

Ich denke aber auf jeden Fall, dass die Erklärung logisch ist mit den verstopften Poren. Wenn diese "Schicht" auf der Kopfhaut ist, haben es neue Haare auch schwer, durch zu stossen.

Klingt plausibel..

Ich hoffe, Du kriegst es in den Griff!

Viele Grüße

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [Holunderweg3](#) on Fri, 02 Nov 2007 17:40:38 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, der betrag ist zwar schon älter, aber ich habe auch so ne HAARWASCHPHOBIE, tags gehts mit HA, nach dem waschen, drücke Haare nur aus und muss ja irgendwann kämmen,weil ich irgendwann nur noch ne Matschfrisur hab.Und beim Kämmen habe ich auch Massen von Haaren,zählen tue ich nicht!Ausserdem fetten meine Haare übelst schnellnach spät.24h sehe ich aus wie "ÖLPLATTFORM"nervig.Weit entfernt von einer Frisur, undda trage ich schon kurz.Lt.HÄ habe ich Seboroe auf Kopf.

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [Jadaa](#) on Sat, 03 Nov 2007 12:14:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zum Thema Spülung und Shampoo gegen fettiges Haar:

Spülung möglichst NICHT auf die Kopfhaut, sondern nur in die Längen geben. Sonst weicht das die eh schon empfindliche Kopfhaut noch mehr auf und außerdem werden davon die Haare schlapp.

Gegen fettiges Haar: Trockenshampoo oder Lavaerde probieren und möglichst die Finger von so teuren Chemiebomben lassen. Lieber ein mildes Shampoo aus dem Reformhaus oder Babyshampoo.

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [Karina](#) on Fri, 09 Nov 2007 10:32:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist Trockenshampoo nicht auch eine Chemiebombe ? Ich kenne zumindest keins auf natürlicher Basis...

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [Jadaa](#) on Fri, 09 Nov 2007 16:59:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Karina,
ich selbst habe noch keins benutzt. Aber eine Freundin von mir, die sonst sehr auf Inhaltsstoffe und Naturkosmetik achtet, hat es mal aus dem Reformhaus besorgt (oder im Netz bei irgendsonem Naturdings bestellt(. Da sie es benutzt hat, bin ich mal davon ausgegangen, daß die Inhaltsstoffe ok sind?

Welches benutzt Du denn selbst? Hat sich Dein HA schon etwas gebessert?

Subject: Re: Panik vor jedem Haarewaschen
Posted by [Karina](#) on Mon, 12 Nov 2007 16:09:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Jadaa,

ich benutze entweder das Logona Bier- und Honig- oder das Sante Henna-Volumenshampoo und am WE immer Sante Brilliant Care als Kur. Ich fände es praktisch ein natürliches Trockenshampoo zu finden, weil ich jeden Tag meine Haare waschen muss.

Mein HA war die letzten paar Tage etwas erträglicher, aber ich will das nicht zu laut sagen, sonst bekomme ich sehr bald wieder die Quittung dafür...

