

---

Subject: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Davina](#) on Tue, 02 Nov 2010 10:20:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr Lieben,

ich bin auf der Suche nach einem guten Haarshampoo. Nach der Haarwäsche fetten meine Haare so schnell nach, dass ich fast zu sehen kann und die Kopfhaut noch mehr durchschimmert als ohnehin schon. Ich habe zuletzt Alpecin Forte probiert, aber leider war auch das ein Misserfolg. Am besten wirkt bei mir noch ein Billigprodukt namens Kyrell. Da sind die Haare erst am nächsten Tag sichtbar nachgefettet. Ich werde schon öfter von Bekannten angesprochen, dass meine Haare ja immer so unschön aussähen. Was mir ziemlich peinlich ist, aber ich kann waschen wie ich will, es sieht schon kurz nach der Wäsche wieder aus als hätte ich sie gar nicht gereinigt.

Was benutzt ihr denn?  
Liebe Grüße  
Davina

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [pina](#) on Tue, 02 Nov 2010 17:38:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Davina,

zur Zeit wasche ich mir die Haare mit dem Henna Shampoo von Sante und gebe immer noch ein paar Tropfen Teebaumöl rein. Die Haare kommen mir durch das Shampoo fülliger ( naja, für meine Verhältnisse) vor.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Ataba](#) on Tue, 02 Nov 2010 18:44:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich darfs gar nicht laut sagen, aber ich komm am besten mit dem kräuter shampoo von shauma zurecht. und ich hab in den letzten 3 jahren weißgott viele, viele shampoos getestet.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Davina](#) on Fri, 05 Nov 2010 07:57:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für die Tipps, ich werde es mal ausprobieren. Hoffentlich fetten meine Haare nicht zu schnell nach.

LG

Davina

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [-Amarok-](#) on Fri, 05 Nov 2010 10:09:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

also ganz allgemein lohnt sich der umstieg auf naturkosmetik.. hatte früher auch oft bereits stunden nach der wäsche wieder ein "fettiges" gefühl aber seitdem ich nur noch nk benutzte ist das problem gelöst. die shampoos sind zwar ein bisschen teurer (250 ml flaschen 5-8 €) aber auf die dauer wäscht man seltener und benutzt auch weniger shampoo pro wäsche, da im vergleich zu konventionellem shampoo eine kleinere menge genügt.  
empfehlenswerte marken sind sante und logona, gibts in jedem bioladen und reformhaus.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Ataba](#) on Fri, 05 Nov 2010 16:14:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich habs auch schon mit NK versucht. Leider bekam ich dann lauter verknottete Nester in die Haare. War bei mir nicht so hilfreich.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [-Amarok-](#) on Fri, 05 Nov 2010 18:54:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

lol ist anfangs nicht so ungewöhnlich das problem hatte ich auch eine weile.  
nk haarpflege funktioniert chemisch völlig anders als konventionelle shampoos etc: diese lagern silikonschichten um das haar, das bedeutet dass die oberfläche glatt und glänzend, das innere jedoch oft trocken und rauh ist. naturkosmetik dagegen dringt eher in das haar und entfernt die silikonschichten. bei einem plötzlich umstieg kommt also oft der effekt von jahrelangem föhnen, glätten usw zu tage und das haar wird erstmal sehr schwer kämmbar, da unter dem ganzen silikon das haar gar nicht so gepflegt ist wie man denkt.  
nach einer gewissen umstellungsphase hört das aber auf.. und in sachen kämmbarkeit ist es jetzt besser als vor der nk, zumindest bei mir

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [gretchen](#) on Fri, 05 Nov 2010 19:36:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:bei einem plötzlich umstieg kommt also oft der effekt von jahrelangem föhnen, glätten usw zu tage und das haar wird erstmal sehr schwer kämmbar, da unter dem ganzen silikon das haar gar nicht so gepflegt ist wie man denkt.  
nach einer gewissen umstellungsphase hört das aber auf.. und in sachen kämmbarkeit ist es

---

jetzt besser als vor der nk, zumindest bei mir Wink

hallo amarok,

das ist ja interessant!

genau aus dem grund habich nämlich noch 2 volle flaschen logona im schrank.  
ich hab mir sicher doppelt so viele haare rausgerissen beim kämmen und mich darum  
entschieden wieder zurückzukehren zum alten shampoo (übrigens das kräuter shampoo  
vom aldi..silikonfrei).

lg, gretchen

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [-Amarok-](#) on Fri, 05 Nov 2010 19:46:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

glaub mir, so gehts anfangs den meisten. man droht wahnsinnig zu werden, wenn man  
plötzlich nicht mehr mit dem kamm durch seine haare kommt, was doch sonst immer ging.  
aber liegt halt einfach dran dass die haare durch das konventionelle zeugs auf die dauer  
beansprucht werden und alles andere als gesund sind. die paar wochen umstellungsphase  
durchzuhalten lohnt sich aber wirklich, besonders für leute, die ohnehin probleme mit den  
haaren haben. man muss seltener waschen und die haare fühlen sich einfach "sauberer" und  
meiner meinung nach auch voluminöser an.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Davina](#) on Fri, 05 Nov 2010 19:55:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mmh das ist eine gute Idee, ich werde das Naturhaarwaschmittel auf jeden Fall ausprobieren. Ich  
trage aufgrund des Haarausfalls meine Haare eh sehr kurz, da werden die Knoten vermutlich  
nicht so schlimm werden. Danke für den Tipp!

LG  
Davina

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [-Amarok-](#) on Fri, 05 Nov 2010 19:59:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ne, das problem ist nur bei langen haaren und insbesondere locken relevant.  
wichtig ist aber dann generell auf silikone möglichst zu verzichten - also auch keine  
konventionellen spülungen und kuren von nivea&co mehr, sonst ist das ganze eher  
kontraproduktiv: nk zersetzt die silikonschicht, normale haarpflege baut sie auf. also generell  
entweder oder.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [camelia](#) on Fri, 05 Nov 2010 20:48:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe Davina

Je Oefter man die Haare waescht,desto schneller fetten sie nach.

Vielleicht solltest du einmal die Haare ausfetten lassen,also vielleicht 1 Woche nicht waschen(wenn du urlaub hast oder so)und dann eventuell alle 3 Tage die Haare waschen.

Am Anfang wird es dir schwer fallen,aber mit der zeit fetten die Haare nicht so schnell nach.

Ich mache seit kurzem mein schampoo selbst  
Dafuer verruhre ich ein Eigelb(bio) mit etwas Olivenoel und etwas Zitronensaft.  
Du solltest vielleicht das oel weglassen und nur Mit dem Eigelb waschen.

Es hoert sich vielleicht ecklig an,ist es aber wirklich nicht.

Lg  
camelia

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [-Amarok-](#) on Fri, 05 Nov 2010 20:56:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

uargh riecht das nicht ein bischen seltsam^^?

ne aber stimmt schon. das shampoo das wir kennen wurde erst ende der 20er erfunden, vorher wusch man, sofern man drauf wert legte, die haare immer mit verschiedenen mischungen aus naturprodukten, unter anderem wie von meiner vorrednerin gesagt eigelb oder auch bier oder wascherde. und die leute, die sich die zeit dafür nehmen konnten, hatten auch im frühen 20. jahrhundert nach unseren maßstäben gepflegte haare damit. also weg mit silikonshampoozeugs

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [shania01](#) on Sat, 06 Nov 2010 11:27:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

camelia schrieb am Fri, 05 November 2010 21:48Hallo liebe Davina

Je Oefter man die Haare waescht,desto schneller fetten sie nach.

Hi,  
dieser Aussage kann ich nicht zustimmen.  
Warte bloß keine Woche mit dem Waschen ab!  
Davon wurde mir abgeraten, da du deiner Kopfhaut und deinen Haaren keinen Gefallen tust!  
Die Kopfhaut und Haarfolikel müssen von dem überschüssigen Talg und Fett befreit werden.  
Ich dachte auch am Anfang, dadurch halte ich den HA durch das nicht Waschen auf, aber es ist eher schlimmer wenn man damit länger wartete, habe ich festgestellt. Außerdem juckt dann der Kopf.  
Ich verwende das Coffein + Biotin Shampoo von Haaraktiv (Ohne Silikone) und ein Billigschampoo von Alverde.  
Habe mir nun von Syoss ein Shampoo ohne Silikone noch zusätzlich gekauft. Muss aber noch getestet werden.

Grüße

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Davina](#) on Sat, 06 Nov 2010 13:16:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo nochmals,

erst mal ganz herzlichen Dank für die vielen Antworten und Tipps!

Ich wasche meine Haare alle zwei, manchmal auch drei Tage. Habe aber auch schon öfter versucht, sie "ausfetten" zu lassen, leider wurden sie danach genauso schnell fettig wie immer.

Ich habe auch fettige Haut, auf der sich trotz meines Alters (33) Akne bildet. Irgendwie scheint alles zusammen zu hängen. Aber die Werte sind immer alle okay.

Liebe Grüße  
Davina

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Ataba](#) on Sat, 06 Nov 2010 16:14:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Du, ich weiß das Alles. Und ich geb Dir in ALLEN Punkten recht. Aber in der Praxis macht das

meine Psyche nicht mit. Wochenlang noch mehr Haare ausreißen als eh schon ausgehen.

Und komischerweise ging's mit meinem HA damals vor 3 Jahren los, als ich mit Weleda anfangen zu waschen.

Klar, ist das heute nicht mehr schuld. Aber ein negativer Beigeschmack bleibt. Leider.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung

Posted by [gretchen](#) on Sat, 06 Nov 2010 17:48:21 GMT

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

---

Zitat: Ich wasche meine Haare alle zwei, manchmal auch drei Tage. Habe aber auch schon öfter versucht, sie "ausfetten" zu lassen, leider wurden sie danach genauso schnell fettig wie immer.

Ich habe auch fettige Haut, auf der sich trotz meines Alters (33) Akne bildet. Irgendwie scheint alles zusammen zu hängen. Aber die Werte sind immer alle okay.

soweit ich weiß, hängt die Talgdrüsenproduktion von Haut und Haaren mit der Menge an DHT zusammen.

---

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung

Posted by [-Amarok-](#) on Sat, 06 Nov 2010 17:51:46 GMT

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

---

gretchen schrieb am Sat, 06 November 2010 18:48: Zitat: Ich wasche meine Haare alle zwei, manchmal auch drei Tage. Habe aber auch schon öfter versucht, sie "ausfetten" zu lassen, leider wurden sie danach genauso schnell fettig wie immer.

Ich habe auch fettige Haut, auf der sich trotz meines Alters (33) Akne bildet. Irgendwie scheint alles zusammen zu hängen. Aber die Werte sind immer alle okay.

soweit ich weiß, hängt die Talgdrüsenproduktion von Haut und Haaren mit der Menge an DHT zusammen.

unter anderem.

einen großen Einfluss hat aber auch der "Bedarf" der Haut nach Feuchtigkeit. Haut (eben auch Kopfhaut, also Haare) die jeden Tag gewaschen wird, wird auch täglich vom Talg befreit - das bedeutet trockene Haut, also wird stärker nachgefettet.

etwas seltener waschen regelt die Talgproduktion auch wieder herunter. Bei manchen stärker, bei anderen weniger.

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Davina](#) on Tue, 07 Dec 2010 10:03:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr,

wollte mich noch mal für den tollen Tip mit dem Naturshampoo bedanken! Ich habe mir inzwischen eines aus dem Reformhaus besorgt und bin von dem Ergebnis wirklich überrascht. Nicht nur, dass die Haare sogar einen Tag nach dem Waschen NICHT nachfetteten, die fast gänzlich kahlen Geheimratsecken sehen plötzlich auch ein wenig kleiner aus. Da meine Haare vorher besonders am Ansatz sehr schnell nachfetteten, wirkten sie teilweise wie nass, was natürlich die kahlen Stellen noch mehr betonte. Kleiner sind sie zwar nicht wirklich, aber sie fallen weniger auf. Das ist schon mal ein kleines Erfolgserlebnis.

Liebe Grüße  
Davina

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [pina](#) on Wed, 08 Dec 2010 07:39:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Davina,

welches Shampoo hast Du denn jetzt ? Ich benutze noch immer das Henna Shampoo von Logona, aber das was Du da schreibst hört sich klasse an. Meine Mutter hat mir letztes Jahr ein Shampoo und eine Haarkur geschenkt, die gegen Haarausfall helfen sollen. Naja das kennt man ja. Der Haarausfall ist natürlich nicht weggegangen, aber die Haarkur war echt gut, die habe ich mir noch ein paar Mal nachgekauft. Beim Preis von knapp 8,- Euro für 5 Ampullen ist das ok. Da war glaube ich unter anderem Keratin drin enthalten. Jedenfalls haben sich meine Haare dadurch tatsächlich fülliger angefühlt und nicht mehr so angeklatscht gewirkt.

Liebe Grüße,  
pina

---

Subject: Aw: Shampoo Empfehlung  
Posted by [Davina](#) on Wed, 08 Dec 2010 09:14:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Pina,

ich hatte auch zuerst nach einem Logona Shampoo geschaut, aber es gab nur welche für blondiertes oder trockenes Haar. Im selben Regal fand ich dann glücklicherweise ein Pflegeshampoo von Extracta mit Yucca. 250 ml für etwas mehr als 5 Euro. Auch heute sehen die Haare weniger fettig aus (ein bisschen haben sie natürlich doch nachgefettet, aber weniger als zuvor. Kein Vergleich zu meinem vorherigen Shampoo, da hat es schon nach ein paar Stunden ausgesehen, als hätte ich gar nicht gewaschen). Ich kann es wirklich weiterempfehlen!

Liebe Grüße  
Davina

---