

---

Subject: Haarausfall hält an!

Posted by [DanielDuese](#) on Tue, 10 Apr 2012 22:41:34 GMT

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

---

Liebes Forum,

mein letzter Beitrag blieb unbeantwortet, daher hier erneut meine Problembeschreibung. Seit ca. einem Monat leide ich unter Haarausfall. So kann ich eine Menge Haare mit dem bloßen Durchstreichen einer Bürste entfernen. Sehr wahrscheinlich ist der Haarausfall stressbedingt und zudehm auf unzureichende Nahrung zurückzuführen. Ich versuche mein bestes diese Probleme zu beseitigen. Meine Fragen:

1. Ist stress/essbedingter Haarausfall endgültig oder wachsen neue Haare nach einer Erholungsphase?
2. Ist es besser die Haare regelmäßig zu waschen oder sie eine ganze Zeit ungewaschen zu lassen?
3. Gibt es Nahrungsmittel, die mein Haar bewusst stärken würden oder ist eine generell gesunde Ernährung der Schlüssel?
4. Persönliches Interesse: Ist Haarausfall väterlicherseits vererbbar?

Vielen Dank für eure Hilfe,

Daniel

---