

---

Subject: Bürsten gut oder schlecht?

Posted by [auxilium](#) on Tue, 23 Sep 2014 07:35:22 GMT

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

---

Hallo zusammen,

habe vor kurzem das Buch "Haarsprechstunde" von Michael Rogall durchgeblättert. Dieser schwört auf tägliches Bürsten mit einer Wildschweinhaarbürste für gesundes Haar.

So soll dadurch die Durchblutung angeregt, als auch Schmutzpartikel, Schuppen, etc. entfernt werden und auch das natürliche Fett gleichmäßig über die Haare verteilt werden.

Er schreibt weiter, dass das insbesondere bei Haarausfall sehr zu empfehlen wäre und man sich keine Sorgen über die in der Bürste hängenden Haare machen sollte, da die Haare eh schon abgestorben wären.

Wie ist da eure Erfahrung, Meinung zu?

Ich habe das ganze selber mal ausprobiert und merke schon, dass nachher einiges an Schmutzpartikel (selbst nachdem ich die Haare vorher normal gewaschen habe) noch hängen bleibt.

Auch das Bürsten erlebe ich sehr angenehm auf dem Kopf.

Was mich allerdings schockiert: die Menge an Haaren, die in der Bürste hängen bleiben (Habe vorher gekämmt: <15) jetzt sind es deutlich mehr.

Allerdings stelle ich fest, dass selbst bei Mädels, die nicht unter AGA oder einer Form von Haarausfall leiden, die Bürsten oft voller Haare sind.

Ist Bürsten nun gut oder sollte ich mir Sorgen machen, dass jetzt noch zusätzliche Haare abbrechen (Haarbruch)?