

---

Subject: Haarausfall durch Kopfmassage?

Posted by [Kamehameha](#) on Wed, 30 Sep 2015 13:37:23 GMT

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

---

Jo, ich hab mich hier mal angemeldet, weil mir aufgefallen ist, dass ich, seitdem ich regelmäßig, das heißt sehr oft (zu jeder Gelegenheit eig.), meine Kopfhaut massiere - also richtig mit bewegen, und hochdrücken etc. wozu es ja auch Anleitungen gibt und was auch schon hier im Forum diskutiert wurde, Haarausfall habe. Wirklich - ich hatte, bevor ich damit angefangen habe, überhaupt keinen Ausfall bzw. nur sehr geringen.

Ich habe mir heute die ganze Zeit durch die Haare gefasst und hatte maximal 10 Haare heute "verloren" - jetzt gerade eben habe ich wieder meine Kopfhaut massiert so für 3-5 Minuten, intensiv die Kopfhaut da verschoben und halt so kreisförmig hin und her bewegt (ja, meine lässt sich ganz gut bewegen) und schwupps - ich fass direkt danach mir durch die Haare und hab locker 5 - 8 Haare an der Hand. Dann mach ich es noch einmal - wieder 5 Haare. Jetzt, nach 20 Minuten habe ich irgendwie gar keine Haare mehr an der Hand, wenn ich durchs Haar fasse - deshalb bin ich mir auch sehr sicher, dass durch die Kopfmassage kommen muss weil ich direkt danach diesen Haarausfall habe.

Meint ihr das ist irgendwie ein Shredding Effekt oder so? Meine Haare sehen auch deutlich lichter aus seitdem ich das mache (ungefähr 'nen Monat jetzt), man merkt vor allem beim Haare waschen dass vorne bisschen Lichter ist bzw. die Kopfhaut stärker durchscheint.

Ich hab den Haarausfall übrigens gleichmäßig - das heißt vorne, so wie hinten. Hinten bzw. direkt auf der Mitte des Kopfes sogar am Meisten und auch gerade hier verschiebe bzw. massiere ich meine Kopfhaut am kräftigsten - das kann kein Zufall sein, oder?

Ich wollte das eigentlich mal so 3-6 Monate durchziehen, um zu gucken, ob die Haare dadurch kräftiger werden. Kann ja sein, dass die Haare irgendwie "rausgedrückt" werden oder so

Auch auffällig ist noch, dass das meistens längere Haare sind - also es sind selten wirklich kurze Haare, die mir da ausfallen. Weiß nicht, ob das vielleicht relevant ist.

---