
Subject: Stress und Haarausfall

Posted by [jochenknochen](#) on Thu, 15 Oct 2009 19:58:18 GMT

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

Guten Abend zusammen,

Ich hab immer wieder gehört Stress ist nicht unbedingt gut für die Haare.

Wieviel wahres ist da dran?

Ich habe zeitweise schon echt Stress im Job, aber anders gehts nunmal nicht.

Wie gefährdet ist man da?

Da hilft sicher auch kein Fin oder?

mfg

J.K.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [kkoo](#) on Thu, 15 Oct 2009 21:10:03 GMT

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

jochenknochen schrieb am Thu, 15 October 2009 21:58Guten Abend zusammen,

Ich hab immer wieder gehört Stress ist nicht unbedingt gut für die Haare.

Wieviel wahres ist da dran?

Ich habe zeitweise schon echt Stress im Job, aber anders gehts nunmal nicht.

Wie gefährdet ist man da?

Da hilft sicher auch kein Fin oder?

mfg

J.K.

bei manchen vielleicht auch für haare nicht gut. stress abbauen ist generell notwendig... mehr kann man nicht sagen, fin. hilft da auch nicht.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [Gaby](#) on Thu, 15 Oct 2009 21:12:35 GMT

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

Doch, da ist schon was Wahres dran! Stress ist ein HA Trigger. Es gibt, soweit ich weiß, Studien an gestressten Labormäusen die infolge von Stress-Provokation beachtlich Haare liessen. Wie da die Mechanismen genau ablaufen, weiß ich allerdings nicht. Ich schätze, dass Stresshormone wie z.B Adrenalin und Cortisol sich da besonders ungünstig auswirken.

LG Gaby

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [jochenknochen](#) on Fri, 16 Oct 2009 18:32:17 GMT

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

hm sowas blödes

Aufgrund es immer höher rutschenden Haaransatzes mach ich mir selber die ganze Zeit voll den Kopf

Wenn ich nur wüsste ob das FIN was bringt, hät ich sicher bissl mehr Ruhe

Naja abwarten...

Trotzdem danke

J.K.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [NW5a](#) on Fri, 16 Oct 2009 19:41:26 GMT

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

Minox könnte bei streßbedingtem Haarausfall helfen ..., natürlich muss man an die Ursache des Streßes ran

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [Balle](#) on Sat, 17 Oct 2009 08:29:05 GMT

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

Stressbedingter Haarausfall hat aber nichts mit AGA zu tun und isz reversibel!

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [jochenknochen](#) on Sat, 17 Oct 2009 12:09:32 GMT

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

Balle schrieb am Sat, 17 October 2009 10:29 Stressbedingter Haarausfall hat aber nichts mit AGA zu tun und isz reversibel!

Ja ich habe auch AGA

Ging ja nur darum ob es der Stress/Druck den ich mir selber dadruch mache, das ganze nur noch verschlimmert.

Aber wenn ich "reversibel" richtig verstehe dann heißt das, dass die Haare die wegen Stress ausfallen wieder kommen.

Oder?

Subject: Re: Stress und Haarausfall
Posted by [haare82](#) on Sat, 17 Oct 2009 12:13:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

richtig

Subject: Re: Stress und Haarausfall
Posted by [NW5a](#) on Sat, 17 Oct 2009 22:41:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nee, der Streß triggert die AGA und die dadurch verlorenen Haare kommen nicht wieder.

Subject: Re: Stress und Haarausfall
Posted by [Improvement](#) on Sun, 18 Oct 2009 00:21:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es gibt beides. Einmal den von NW5a beschriebenen Fall und einmal den von Balle. Bei letzterem ist aber der ganze Kopf diffus irgendwie halbwegs gleichmäßig betroffen, während bei ersterem Fall die typischerweise bei AGA betroffenen Stellen betroffen sind.

Subject: Re: Stress und Haarausfall
Posted by [Balle](#) on Sat, 24 Oct 2009 09:05:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

NW5a schrieb am Sun, 18 October 2009 00:41Nee, der Streß triggert die AGA und die dadurch verlorenen Haare kommen nicht wieder.

Hast du das aus " Großvaters Weisheiten " ? Stimmt absolut nicht...., keine Panik Jungs , ansonsten wären ich und viele Andere mit Sicherheit schon kahl.

Subject: Re: Stress und Haarausfall
Posted by [Treblig](#) on Sat, 24 Oct 2009 09:53:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich denk schon das stress(der ja eine vermerde Hormonproduktion anregt)auf GESCHÄDIGTE/oder angegriffene Haare negativ wirken kann. Auf gesunde bestimmt nicht.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [Balle](#) on Sat, 24 Oct 2009 09:58:02 GMT

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

Treblig schrieb am Sat, 24 October 2009 11:53Ich denk schon das stress(der ja eine vermerde Hormonproduktion anregt)auf GESCHÄDIGTE/oder angegriffene Haare negativ wirken kann. Auf gesunde bestimmt nicht.

Dann macht euch mal mehr verrückt als unbedingt nötig

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [pippo24](#) on Sat, 24 Oct 2009 14:46:04 GMT

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

natürlich macht stress für jemanden mit genetischer HA disposition mehr Ausfall. Genau wie es NW5 sagt er triggert und zwar via cortisol.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [Improvement](#) on Sat, 24 Oct 2009 23:28:57 GMT

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

Es gab glaube ich sogar mal eine Studie an Mäusen, die Stress ausgesetzt wurden.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [ezekiel](#) on Sun, 25 Oct 2009 00:45:14 GMT

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

Improvement schrieb am Sun, 25 October 2009 01:28Es gab glaube ich sogar mal eine Studie an Mäusen, die Stress ausgesetzt wurden.

LOL! Wer lesen kann, ist im Vorteil!

Naja... traut auf keinen Fall balle - der Typ ist ein Quacksalber sondergleichen (soll heißen, für ihn ist Haarausfall = DHT, und fertig). Natürlich kann Stress eine AGA triggern oder beschleunigen, insofern eine Veranlagung vorliegt. Es bedarf allerdings jeder Menge Stress, nicht nur die typischen 5 Minuten Herzrasen, wenn der Chef sich mal wieder beschwert... Die individuelle Stresstoleranz spielt hier selbstverständlich eine große Rolle. Wenn man einen Monat und länger nicht richtig schlafen kann, sollte man sich allerdings mal Gedanken machen, was im Leben gerade schief läuft.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [benutzer81](#) on Sun, 25 Oct 2009 09:27:53 GMT

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

Natürlich muss die Veranlagung vorhanden sein aber wenn man bedenkt welche Schäden andauernder Stress dem Körper zufügen kann, steht es für mich ausser Frage dass es eine AGA beschleunigen kann. Eventuell auch einer von mehreren Umweltfaktoren die heutzutage zu einem immer früheren Ausbruch und schnellerem Verlauf führen.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [Balle](#) on Sun, 25 Oct 2009 12:31:18 GMT

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

ezeziel schrieb am Sun, 25 October 2009 02:45Improvement schrieb am Sun, 25 October 2009 01:28Es gab glaube ich sogar mal eine Studie an Mäusen, die Stress ausgesetzt wurden.

LOL! Wer lesen kann, ist im Vorteil!

Naja... traut auf keinen Fall balle - der Typ ist ein Quacksalber sondergleichen (soll heißen, für ihn ist Haarausfall = DHT, und fertig). Natürlich kann Stress eine AGA triggern oder beschleunigen, insofern eine Veranlagung vorliegt. Es bedarf allerdings jeder Menge Stress, nicht nur die typischen 5 Minuten Herzrasen, wenn der Chef sich mal wieder beschwert... Die individuelle Stresstoleranz spielt hier selbstverständlich eine große Rolle. Wenn man einen Monat und länger nicht richtig schlafen kann, sollte man sich allerdings mal Gedanken machen, was im Leben gerade schief läuft.

Mal wieder einer meiner Spezis, Die Lebensweise eines Menschen wirkt sich nicht auf die AGA aus, ob man ein obdachloser Säufer ist der sich aus Mülltonnen ernährt oder ein sportlicher Gesundheitsfanatiker ist der sich nur von hochwertigen Bioprodukten ernährt, aber schließt euch mal ruhig der kopflosen Panikmache an...

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [Cynic](#) on Sun, 25 Oct 2009 12:33:13 GMT

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

Ich meine mich zu erinnern dass viel Cortisol die Androgensensivität der Zellen hochreguliert. Sicherlich ungünstig für jemanden mit aggressiver AGA.

Subject: Re: Stress und Haarausfall

Posted by [Cynic](#) on Sun, 25 Oct 2009 12:39:34 GMT

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

Balle schrieb am Sun, 25 October 2009 13:31 Die Lebensweise eines Menschen wirkt sich nicht auf die AGA aus

Um das zu wissen bräuchte man eine Zwillings-Studie. Empirisch ist das wirklich sehr schwer zu sagen. Ich denke schon, dass sich die Lebensweise auf die AGA auswirkt, aber das muss glaube ich jeder selbst mal an sich erlebt haben...

Zeidruck, Überforderung, Kummer, Schlafmangel... ich denke all das ist nicht gut für den Körper, und bei unserer Veranlagung auch eher schlecht für die Haare.

Subject: Re: Stress und Haarausfall
Posted by [Balle](#) on Mon, 26 Oct 2009 13:47:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich sehe aber komischerweise mehr Alkis, Junkies und Obdachlose mit dichtem, kräftigen Haar als Jogger auf dem Trimpfad , Die Studie mit den Mäusen kenne ich auch, Cortisol löst aber einen pathologischen HA aus, welcher mit der AGA nichts zu tun hat.