
Subject: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [jpo03](#) on Mon, 25 Oct 2010 11:48:33 GMT

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

Hallo,

könnt Ihr mir sagen, ob ein kaltes Duschen des Kopfes schädlich ist?

Seit 2 Wochen kriege ich nämlich nach einer kalten Kopfdusche immer Kopfschmerzen und auch einen leichten Schwindelanfall.

Komischerweise scheint es mir also aus irgendwelchen Gründen nicht mehr zu bekommen.

Davor, also noch zur wärmeren Jahreszeit, hatte ich immer meinen Kopf ausgiebig kalt abgeduscht und ich hatte mit solchen Nebenwirkungen nie zu kämpfen.

Ich weiß, dass das hier kein Gesundheitsforum ist, aber vllt. kennt ja einer einen möglichen Grund und kann meine Frage beantworten.

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [pilos](#) on Mon, 25 Oct 2010 13:41:16 GMT

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

jpo03 schrieb am Mon, 25 October 2010 14:48Hallo,

könnt Ihr mir sagen, ob ein kaltes Duschen des Kopfes schädlich ist?

Seit 2 Wochen kriege ich nämlich nach einer kalten Kopfdusche immer Kopfschmerzen und auch einen leichten Schwindelanfall.

Komischerweise scheint es mir also aus irgendwelchen Gründen nicht mehr zu bekommen.

Davor, also noch zur wärmeren Jahreszeit, hatte ich immer meinen Kopf ausgiebig kalt abgeduscht und ich hatte mit solchen Nebenwirkungen nie zu kämpfen.

Ich weiß, dass das hier kein Gesundheitsforum ist, aber vllt. kennt ja einer einen möglichen Grund und kann meine Frage beantworten.

das stört nur deine durchblutung..lass es sein...im winter...

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [jpo03](#) on Mon, 25 Oct 2010 18:47:13 GMT

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

aber ist nicht kalt duschen eigentlich eher fördernd für eine verstärkte durchblutung und damit gut für die haare?

so hatte ich es bisjetzt immer von anderen personen gehört.

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [pilos](#) on Mon, 25 Oct 2010 19:57:14 GMT

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

jpo03 schrieb am Mon, 25 October 2010 21:47aber ist nicht kalt duschen eigentlich eher fördernd für eine verstärkte durchblutung und damit gut für die haare?
so hatte ich es bisjetzt immer von anderen personen gehört.

was soll durchblutung bei aga bringen...?

und wenn dir davon schlecht ist...wieso soll es gut sein...?

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [HirschGeweih](#) on Mon, 25 Oct 2010 20:04:04 GMT

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

ich dusch auch nicht mehr kalt seit jahren. Meinem kreislauf gings zwar vollkommen okay, aber ich bekam total die juckerei davon...

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [jpo03](#) on Mon, 25 Oct 2010 20:24:55 GMT

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

alles klar, dann ist bei mir jetzt wieder warm-duschen angesagt.

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [jochenknochen](#) on Wed, 27 Oct 2010 18:35:38 GMT

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

jpo03 schrieb am Mon, 25 October 2010 22:24alles klar, dann ist bei mir jetzt wieder warm-duschen angesagt.

Warmduscher

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?

Posted by [kol789](#) on Fri, 05 Nov 2010 08:45:31 GMT

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

leichts schwindeln und kurzzeitig kopfschmerzen bei sehr kaltem duschen sind doch nicht so unnatürlich. durch das plötzliche kalte wasser ziehen sich die blutgefäße zusammen und im ersten moment kann einem etwas seltsam sein.

aber was soll daran schädlich sein? ist doch das gleiche wie kneipen. wechselweise warm/kalt ist, ob an beinen oder am kopf, gut für die durchblutung und wenn man nicht gerade krank ist immer empfehlenswert.

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?
Posted by [Kalle83](#) on Fri, 12 Nov 2010 16:23:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe das auch irgendwie öfters.

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 25 Nov 2014 22:01:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wieso hilft es eigentlich den Kopf kalt abzduschen bei Jucken/Entzündungen? Habt ihr das mal probiert? Hilft relativ gut. Aber wieso?

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?
Posted by [SirRagusa](#) on Tue, 25 Nov 2014 23:01:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kann mir auch nicht vorstellen dass das was bringt... Stelle mir vor dass die Kopfhaut ziemlich belastet wird. Meistens wird lauwarmes Wasser empfohlen

Subject: Aw: Kopf kalt duschen schädlich?
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 25 Nov 2014 23:05:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielleicht weil es die Poren schließt? Also duschte ich die Kopfhaut warm ab juckte es zu schlimmes Zeiten fast noch mehr und viel mehr Haare vielen aus - duschte ich aber Eiskalt juckte es nicht und es gingen viel viel weniger Haare drauf.
