

---

Subject: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [neverx](#) on Mon, 05 Dec 2011 12:50:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Vorgeschichte

Anfang 2010 habe ich das erste Mal entdeckt, dass sich mein Haupthaar allmählich lichtet. 2 Monate danach habe ich zum Rasierer gegriffen und circa. 5 Monate nen 6mm-Schnitt. Ich interessierte mich in dieser Zeit eig nicht wirklich für den HA, erntete jedoch nicht allzu positive Meldungen bezüglich meiner neuen 'Frisur', da ich eine große Delle im Hinterkopf habe...

In dieser Zeit entdeckte ich dann dieses Forum hier, ob das positiv oder negativ war weiß ich bis heute noch nicht.

Ich begann im September 2010 14 Monatelang Fin/Minox topisch zu verwenden, jeden abend 2mL, mit dem ich aber aufgehört habe, da mir diese klebrige Flüssigkeit tierisch auf die Nerven ging (hatte mittlerweile längere Haare) und zugleich bekam ich auch Paranoia, womöglich beim Auftragen eine kleine Stelle am Kopf zu übersehen. Momentan nehme ich 0,8mg/d Fin oral, mal sehen was dabei rauskommt.

Aber Fakt ist:

Seit ich dieses Forum entdeckt habe und mit der Behandlung begonnen habe, hat sich mein Leben maßgeblich verändert. Es gibt KEINEN Tag seitdem, an dem ich nicht an meinen Haarausfall denke, ich bekomme es einfach nicht mehr aus dem Kopf. Von der ständigen Fotografiererei mit Blitz von meinem Oberkopf fang ich jetzt mal garnicht erst an zu sprechen.

Deswegen auch die Umstellung von Fin topisch auf oral, da ich nicht in meinen Haaren rumwuseln muss und wieder 50 Haare in der Hand habe sondern Tablette rein und nicht zulang in den Spiegel schauen.

Ich habe mich eig immer selbst geliebt, würde zugeben dass ich sogar arrogant war, da ich mit meinem Aussehen sehr zufrieden war.. Ich legte immer schon sehr viel Wert auf eine super Frisur, vielleicht zuviel.

Ich habe mich in den letzten 1,5 Jahren verändert, ich suche nicht mehr die Aufmerksamkeit von Menschen, will nicht mehr im Mittelpunkt stehen, meide zu helles Tageslicht - Räume mit starker Beleuchtung, gefalle mir auf keinem Foto mehr, fange an mich hässlich zu fühlen, Angst vor Treffen mit neuen Mädels usw.

Ist jetzt überspitzt formuliert, kommt der Wahrheit aber ziemlich nahe. Ich habe über diese (für mich mittlerweile extreme) Belastung mit Niemandem gesprochen da ich bis heute nicht so Recht glauben kann, dass ich mir mein Leben wegen ein paar Scheißhaare so zur Hölle mache.

Ich erkenne mich nicht mehr wieder.

Die einzige Hoffnung die ich habe ist, dass der Prozess, es endlich zu akzeptieren, einfach

länger andauert als ich gedacht habe.

PS:

Ich kann von solchen Leuten, die solche Jammereien wie ich gerade schreiben, eig nichts abgewinnen, da es viel schlimmere Dinge im Leben gibt. Soviel dazu.

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [malle](#) on Mon, 05 Dec 2011 18:24:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi!

Ich kann Dich nur zu gut verstehen...mir geht es ganz ähnlich wie Dir!!! Du hast genau dasselbe Muster an HA wie ich, nicht nur die Geheimratsecken werden größer, es lichtet sich der ganze Oberkopf!!!!!! Gerade bei Leuten wie uns ist auch eine HT sehr grenzwertig zu betrachten, aufgrund der Größe des zu behandelnden Areals...wir müssen uns wohl oder über damit abfinden....

Genau das ist es, was mich so zum verzweifeln bringt. Dazu kommt noch die Geschwindigkeit. Ist es bei Dir auch so, dass Du alle paar Wochen nach dem rasieren denkst es ist schon wieder weniger geworden??? Mir geht es so...

Bei mir ist es z.B. so, dass wenn ich schlecht drauf bin wg der Haare sogar schon manche Dinge dann nicht tue oder meide....und das obwohl ich kein unattraktiver Typ bin (denke ich)...

Auch bei den anderen von Dir geäußerten Dingen stimme ich Dir zu oder verhalte mich auch so, da sind wir uns anscheinend sehr ähnlich...

Gruß

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Diamand568](#) on Tue, 06 Dec 2011 13:28:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Genau das selbe hatte ich auch. Mir hats geholfen mit dem Haarausfall als solchen abzuschließen und die Haare als verloren anzusehen und nicht mehr dafür zu kämpfen. Probiert mit Streuhaar oder anderen Formen von Haarverdichtung oder gleich mit einem Toupet. Wenn du dich einliest hier, wirst merken dass das wohl mit die beste Lösung ist.

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [Minim@I\\_Nbg](#) on Mon, 02 Jan 2012 10:36:40 GMT

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

---

Also ich kann auch nur zu sehr mit dir mitfühlen. Als ich in deinem Alter war (jetzt 29), konnte man bei mir ähnlich wie bei dir jetzt, eine Lichtung am Oberkopf feststellen. Wie unschwer in der Signatur zu erkennen ist, habe ich mich nicht damit abfinden wollen und zwei HT's gemacht... Nuna ja... in den letzten 6 Monaten sind mir nun die Resthaare ausgegangen, weshalb ich nach einer eher kurzen Freudenzeit wieder am Boden der Tatsachen angekommen bin.... Seit knapp fünf Jahren kostet mich das Thema Haare täglich viel Zeit. Jeder Strebergarten wäre einfacher zu pflegen. Im Ernst, durch die HT's werde ich das Thema nun nicht mehr abschließen können. Das wird eine Never Ending Story bleiben....

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [CDee](#) on Mon, 02 Jan 2012 12:01:57 GMT

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

---

mir geht es auch ähnlich ... die haare bestimmen momentan mein leben ... ich gehe kaum noch weg, weil ich mich mittlerweile einfach hässlich fühle und merke, dass die leute mich anders wahrnehmen ... hab so das gefühl, dass mir jeder aussem weg geht, früher wars umgekehrt, leute sind immer sehr gern auf mich zugegangen... ich würde mich am liebsten nur noch zuhause einschließen, bin auch in psychologischer behandlung, was einem fürs aussehen allerdings auch net wirklich was bringt ... haarausfall ist einfach der größte rotz, vor allem, wenn man keine gute kopfform dafür hat ... bei dunkelhaarigen mit eher dunkler haut und guter kopfform siehts meistens gut aus, ich hab blonde haare, bin ein heller typ und hab net die optimale kopfform, deswegen deutlich schlechter als mit haaren ...

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [Diamand568](#) on Fri, 06 Jan 2012 09:56:52 GMT

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

---

Hast du denn mal mit einem Haarteil probiert?

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [CDee](#) on Fri, 06 Jan 2012 10:10:05 GMT

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

---

Diamand568 schrieb am Fri, 06 January 2012 10:56 Hast du denn mal mit einem Haarteil probiert?

glaub net, dass ich damit besser fühlen würde ...

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [neverx](#) on Fri, 30 Mar 2012 07:40:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Leute!

Bei mir ist es ein auf und ab mit meinem Haarausfall. Ich habe momentan wieder längere Haare und habe meinen lichten Hinterkopf gegen den Wirbel frisiert und mit Haarlack gefestigt. Von den Aufnahmen her bin ich eig recht zufrieden gewesen, doch bei starkem Lichteinfall bemerkt man den verzweifelten Versuch, lichte Stellen mit Resthaaren zu kaschieren, d.h. man sieht deutlich die Kopfhaut durch und dass ich es einfach nicht wahrhaben will.

2 Leute aus meinem Bekanntenkreis (nicht Freunde, aber die man eben auch beim Ausgehen trifft) haben sich dazu auch geäußert. Der eine ging recht offensiv an das Thema ran und wies mich auf meine Versuche hin, den Haarausfall zu kaschieren.

Die andere Situation war mir noch unangenehmer beim Ausgehen, als der 2. Bekannte unmittelbar neben mir mit einer Dame flirtete, wobei ich im Augenwinkel bemerkt habe, dass sie über meine zugegebenermaßen komische 'Frisur' diskutierten bzw. sich darüber lustig machten.

Was soll ich sagen, als ich das mitbekommen hatte war ich wie paralysiert, ich brachte kein Wort mehr raus und verabschiedete mich auch kurze Zeit darauf und ging komplett verstört nach Hause.

Warum verletzt mich das so dermaßen? Warum ist es mir nicht einfach egal, was andere denken?

Ich glaube selbst die Antwort auf diese Frage zu kennen: Selbstliebe ist das Schlüsselwort.

Aber wie kann ich mich selbst lieben, wenn ich mir insgeheim überhaupt nicht gefalle ? Ich bekomme Frauen nachwievor, beim Ausgehen im eher düsteren Licht bemerkt man meinen schlechten Haarstatus eig auch nicht, bin eig sogar ein relativ guter Verführer, wenn Ihr wisst was ich meine.

Aber die Vorstellung, wirklich eine Frau an meiner Seite zu haben, die dann sieht, wie mich Tag ein Tag aus mein Haarausfall runterzieht möchte ich eigentlich keinem zumuten, bzw. die Angst davor, wenn ich mal nicht top gestyled am Kopf bin, wo man dann wirklich sieht, welches Ausmaß der Haarausfall bei mir hat schreckt mich wirklich sehr zurück.

Vielleicht hat der ein oder andere von euch ähnliche Erlebnisse gehabt bzw. sogar Tipps für mich!

Lg

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Anson](#) on Fri, 30 Mar 2012 08:16:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@neverx

Ich kann dich nur zu gut verstehen denn bei mir ist es das gleiche mit dem kaschieren und mit den gedanken nur dass ich bei mir die front versuche zu kaschieren...

das zieht echt einen stark runter und das denken an eine glatze kommt immer häufiger, jedoch versuche ich mir ab und zu einzureden dass es doch eigentlich in ordnung ist etwas zu kaschieren

immerhin geht keine frau ohne schminke aus dem haus und kleine brüste werden mit push ups aufgepuscht also sind wir da doch nicht die einzigen die etwas kaschieren oder nicht?

immerhin will doch jeder sich wohl fühlen, deswegen stylt man sich geht trainieren und bei uns gehört halt noch das kaschieren dazu

was meinst du ?

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [neverx](#) on Fri, 30 Mar 2012 08:24:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nunja, da hast du schon recht, aber wenn das Kaschieren dann eher schon nach Verzweiflung aussieht und man trotzdem sieht, dass ne Glatze kommt weiß ich nicht genau was ich machen soll. Ich kaschiere momentan überhaupt nix mehr, lasse meine Haare so liegen, wie die Natur es für sie eben bestimmt hat.

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Silent Blood](#) on Tue, 01 May 2012 21:53:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es ist beinahe unheimlich, wie sehr sich eure Probleme mit meinen ähneln. Bei mir genau das gleiche, die paar Hornfäden (mehr ist´s ja nicht) diktieren mein komplettes Leben. Selbst wenn ich mir selber immer wieder erkläre, dass es nur Haare sind, ändert das am inneren Würgereizabsolut nichts. Ich bekomme täglich mehr das Kotzen, wenn ich mich ansehe. Es kann doch nicht sein, dass man in den Spiegel sich selber anguckt und dann Übelkeit bekommt. Früher fand ich mich sympathisch, jugendlich, jetzt nur noch total fertig, zerlebt, freakig. Ich wohne in mir, bin aber nicht mehr ich. Denke oft an Suizid.

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Silent Blood](#) on Tue, 01 May 2012 21:56:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

neverx schrieb am Fri, 30 March 2012 09:40Hallo Leute!

2 Leute aus meinem Bekanntenkreis (nicht Freunde, aber die man eben auch beim Ausgehen trifft) haben sich dazu auch geäußert. Der eine ging recht offensiv an das Thema ran und wies mich auf meine Versuche hin, den Haarausfall zu kaschieren.

Die andere Situation war mir noch unangenehmer beim Ausgehen, als der 2. Bekannte unmittelbar neben mir mit einer Dame flirtete, wobei ich im Augenwinkel bemerkt habe, dass sie über meine zugegebenermaßen komische 'Frisur' diskutierten bzw. sich darüber lustig machten.

Was soll ich sagen, als ich das mitbekommen hatte war ich wie paralysiert, ich brachte kein Wort mehr raus und verabschiedete mich auch kurze Zeit darauf und ging komplett verstört nach Hause.

Lg Sowas passiert mir auch immer wieder. Einmal meinten so zwei Gören, dass ich mir "Haare wachsen lassen" solle. Ich fühlte mich auf einmal so schwach und schlecht gelaunt, zeitgleich stieg eine verzweifelte Wut in mir hoch und ich wusste nicht, ob ich auf die Menschen, die sowas labern oder auf meinen Körper mehr wütend sein soll.

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Mita](#) on Fri, 11 May 2012 11:53:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich weiss es noch genau. 2010 war es, als mir jemand gesagt hat, dass ich da vorne Haare verliere... dass man mehr 'reinschauen' kann.  
Seit dem hat sich mein Leben komplett verändert. Ich hab mich noch mehr zurück gezogen, Dinge ausgelassen, Depressionen und der ganze Scheiss.  
Der Witz dabei ist aber, dass ich schon 3-4 Jahre so rumgelaufen bin. Der Status war schon etwa so seit 4 Jahren! Das habe ich beim nachträglichen Betrachten von Fotos festgestellt. Ich hab nix bemerkt, jemand anderes auch nicht. Meine Haare waren immer sehr kurz und der HA verlief sehr sehr langsam. Hätte derjenige nichts gesagt, mein Leben wäre wohl jetzt komplett anders. Das kann ich sagen, weil ich mein Studium seit dem schleifen lassen habe. Extrem.

Zu allem Übel war die Person, die mich auf den HA hingewiesen hat, auch noch mein eigener Vater...

Natürlich ist dass MEIN Problem, weil ich nicht damit umgehen kann... weil das inzwischen mein ganzes Leben einnimmt. Wenn ich meine Haare 5cm wachsen lasse, dann sieht man nix mehr davon. Das hilft mir selber aber nur wenig, da ICH es weiß.

Mich kotzt das so was von an, dass man praktisch sein eigenes Leben mit so einem Scheiss... versaut, oder zumindest negativ beeinträchtigt lässt.

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Med159](#) on Sun, 13 May 2012 13:52:17 GMT

Also ja hallo erstmal ^^

Ich habe Haarausfall seit ich 15 bin!!! Die Person die mich darauf hingewiesen hat war meine Mutter. Habe mir am Anfang nichts dabei gedacht, weil ich meine Haare ziemlich kurz trug und sie WIRKLICH überfürsorglich ist. Ein Jahr später merkte ich es dann beim Fotos vergleichen. Es war minimal aber es ist mir aufgefallen. Dann war ich bei verschiedenen Ärzten und es stellte sich heraus das es nichts krankhaftes ist. Seitdem plagt es mich wie verrückt. Ich war erst 16 und hatte Haarausfall. Bekannte und Freunde bemerkten es dann ein Jahr später aber bis auf einige Blicke die sie mir zuwarfen wenn sie glaubten das ich gerade nicht hinschau war da nichts. Aber das hat dann auch schon gereicht um mich trauriger zu machen. Das war dann auch die Zeit wo ich dann anfang fiel Haare zu verlieren. Nun ja... Jetzt bin ich 18 und habe mir vor 3 Wochen ne Glatze schneiden lassen. Alle 5-7 Tage rasiere ich mir selber die Stoppeln weg. In der Schule (bin letztes Jahr im Gymnasium habe ich dann mehrere Reaktionen beobachten können. Es gab die die sagten, dass es mir passt dann die die kurz überrascht waren es aber dann ignorierten und dann die meinten warum ich mir sowas antue. Bei den letzteren habe ich mir nur WTF gedacht. Weil es waren auch die von denen ich am meisten mitbekommen habe, dass sie hinter meinem Rücken über meinen Haarausfall reden... Halt nicht immer was gemeines aber sie tuschelten dann immer mit Blick auf meine Haare und das hat sich einfach nur mies angefühlt. Darum auch der Entschluss mir die Glatze machen zu lassen.

Ich habe immer schon glänzende Glatte Haare gehabt und ich hasse es, dass ich mir jetzt ne Glatze schneiden muss. Minoxidil hat nix geholfen und bei der Transplantation hats gheißen ich soll noch 4-6 Jahre warten. Das mein Haarkranz sehr dünn ist hilft da auch nicht viel. Von der Kopfform her passt eh. Und bin auch eher dunkel nur leider nicht unbedingt groß und auch nicht schlank bzw muskolös. NUR selbst dann würde ich keine Glatze wollen. Die Sache mit dem finde dich einfach damit ab funkt leider nun mal nicht so wie man sichs wünscht. ich red ma immer wieder ein das ich mich damit abgefunden habe und ein paar wochen später sitze ich dann da traurig vorm spiegel.

Es wird ja auch oft gesagt, dass einige Stars auch Glatzen tragen und da sage ich dann auch nur: Glaubst du, dass er ne Glatze tragen würde wenn er volles Haar haben könnt? Natürlich ist das nicht 100%ig zu beantworten aber ich glaube das es nicht so wäre.

Glatze ist zwar an und für sich recht praktisch aber gefallen tu ich mir mit Haaren mehr...

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Goodbye\\_Hair!](#) on Tue, 19 Jun 2012 20:30:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Die Überschrift sagt alles! Ich bin der, der vor ziemlich genau einem Jahr, sich nach 20 Jahren Haarteile ENDLICH davon getrennt hat! Dieses Jahr war in Bezug auf meine Persönlichkeitsfindung und FREIHEIT eins der schönsten in meinem Leben! Hätte ich früher zu Haarteil-Zeiten NIE gedacht.

Habe mein Leben dem Haarteil angepasst, verschieden Sportarten vermieden, wie überhaupt alles was mit Schwitzen zu tun hat. Dachte VOR dem Abnehmen des Haarteils, dass danach mein Selbstbewusstsein in den Keller geht. Aber nein, alles ist besser!!

Ca. 8 mm Haarschnitt (wo noch welche sind) und 3 Tage Bart sind seitdem mein Look!

Und , ich schwöre es euch, ich habe seitdem MEHR Chancen bei Frauen, weil es wohl einfach cooler aussieht und ich lockerer und freier rüber komme, einfach authentischer!!

Mein ernst gemeinte Tipp, wenn ihr noch kein Haarteil habt:

Es kostet im Lauf der Jahre sehr viel Geld. Geht zu einem guten, SERIÖSEN

Hypnose-Therapeuten, der euch diverse Ängste nehmen kann, und ihr werdet lernen zu euch zu stehen.

Haarteil weg! Eine der besten Entscheidungen in meinem Leben!!

Ich mache nun nur Minoxidil auf die Rübe, was meinen Status seitdem zumindest hält.

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [Brosec](#) on Wed, 20 Jun 2012 14:03:54 GMT

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

---

Was hat dich dein Haarteil über die Jahre so gekostet, und was haben bekannte verwandte gesagt als du plötzlich von einem auf den anderen Tag sozusagen alle haare verloren hast?

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [mehr Haare 2012](#) on Wed, 20 Jun 2012 15:34:51 GMT

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

---

Med159 schrieb am Sun, 13 May 2012 15:52

Glatze ist zwar an und für sich recht praktisch aber gefallen tu ich mir mit Haaren mehr...

Am besten deine ansicht nicht verschweigen.

Mit jedem drüber reden und es öffentlich machen. Die Menschen sollen ruhig erfahren wie sich so etwas anfühlt.

Nur wenn man sein Problem in die Öffentlichkeit trägt kann die Öffentlichkeit sich damit auch auseinandersetzen.

Quantität. Ich wünsche dir alles Beste.

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [Goodbye\\_Hair!](#) on Wed, 20 Jun 2012 17:08:15 GMT

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

---

Brosec schrieb am Wed, 20 June 2012 16:03Was hat dich dein Haarteil über die Jahre so gekostet, und was haben bekannte verwandte gesagt als du plötzlich von einem auf den anderen Tag sozusagen alle haare verloren hast?

Was es wirklicj gekostet hat 20 Jahre lang Haarteile + Pflege, oje...

---

Habe ich noch nie ausgerechnet. Aber sagen wir mal alle 2 Jahre ein neues Teil für 700 € MIND macht 7000 € plus Pflegemittel und Servicetermine. Ich würde sagen, dass ich alles in allem bestimmt 10000 ausgegeben habe.

Zur Resonanz auf meine Entscheidung, ohne Haarteil zu leben, lies einfach diesen Beitrag von mir:

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/19517/>

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [pilos](#) on Thu, 21 Jun 2012 17:03:51 GMT

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

---

Goodbye\_Hair! schrieb am Tue, 19 June 2012 23:30

Ich mache nun nur Minoxidil auf die Rübe, was meinen Status seitdem zumindest hält.

trotzdem, sonnenschutz nicht vergessen...,...sonne ist für eine glatze gift...

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [Goodbye\\_Hair!](#) on Thu, 21 Jun 2012 17:10:27 GMT

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

---

[pilos](#) schrieb am Thu, 21 June 2012 19:03 [Goodbye\\_Hair!](#) schrieb am Tue, 19 June 2012 23:30

Ich mache nun nur Minoxidil auf die Rübe, was meinen Status seitdem zumindest hält.

trotzdem, sonnenschutz nicht vergessen...,...sonne ist für eine glatze gift...

---

Nächste Woche gehts auf Malle, da kommt Faktor 20 auf die Rübe. Aber hier in D mache ich gar nichts drauf. Der Kopf muss schön gleichmäßig braun sein. Nur so sieht eine (fast)Glatze gut aus. Schneeweiß sieht man ja aus wie ein Schwerkranker.

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst

Posted by [Legende](#) on Thu, 21 Jun 2012 18:14:42 GMT

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

---

[pilos](#) schrieb am Thu, 21 June 2012 19:03

---

trotzdem, sonnenschutz nicht vergessen...,...sonne ist für eine glatze gift...

Ja und wie soll ich das bei einem Haarschnitt 1-5 mm machen?

---

---

Subject: Aw: Im Einklang mit sich selbst  
Posted by [Goodbye\\_Hair!](#) on Thu, 21 Jun 2012 18:24:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kimimaro schrieb am Thu, 21 June 2012 20:14pilos schrieb am Thu, 21 June 2012 19:03

trotzdem, sonnenschutz nicht vergessen...,...sonne ist für eine glatze gift...

Ja und wie soll ich das bei einem Haarschnitt 1-5 mm machen?

Das ist doch kein Problem. Einfach ganzen Kopf einschmieren. Bei den kurzen Haaren wirkt das nicht fettig und abends wäschst du die Haare.

---