
Subject: Haare zu oft waschen ungesund?
Posted by [BlackBoSs](#) on Tue, 18 Dec 2012 15:25:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leute,

Wie oft sollte man eigentlich die Haare in der Woche waschen ?

Ich wasche meine Haare alle 2 Tage - ist das ungesund für die Haare (erblich bedingter Haarausfall - seit 3 Jahren täglich 1,25mg Finasteridmittel)

Meine Haare werden nach 2 Tagen spätestens schon so langsam fettig..
Sind fettige Haare gesunde Haare? die einen sagen ja die anderen nein :S

Lg

Subject: Aw: Haare zu oft waschen ungesund?
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Tue, 18 Dec 2012 15:34:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schon mal was vom Säure Schutzmantel der Haut gehört?

Den wäscht du dir immer schön runter so das sich Pilze Viren und Bakterien Ansiedeln können.

2.ten durch das viele Haarewaschen trocknet die Kopfhaut aus da der Talg weggewaschen wird und der Körper wieder versucht sein PH Wert zu erlangen. Daher wird mehr Talg Produziert und somit erscheinen die Haare nach kurzer Zeit Fettig. (Teufelskreislauf)

Die erhöhte stimulation der Talgdrüsen begünstig den Haarausfall.

Wen Shampoo dann 1 x im Monat. 2 mal in der Woche nur mit Wasser die Haare Spülen. Wildschweinborsten Bürste verwenden um den überschüssigen Talg und Schuppen zu entfernen. (Fördert auch die Durchblutung der Kopfhaut)

Subject: Aw: Haare zu oft waschen ungesund?
Posted by [pilos](#) on Tue, 18 Dec 2012 15:56:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

BlackBoSs schrieb am Tue, 18 December 2012 17:25Hallo Leute,

Wie oft sollte man eigentlich die Haare in der Woche waschen ?

Ich wasche meine Haare alle 2 Tage - ist das ungesund für die Haare (erblich bedingter Haarausfall - seit 3 Jahren täglich 1,25mg Finasteridmittel)

Meine Haare werden nach 2 Tagen spätestens schon so langsam fettig..
Sind fettige Haare gesunde Haare? die einen sagen ja die anderen nein :S

Lg

täglich kannst auch

alles harmlos

alle shampoos haben den richtigen pH

dht löst sich im talg...reichert sich an und wirkt lokal wie eine DHT-Lotion

alle haare die noch auf dem kopf sind..sind gesund...

wenn es schnell fettet muss auch oft gewaschen werden..mit einem shampoo für trockenes haar

Subject: Aw: Haare zu oft waschen ungesund?
Posted by [mike](#). on Tue, 18 Dec 2012 16:02:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Tue, 18 December 2012 16:56

dht löst sich im talg...reichert sich an und wirkt lokal wie eine DHT-Lotion

.....

alle haare die noch auf dem kopf sind..sind gesund...

schräg

haarkranke haben leider eine dünne und schuppige haarstruktur..die haare sauen fett auf.. wirken dadurch voller, wenn zuviel dann matt
es gibt dann strohiges haar wenn kein talg, oder wenn talg>fettig
haargesunde (meist frauen) haben auch in den spitzen einen gleichmäßigen glanz-schimmer...

Subject: Aw: Haare zu oft waschen ungesund?
Posted by [BlackBoSs](#) on Wed, 19 Dec 2012 22:57:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschaub schrieb am Tue, 18 December 2012 16:34 Schon mal was vom Säure Schutzmantel der Haut gehört?

Den wäscht du dir immer schön runter so das sich Pilze Viren und Bakterien Ansiedeln können.

2.ten durch das vielle Haarewaschen trocknet die Kopfhaut aus da der Talg weggewaschen wird und der Körper wieder versucht sein PH Wert zu erlangen. Daher wird mehr Talg Produziert und somit erscheinen die Haare nach kurzer Zeit Fettig. (Teufelskreislauf)

Die erhöhte stimulation der Talgdrüsen begünstig den Haarausfall.

Wen Shampoo dann 1 x im Monat. 2 mal in der Woche nur mit Wasser die Haare Spülen. Wildschweinborsten Bürste verwenden um den überschüssigen Talg und Schuppen zu entfernen. (Fördert auch die Durchblutung der Kopfhaut)

hab ich das jetzt richtig verstanden .. :S

- NUR einmal im MONAT mit Shampoo waschen (verwende derzeit Alpecin) - und wenn ich dann die Haare waschen sollte nur mit Wasser ??

- kann man auch mit Wildschweinborsten Bürste kein Haarausfall haben ?? da das ja leicht weh tut wenn man damit die haare kämmt, und sobald es weh tut zerstöre ich ja die haut und die haare oder nicht?

- übrigens wie kann ich den Haaren auf natürlicher Weise Volumen schenken ? Irgendwie hab ich das Gefühl (vl vom öfteren waschen) dass meine Haare immer dünner werden ...

LG

Subject: Aw: Haare zu oft waschen ungesund?

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Thu, 20 Dec 2012 07:06:25 GMT

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

Ich habe früher auch Alpecin benutzt. Gebrachts hats gar nichts.

Habe gute Erfahrung mit dem hier:

<http://www.iherb.com/DS-Laboratories-Revita-High-Performance-Hair-Stimulating-Shampoo-6-oz-180-ml/45872>

oder halt Babyshampoo.

Wen es wehtut machst du was falsch. Einfach mit weniger Druck bürsten.

Öl kann dein Haar die Fülle wieder geben. Aber da du den Talg immer wegwäscht ist es kein wunder.

Du kannst zb Castor oder Emu Öl nehmen.

Oder eine fertige Öl Mischung. Mit dieser sind sogar einem Glatzkopf wieder ein paar Härchen gewachsen.

http://hairdrenalin.com/Shop_For_Thinning_Hair.html

Rezept zum selber machen:

<http://www.naturallycurly.com/recipes/view/226-valeries-hairdrenalin-potion-16oz-scalp-oil>

Mann kann statt Zwiebel und Knoblauch Öl auch das Getrocknete Pulver nehmen.

Um den Geschmack zu neutralisieren eignet sich Chllorophly sehr gut.

Subject: Aw: Haare zu oft waschen ungesund?

Posted by [swissTemples](#) on Thu, 27 Dec 2012 14:05:11 GMT

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

Du kannst deine Haare täglich waschen, gar kein Problem. Der Mythos, dass dadurch deine Talgdrüsen überproduzieren ist nur das, ein Mythos. Rene erzählt hier nur von Hörensagen statt von Dermatologischem Wissen, leider.

Aufpassen würd ich jedoch wenn du ein sehr starkes Shampoo hast das deine Kopfhaut reizen kann, da ist weniger natürlich mehr.

Ahja und mal so nebenbei, unreine Kopfhaut sei es durch Talg oder sonstwas kann durchaus Haarwachstum behindern, der Skalp braucht kein Talg oder Öl level. Pilos hat dir eigentlich schon alles gesagt was du wissen musst.
