
Subject: Sauna

Posted by [dontworry](#) on Mon, 28 Sep 2015 15:56:00 GMT

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

Wie schlecht/gut sind Saunas für die Haare.

Ich nehme rezent mehrmals morgens immer eine eiskalte Dusche und habe bemerkt, dass dies stark die Kopfhaut entlastet bei der Entzündung der Follikel. Sie fühlt sich jetzt viel besser an. Dennoch möchte ich jetzt gern regelmässig die Sauna besuchen weil dies stark meine alljährliche Winterdepression mildert!

mfg!

Subject: Aw: Sauna

Posted by [kkoo](#) on Mon, 28 Sep 2015 16:31:14 GMT

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

hodorintown schrieb am Mon, 28 September 2015 17:56Wie schlecht/gut sind Saunas für die Haare.

Ich nehme rezent mehrmals morgens immer eine eiskalte Dusche und habe bemerkt, dass dies stark die Kopfhaut entlastet bei der Entzündung der Follikel. Sie fühlt sich jetzt viel besser an. Dennoch möchte ich jetzt gern regelmässig die Sauna besuchen weil dies stark meine alljährliche Winterdepression mildert!

mfg!

Hilft vielleicht ein wenig der Kopfhaut, aber wird AGA kaum mildern.

Subject: Aw: Sauna

Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 29 Sep 2015 09:21:00 GMT

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

Also passieren wird da nix. Ich machs hin und wieder auch, und meinen Haaren gehts blendend! Dürfte das kleinste Problem sein.

Subject: Aw: Sauna

Posted by [REMOLAN](#) on Tue, 29 Sep 2015 12:51:07 GMT

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

Nach der Sauna halt immer bald waschen, damit es auch den reinigenden Effekt hat und nicht der ganze Mock auf der Kopfhaut kleben bleibt. Nicht in übermäßig heiße Saunas gehen und nicht zu lang drin bleiben.

Dann is es generell gut für die Haut.

So Eukalyptusaufgüsse sind auch wohltuend.

Subject: Aw: Sauna

Posted by [clark](#) on Tue, 29 Sep 2015 15:56:18 GMT

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

nach den Sauna-Gängen sehe ich in den Spiegel und habe das Gefühl, dass ich fast gar keine Haare mehr habe. Ich ging gerne in die Sauna, nur graut es mir danach...

Subject: Aw: Sauna

Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 29 Sep 2015 18:50:29 GMT

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

Ich nutzte meinen letzten Saunagang, um mich meiner Blähungen zu entledigen. Es schien, als würden die Furzgase durch die Hitze nur noch weiter aufgeköcht und der Gestank dadurch in neue, schier unerträgliche Sphären getrieben. Plötzlich stand eine Dame in der Tür, augenscheinlich um ebenfalls die Sauna zu betreten. "Geht es ihnen nicht gut?", war die Frage, bevor sie mit verzogenem Gesicht auf der Stelle kehrt machte und mich in meiner Gaswolke alleine ließ.

Subject: Aw: Sauna

Posted by [Paperbird](#) on Tue, 29 Sep 2015 20:04:44 GMT

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

Liebestöter!

Subject: Aw: Sauna

Posted by [dontworry](#) on Wed, 30 Sep 2015 07:04:02 GMT

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

Vielen Dank!

Werde dann weiter die Sauna besuchen ^^

Subject: Aw: Sauna

Posted by [cookie](#) on Sun, 22 Nov 2015 09:35:26 GMT

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

Aber bitte meide lieber die Sauna vom Pandemonium

Subject: Aw: Sauna
Posted by [Karina](#) on Sun, 22 Nov 2015 13:17:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde sagen, das hängt davon ab, wie licht der Kopf schon ist, v. A. der Oberkopf, weil ja dort am Meisten Hitze hinkommt, umso mehr je weiter oben man sitzt.

Ich bin Hardcore-Saunistin (ohne Blähungen) und komme wöchentlich auf mind. 5 Aufgüsse ganz oben sitzend. Damit meine schon sehr gelichtete Kopfhaut nicht so sehr in Mitleidenschaft gezogen wird, trage ich einfach einen Saunahut oder wickel mir ein Handtuch um meine Haare.
