

---

Subject: Führt Schweiß zu HA ?  
Posted by [Foxy](#) on Sun, 02 Jul 2006 05:23:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mir fällt auf das ich seit der Sommerhitze mehr Haare verliere nicht unbedingt wegen Sonne/UV usw..

Sondern weil ich auf dem gesamten Kopfbereich sehr stark schwitze am Körper dagegen fast überhaupt nicht!

In unserer Halle(Arbeit) herrscht eine sehr hohe Luftfeuchtigkeit und mir läuft dem ganzen Tag das Wasser nur so von der Birne die Kopfhaut juckt und brennt dann immer! führen eventuell die Salze und was noch so drin ist zu HA??

fällt mir auch im Winter auf wenn die Halle geheizt wird und zusätzlich die Abwärme der Maschinen da ist es auch unerträglich heiß drin! und Schweiß in Strömen wenn man viel Arbeit hat trocknet die Kopfhaut dann wieder juckt und brennt es dann immer ne Zeitlang! Hauptsächlich auf meiner Problemzone(Front) und nach der Kopfwäsche deutlich mehr Haare im Sieb!

Foxy

---

---

Subject: Re: Führt Schweiß zu HA ?  
Posted by [Foxy](#) on Sun, 02 Jul 2006 05:50:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hab dazu was gefunden!

P.s es kann auch durch die hohe Hitze/Schweiß und dann mehr Stress zu HA führen!

[http://www.sprechzimmer.ch/sprechzimmer/Fokus/Haarausfall/Aktuell/Haarverlust\\_ist\\_Hautsache.php](http://www.sprechzimmer.ch/sprechzimmer/Fokus/Haarausfall/Aktuell/Haarverlust_ist_Hautsache.php)

[http://www.dr-dennerlein.de/praxis\\_bib\\_haare.htm](http://www.dr-dennerlein.de/praxis_bib_haare.htm)

Auch Sportler leiden oft unter schnell fortschreitendem Haarverlust. Milchsäure aus starker Muskelbeanspruchung und erhöhte Mineralstoffverluste durch Schwitzen führen dazu, dass Mineralstoffe und Spurenelemente dauerhaft aus dem Haarboden verzehrt und ausgeschwemmt werden.

P.s

Kann man eigentlich Mineralstoffe und Spurenelemente auch über die Kopfhaut zuführen?  
oder nur Oral durch Vitamine-Nahrung usw..

Foxi

ZSZ: Können Haarprobleme auch mit der Haut zu tun haben?

Ralph M. Trüeb: Stressoren können durch spezifische Veränderungen Hautkrankheiten zum Ausbruch bringen: z.B. durch übermässiges Schwitzen und durch Überfettung der Kopfhaut. Dadurch kann es zu Ekzemkrankheiten (Neurodermitis, seborrhoisches Ekzem), Kopfschuppen und Missempfindungen an der Kopfhaut kommen

---

Subject: Re: Führt Schweiß zu HA ?  
Posted by [Searcher](#) on Sun, 02 Jul 2006 06:28:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja das kenn ich auch.  
Bin aber bis jetzt immer davon ausgegangen, das sich durch das Schwitzen die Poren erweitern, und sich deshalb mehr, sich in der Telogenphase befindlichen Haare, rausziehen lassen, bzw schneller ausfallen (genauso wie beim Haarewaschen).

---

Subject: Re: Führt Schweiß zu HA ?  
Posted by [loydd](#) on Sun, 02 Jul 2006 08:15:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dann sollte ich wohl mal das tägliche Haarewaschen sein lassen.....

---

Subject: Re: Führt Schweiß zu HA ?  
Posted by [kkoo](#) on Sun, 02 Jul 2006 09:03:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

na Schwitzen selbst ist bestimmt nicht das Problem, denke ich. wenn überhaupt, dann, wie in Foxis Quellen angegeben, mögliche Verluste an Mineralstoffen. wobei ich bezweifle, dass man bei entsprechend vernünftiger Ernährung sich wg. Schwitzen ein Mangel entwickelt.

eher schon kann Stress HA fördern, hatten wir des öfteren, gibt es u.a. vom Paus Studien zu...

---

Subject: Re: Führt Schweiß zu HA ?

Posted by [loydd](#) on Sun, 02 Jul 2006 09:32:32 GMT

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

---

eher schon kann stress HA fördern, hatten wir des öfteren, gibt es u.a. vom Paus studien zu...[/quote]

ganz deiner meinung, erfahre es gerade am eigenen Leibe!

---