

---

Subject: Sorge um Haarausfall und dünner werdendes Haar - Einfluss der Jahreszeit?

Posted by [Haarpeak1998](#) on Fri, 22 Dec 2023 12:28:25 GMT

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

---

Hallo zusammen, ich hoffe, es geht euch alles gut!

Ich wollte mich mit einem Anliegen an euch wenden, das schon seit längerer Zeit nicht mehr aus meinen Gedanken geht und immer wieder vor allem zur Winterjahreszeit auftritt. In den letzten Wochen habe ich festgestellt, dass meine Haare dünner wirken - das bereitet mir wirklich Kopfzerbrechen, obwohl ich ansonsten nicht suuuuper eitel bin. Dabei kam mir in den Sinn, ob es vielleicht etwas mit der Jahreszeit zu tun haben könnte. Auch wenn in Deutschland nicht übermäßiger Schneefall und Co. angesagt sind, frage ich mich, ob das regelmäßige Tragen von Mützen oder Kappen etwas damit zu tun haben könnte. Irgendwo habe ich aufgeschnappt, dass die Kopfhaut dann oft schlechter "atmen" kann und insbesondere in den kalten Jahreszeiten gereizt wird. Ich weiß, dass es oft unterschiedlichste Faktoren sind, die zusammenführen und Haarausfall beeinflussen können. Ich versuche mir nur, einen Überblick zu verschaffen.

Vielleicht kann mir jemand die Angst nehmen oder zumindest Licht in Dunkel bringen. Es wäre toll, wenn ihr eure Erfahrungen, Ratschläge etc. mit mir teilt. Vielen Dank im Voraus und schöne Feiertage!

Liebe Grüße!

Haarpeak 1998

---

---

Subject: Aw: Sorge um Haarausfall und dünner werdendes Haar - Einfluss der Jahreszeit?

Posted by [Icetea](#) on Fri, 22 Dec 2023 15:46:56 GMT

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

---

Bilder wären gut

Wenn du aber wirklich nennenswerten haarausfall hast mit dünnerem Haar an den typischen Stellen ist es vermutlich schlicht Aga auch wenn man zu Beginn oft versucht andere Auslöser zu suchen welche in den seltensten Fällen der tatsächliche Grund ist.

---

---

Subject: Aw: Sorge um Haarausfall und dünner werdendes Haar - Einfluss der Jahreszeit?

Posted by [Step7phan](#) on Fri, 12 Jan 2024 10:14:32 GMT

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

---

Der Grund für den Haarausfall im Winter ist irgendwie ganz klar: eine Reaktion auf niedrige Temperaturen.

Viele schützen sich zwar mit warmer Kleidung im Winter, aber eine Mütze oder einen Hut tragen die

wenigsten. Dabei müssen eben auch die Haare und die Kopfhaut vor der Kälte geschützt werden, ansonsten kann es sein, dass die Haare nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen versorgt werden.

---