
Subject: Rauchen und Haarausfall

Posted by [Gast](#) on Sun, 08 Jan 2006 19:14:27 GMT

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

Hallo,

Man liest immer mal dies und das.

Die einen sagen Rauchen ist zwar gesundheitschädlich (Klar) aber hat überhaupt nix mit Haarausfall zu tun.

(Oder halt dünner werdendem Haar)

Die anderen sagen daß Rauchen sehr wohl großen Einfluß auf den Haarstatus hat.

Ich selbst rauche sehr viel

Aber irgendwie beobachte ich im Bekannten und Kollegenkreis:

Die Raucher haben volles Haar und viele Kojaks sind Nichtraucher.

Was ist denn nun dran?

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [pilos](#) on Sun, 08 Jan 2006 19:26:45 GMT

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

Folli77 schrieb am Son, 08 Januar 2006 20:14

Aber irgendwie beobachte ich im Bekannten und Kollegenkreis:

Die Raucher haben volles Haar und viele Kojaks sind Nichtraucher.

Was ist denn nun dran?

das stimmt, habe ich auch beobachtet, vor allem bei extrem starke raucher...aber ich habe noch keine erklärung.....und das mit triggern ist nur blanke theorie....

alles was schädlich ist, muss quasi auch den haaren schaden...????

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 08 Jan 2006 19:43:21 GMT

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

Ich war schon immer Nichtraucher und bei mir fing der HA schon mit 17 an. Mein Bekannter ist inzwischen schon fast 60 und hat supervolles Haar, obwohl er schon mit 13 zu rauchen angefangen hat.

Nun gut, dies kann man darauf zurück führen, dass ich genetisch vorbelastet bin, mein Bekannter nicht. Ich denke, wenn man die Gene nicht geerbt hat, wird auch kein HA ausbrechen, auch wenn man noch so viel raucht.

Hat man jedoch die Erbanlagen zum HA, könnte das Rauchen durchaus den Verlauf verschlimmern. Was jedoch nicht bedeutet, dass wenn man gar nicht raucht, auch keinen HA bekommt...

Fazit: Rauchen ist für den ganzen Körper schädlich. Und somit natürlich auch für die Haare. DIE ultimative Ursache für HA ist es jedoch nicht (alleine).

Das hat Google ausgespuckt:

http://www.at-schweiz.ch/medien/view.php?message_id=1466

<http://www.forum.brillianthair.de/post.php?cat=3&fid=1&pid=2>

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [turbo-d](#) on Tue, 10 Jan 2006 11:23:23 GMT

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

halso wenn du nicht unter androgenetischer alopezie leidest dann hat rauchen absolut keinen einfluss auf den normalen ha. wenn du jedach unter aa leides dann kann rauchen den ha triggern, ich meine mal eine studio gelesen zu haben das rauchen den dht spiegel um ca 10% erhöht. ich habe vor 3 monaten aufgehört zu rauchen, kann aber keinen unterschied feststellen. se noch genauso starkt, ha im gleichen maße wie vorher.

http://www.at-schweiz.ch/medien/view.php?message_id=1466

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 10 Jan 2006 12:21:51 GMT

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

turbo-d schrieb am Die, 10 Januar 2006 12:23halso wenn du nicht unter androgenetischer alopezie leidest dann hat rauchen absolut keinen einfluss auf den normalen ha. wenn du jedach unter aa leides dann kann rauchen den ha triggern, ich meine mal eine studio gelesen zu haben

das rauchen den dht spiegel um ca 10% erhöht. ich habe vor 3 monaten aufgehört zu rauchen, kann aber keinen unterschied feststellen. se noch genauso starkt, ha im gleichen maße wie vorher.

http://www.at-schweiz.ch/medien/view.php?message_id=1466

So schnell geht das ja auch nicht. Selbst Minox braucht vieelle Monate, bis die Haare wieder nachgewachsen sind.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [turbo-d](#) on Tue, 10 Jan 2006 12:46:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich denke nicht das durch den stop des rauches wieder ausgefallene haare stärker wachsen d.h. dass sich eine verbesserung des ha status einstellt, sonder nur das der androgenetische haarverlust in etwas geringerem maße auftritt.
ausserdem kann man nach 3 monaten sehr wohl feststellen ob rauchen den ha beeinflusst hat.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [tino](#) on Tue, 10 Jan 2006 12:55:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Nein das ist nicht richtig. Gerade die Haardicke nimmt bei Einstellen des Rauchens zu,..weil so der IGF-1 Spiegel steigt(ist bei Rauchern erniedrigt),und auch beide antioxidativen Enzyme schon nach 2 Wochen wieder ansteigen.Bei Rauchern sind die Enzyme gestört,..besonders Selen und Melatonin(beides bestandteile von Gpx u SODase sind bei Rauchern stark erniedrigt).

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [chris22](#) on Tue, 10 Jan 2006 14:11:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ich noch einbringen möchte, ist, dass ich Ex Raucher kenne, die nach wenigen Wochen Nichtrauchens Akne oder zumindest Pickel bekamen, was mit hoher Wahrscheinlichkeit auch mit dem IGF-1 zu tun haben müsste. Einer hat sogar wieder angefangen, wegen der Haut und diese wurde tatsächlich wieder gut, klingt paradox, ist aber so.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [turbo-d](#) on Tue, 10 Jan 2006 14:32:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ok ist es jetzt also besser oder schlechter für die haare bzw haut nicht zu rauchen? kann mir nicht vorstellen das es der haut gut tut zu rauchen, allerdings hab ich festgestellt dass mein se auch etwas schlimmer geworden ist deit dem ich nichtmehr rauche.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [tvtotalfan](#) on Tue, 10 Jan 2006 14:35:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

könnte ja auch vom Stress kommen dem ein Nichtraucher in der ersten Zeit mehr ausgesetzt ist, weil ja etwas fehlt..., in den ersten TAGen physisch, in den folgenden Wochen (teils Monate) auch psychisch

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [tino](#) on Tue, 10 Jan 2006 14:36:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

"ok ist es jetzt also besser oder schlechter für die haare bzw haut nicht zu rauchen? kann mir nicht vorstellen das es der haut gut tut zu rauchen, allerdings hab ich festgestellt dass mein se auch etwas schlimmer geworden ist deit dem ich nichtmehr rauche."

Das fettmarkiere,...was für eine Frage...

Das SE ist warscheinlich durch Stress vom Aufhören schlimmer,..halddurch das legt sich wieder.SE verschlechtert sich nachweisslich durch Rauchen.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [chris22](#) on Tue, 10 Jan 2006 14:43:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Natürlich ist es besser nicht zu rauchen, warum fragst du gezieht nach Haar und Haut(?), bestehst du nur aus Haut und Haar..lol, Rauchen ist Gift, Dreck, wie kann man nur so eine Frage stellen, du alter Cowboy... da sind wir doch wieder bei dem Verstand(nicht böse gemeint). Lass es bloss bleiben!!

Die Pickel/Akne verschwindet erfahrungsgemäß nach einiger Zeit, ich kann dir aber da keine genaueren Zeiträume nennen. Ich meine sogar die These kam mal von tino, dass, durch das Einstellen, mehr IGF-1 in die Zelle fließt, und bei Überschuss kann daraus (bei Veranlagung?) eben Akne/Pickel entstehen, bis sich der Körper auf den erhöhten IGF-1 Spiegel einstellt.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [tino](#) on Tue, 10 Jan 2006 14:46:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das nicht jeder Raucher HA oder graue Haare hat, liegt daran das es immer mehrerer Risikofaktoren bedarf um so etwas ausbrechen zu lassen.

Es ist erwiesen das Rauchen HA triggert!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [tino](#) on Tue, 10 Jan 2006 14:48:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Chris

Hatte er Pickel,..oder glaubst du SE auch dirch IGF-1, bzw das IGF-1 auch hier die entstehung begünstigt?

Stimmt,..wer aufhört zu rauchen, könnte Akne kurzfristig bekommen, wenn das IGF-1 System wieder intakt wird, paralel zu einem noch nicht umgestellten Antioxidantenstatus und Stress.

Gruss Tino

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [turbo-d](#) on Tue, 10 Jan 2006 16:25:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ok ok sorry ich werde auch nie wieder anfangen zu rauchen mich hat einfach nur interessiert ob das rauchen wirklich einen grossen positiven oder negativen einfluss im bezug auf hat und haar hat, die restlichen schlechten nebenwirkungen sind ja hinreichend bekannt.

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [chris22](#) on Tue, 10 Jan 2006 16:52:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hatte er Pickel,..oder glaubst du SE auch dirch IGF-1, bzw das IGF-1 auch hier die entstehung begünstigt?

Er hatte wenige Wochen nach dem Rauchstop eine nicht milde Gesichtsakne bekommen (ich weiss nicht ob auch am Rücken/Schulter), mit ziemlicher Sicherheit hatte es damit zu tun, er hat sonst nichts an seinem Lifestyle geändert. Ich habe ihm das auch damals erklärt, dass es sich vermutlich nur um ein vorübergehendes Symptom handelt, aber du weisst ja wie die Menschen

sind, 2 oder 3 Wochen später hing er wieder am Stengel...und...die Akne ist praktisch weg.

Wenn ich nach den vorliegenden Studien gehe, sind die Studienergebnisse verschieden:

Acne and smoking: is there a relationship?

Firooz A, Sarhangnejad R, Davoudi SM, Nassiri-Kashani M.

Center for Research & Training in Skin Diseases & Leprosy, Tehran University of Medical Sciences, 79 Taleghani Avenue, Tehran, Iran. firozali@sina.tums.ac.ir

BACKGROUND: There are contradictory reports on the relationship between acne vulgaris and cigarette smoking. The objective of this study was to examine the relation between acne and cigarette smoking in a case-control study. **METHODS:** A questionnaire on smoking habits was offered to 350 patients with acne vulgaris and 350 patients suffering from skin diseases other than acne, aged 15-40 years, attending in a skin clinic in Tehran, Iran. The patients completed the questionnaires anonymously in the waiting room. **RESULTS:** Two hundred and ninety-three patients with acne (response rate 83.7 %) and 301 patients with other skin diseases (response rate 86.0 %) completed the questionnaires. Twelve acne patients (4.1 %) and 27 control patients (9.0 %) were current smokers (odds ratio = 0.43, 95% confidence limits 0.22 - 0.87, $p < 0.05$). But after adjustment for sex, this difference was not significant (odds ratio: 0.61, 95% CI: 0.30-1.26, $p > 0.05$, Mantel-Haenszel test). **CONCLUSION:** An association between acne and cigarette smoking was not found in this study.

Epidemiology of acne in the general population: the risk of smoking.

Schafer T, Nienhaus A, Vieluf D, Berger J, Ring J.

Department of Dermatology and Allergy, Technical University of Munich, Biedersteiner Strasse 29, 80802 Munich, Germany. tschafer@lrz.tum.de

BACKGROUND: Acne is a common skin disorder, but epidemiological data from the general population obtained by examination are scarce. Clinical experience suggests an association between smoking and acne, although confirmatory evidence from appropriate studies is lacking. **OBJECTIVES:** To determine the prevalence and demographic factors of acne in a general population sample and to investigate the association of smoking and acne on a qualitative and quantitative level. **METHODS:** In a cross-sectional study, 896 citizens (aged 1--87 years, median 42) of the City of Hamburg were dermatologically examined. The prevalence and severity of acne were recorded and further information on demographic variables, medical history, and alcohol and cigarette consumption were obtained by a standardized interview. **RESULTS:** According to the clinical examination, acne was present in 26.8% overall, and was more prevalent in men (29.9%) than women (23.7%) (odds ratio, OR 1.37, 95% confidence interval, CI 1.01--1.87). Prevalence followed a significant linear trend over age with peak prevalence between 14 and 29 years ($P < 0.001$). The reported age at onset was significantly lower in women than men ($P = 0.015$). According to multiple logistic regression analyses acne prevalence was significantly higher in active smokers (40.8%, OR 2.04, 95% CI 1.40--2.99) as compared with non-smokers (25.2%). A

significant linear relationship between acne prevalence and number of cigarettes smoked daily was obtained (trend test: $P < 0.0001$). In addition, a significant dose-dependent relationship between acne severity and daily cigarette consumption was shown by linear regression analysis ($P = 0.001$). CONCLUSIONS: Smoking is a clinically important contributory factor to acne prevalence and severity.

Cigarette smoking is not a risk factor in atopic dermatitis.

Mills CM, Srivastava ED, Harvey IM, Swift GL, Newcombe RG, Holt PJ, Rhodes J.

Department of Dermatology, University Hospital of Wales, Heath Park, Cardiff.

BACKGROUND. In recent years several diseases have been shown to have a relationship with smoking. Psoriasis is largely a disease of smokers, whereas acne appears to be associated with not smoking. METHODS. One hundred and fifty patients with atopic dermatitis were sent a postal questionnaire on smoking habits and the results were compared with those from matched controls in the local community. RESULTS. One hundred and twenty-seven patients (85%) completed the questionnaire. There was no apparent difference in the prevalence of current smokers amongst atopic dermatitis patients compared with controls (odds ratio = 1.1, 95% confidence limits 0.65-1.86, $P = 0.$). CONCLUSIONS. There was no significant difference between the smoking prevalence of patients with atopic dermatitis and matched controls.

Does smoking influence acne?

Mills CM, Peters TJ, Finlay AY.

Department of Dermatology, University of Wales College of Medicine, Cardiff, UK.

One hundred and sixty-five patients with acne completed a questionnaire on smoking habits. Amongst 96 males, 19.7% were smokers (95% confidence interval 12.4-29.2%) compared to an expected prevalence of 34.5% from national statistics ($P < 0.001$). For 69 females, a prevalence of 12.1% (95% confidence interval 6.1-23.3%) was obtained compared to 32.7% expected ($P < 0.001$). The findings of this study support the hypothesis that some component of cigarette smoke, possibly nicotine, has an anti-inflammatory action on acne.

Mein PERSÖNLICHER Eindruck ist, dass Raucher, auf die Akne/Pickel bezogen, meist eine reinere Haut haben als Nichtraucher. In der Übergangszeit zum Nichtraucher kann eindeutig Akne/Pickel entstehen, gut möglich dass es auch SE triggert, würde mich nicht wundern, da es aber keine Fakten gibt, kann ich dazu nichts näheres sagen.

Gruss

Chris

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [tino](#) on Tue, 10 Jan 2006 20:22:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

"The findings of this study support the hypothesis that some component of cigarette smoke, possibly nicotine, has an anti-inflammatory action on acne."

Antiinflammatory? Meinst du nicht auch, das es dann am ehsten am weggezerzten IGF-1 liegt? Normalerweise macht Tabak ROS,..und das macht eigentlich immer Inflammatic response,..wenn auch nur Microinflammation.

gruss Tino

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [asdfasdf](#) on Wed, 11 Jan 2006 22:11:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

versteh ich das jetzt richtig? Akne bedeutet erhöht IGF-1, aber erhöht IGF-1 ist gut gegen HA & Alterung?

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 11 Jan 2006 23:29:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

asdfasdf schrieb am Mit, 11 Januar 2006 23:11 versteh ich das jetzt richtig? Akne bedeutet erhöht IGF-1, aber erhöht IGF-1 ist gut gegen HA & Alterung?

Quatsch. Vollständige Gesundheit OHNE Akne und anderen Krankheiten= Bester Schutz gegen Alterung und HA.

Das ist ja das einfachste vom einfachsten....

Subject: Re: Mit DHT hat das NIX zu tun..
Posted by [tino](#) on Wed, 11 Jan 2006 23:48:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"halso wenn du nicht unter androgenetischer alopezie leidest dann hat rauchen absolut keinen einfluss auf den normalen ha. wenn du jedach unter aa leides dann kann rauchen den ha triggern, ich meine mal eine studio gelesen zu haben das rauchen den dht spiegel um ca 10% erhöht. ich habe vor 3 monaten aufgehört zu rauchen, kann aber keinen unterschied feststellen. se noch genauso starkt, ha im gleichen maße wie vorher."

Es ist nicht nur DHT was Haare purzeln lässt!!!!

Ab einem gewissen Alter,ist es wuscht ob du genetisch veranlagt bist oder nicht,..rauchen triggert dann trotzdem HA!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [tino](#) on Wed, 11 Jan 2006 23:50:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

IGF-1 ist normalerweise gesund,lässt aber versehentlich Krebs und Hautgeschwülste(Akne) wachsen,..wenn das System oxidativ verdreckt ist!

Subject: Re: Rauchen und Haarausfall
Posted by [chris22](#) on Thu, 12 Jan 2006 09:18:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino,

mit dem igf-1 werde ich mich bis Ende Januar intensiv beschäftigen, ich werde meine Ergebnisse selbstverständlich hier vortragen.

Ich bin NICHT der Meinung, dass mehr IGF-1 automatisch gut fürs Haar ist, denn gleichzeitig macht es dann in vielen Fällen Akne, das ist für mich unlogisch, ausserdem steht IGF-1 immer in Interaktion mit Testosteron und Co.. Das letzte Wort ist da noch lange nicht gesprochen, du kannst dich sicher an die unzähligen Diskussionen mit Fred erinnern

Na ja, wir werden es sehen ob wir der Sache näher kommen...