
Subject: Kopfhautmassage

Posted by [MacGyver](#) on Sat, 01 Dec 2007 17:39:51 GMT

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

Ich weiß das zu diesem Thema bei euch die meinungen gespalten sind. Manche meinen es bringt bessere Durchblutung an der Kopfhaut, andere wiederum meinen die Kopfhaut ist eine der best durchblutetesten Partien des Körpers.

Ich wüsste gerne an dieser Stelle, wie man sich die Kopfhaut richtig massiert. Eine Bekant meinte das wenn ich mich durch kreisbewegungen massiere, dass ich meine haut dehne und sie dann wahrscheinlich nicht mehr so fest dran sitzt und damit sich auch eher Falten bilden. Wenn ich durch solche Massage tatsächlich die Haut von den Blutgefäßen losreise, dann wäre das ja auch negativ auf den haarwuchs. Aber ich bin mir nicht sicher ob diese Annahme richtig ist.

Vielleicht kann mir jemand dazu näheres sagen und auch Tipps geben wie man richtig massiert!

Gruß
Johann

Subject: Re: Kopfhautmassage

Posted by [Michi1986b](#) on Sat, 01 Dec 2007 18:26:02 GMT

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

also ich kann nur berichten wie ich es handhabe. Ich massiere so das ich alle finger mit druck auf der Kopfhaut andrücke und dann mit kleinenkreisenden bewegungen massiere das sich die Kopfhaut bewegt! Nicht so das ich halb die Haare ausreißen! Naja, macht jeder anders, musst es selbst herausfinden wie es am besten ist

Subject: Re: Kopfhautmassage

Posted by [MacGyver](#) on Sat, 01 Dec 2007 18:28:33 GMT

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

Michi1986b schrieb am Sam, 01 Dezember 2007 19:26also ich kann nur berichten wie ich es handhabe. Ich massiere so das ich alle finger mit druck auf der Kopfhaut andrücke und dann mit kleinenkreisenden bewegungen massiere das sich die Kopfhaut bewegt! Nicht so das ich halb die Haare ausreißen! Naja, macht jeder anders, musst es selbst herausfinden wie es am besten ist

Ja genauso mach ichs ja auch, hab aber irgendwo gelesen man muss pressen(drücken) und nicht kreiseln

Subject: Re: Kopfhautmassage

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 05 Dec 2007 16:15:24 GMT

Ich kann nur raten auf keinen Fall an der Oberflächer zu reiben!! Das habe ich im Sommer immer gemacht, war dann beim Dermatologen und der hat fast alle Haare im Tonsurbereich als "abgebrochen" diagnostiziert

Und er hat mir dann geraten mit den Massagen aufzuhören bzw. anders zu massieren und seitdem sind mir viele neue Haare nachgewachsen.

Ich nehme dazu 2 Finger (rechts und links) und presse das ganze dann nach oben. Genau wie auch der Kopfhautrelaxer arbeitet.

Das ganze mit Vibratorischen Bewegungen (also schnell hin und her bewegen). Ohne dabei aber an der Kopfhaut zu reiben! Die Haut muss durchblutet werden- auf keinen Fall die Oberfläche.

Das ist ganz wichtig.
