
Subject: stress

Posted by [helpme007](#) on Fri, 27 Jan 2006 14:36:44 GMT

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

1. wie schlimm ist stress für haarausfall?
 2. habt ihr tipps wie man nicht in stress kommt auch wenn man viel zu tun hat?
 3. gibt es irgendein mittel gegen stress oder eines das wenigstens die schlechte wirkung von stress auf den haarausfall verhindert?
 4. es gibt doch auch so was wie positiven stress. ist der auch schädlich für haarausfall?
-

Subject: Re: stress

Posted by [kkoo](#) on Fri, 27 Jan 2006 15:36:01 GMT

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

helpme007 schrieb am Fre, 27 Januar 2006 15:36:1. wie schlimm ist stress für haarausfall?

2. habt ihr tipps wie man nicht in stress kommt auch wenn man viel zu tun hat?
3. gibt es irgendein mittel gegen stress oder eines das wenigstens die schlechte wirkung von stress auf den haarausfall verhindert?
4. es gibt doch auch so was wie positiven stress. ist der auch schädlich für haarausfall?

1.ja

- 2.ist vor allem eine frage der psychе, des denkens: die idee von prinzipiellem coolbleiben. bissel stress ist nicht schlimm, aber man muss auch richtige erhohlungsphasen haben
 3. stressverhindern: denken ändern, arbeitsweisen ändern, entspannungsübungen, nicht noch kaffee und so trinken, yoga, autogenes training (hilft mir)...
 4. gibt es, ich kenne das als so eine lust am produzieren, arbeiten, vofreude... den haaren wird das nichts schaden, hält ja auch selten lange an...
-