Der große **BILD der FRAU-Check**

Was hilft wirklich bei Haarausfall?

Ab dem 40. Lebensjahr leiden 40 Prozent aller deutschen Frauen an Haarausfall, ab 50 schon jede Zweite. Was ihn tatsächlich stoppt – zwei namhafte Experten bewerten 12 sanfte, oft eingesetzte Haarwuchs-Behandlungen

Dr. Welf Prager, Facharzt für Dermatologie, Allergologie, Phlebologie und Spezialist für Ästhetische Dermatologie in Hamburg (l.). **Holger Fuchs,** Facharzt für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie und Medical Director der Praxis Klinik Pöseldorf in Hamburg (r.)

Lösung oder Schaum mit Minoxidil

Methode: Das bei Haarausfall am häufigsten gekaufte Haarwuchsmittel bei erblichem, androgenetischem Haarausfall (z.B. auch in den Wechseljahren) kommt aus der Bluthochdruck-Forschung. Wie es genau den Haarwuchs fördert, wissen Mediziner noch nicht. Das Mittel muss jeden Tag in die Kopfhaut einmassiert werden.

Das sagt Dr. Welf Prager: Der Wirkstoff überzeugt beim anlagebedingten Haarausfall. Die Therapie braucht allerdings etwas Geduld, denn die Haare wachsen meist erst nach bis zu 6 Monaten nach. Aber auch nur dann, wenn das Haarfollikel noch intakt ist.

Kosten: z.B. „Regaine Frauen Lösung" für 3 Monate ca. 60 Euro

Eigenblut-Spritze

Methode: Aus dem Blut des Patienten wird ein Plasma-Konzentrat gewonnen, das reich an Blutplättchen ist. Es wird in die Kopfhaut gespritzt. Dreimal im Abstand von 4–6 Wochen, Auffrischung rund einmal im Jahr.

Das sagt Dr. Welf Prager: Die Medizin weiß noch nicht genau, wie diese Methode wirkt, ob möglicherweise Stammzellen eine Rolle spielen. Doch die Erfahrung zeigt, dass die Eigenblut-Therapie vor allem in Kombination mit dem Microneedling „schlafende" Haarfollikel weckt, weil die Durchblutung erhöht wird.

Kosten: Von 500 bis 1000 Euro pro Behandlung

Thiocyanat-Serum

Methode: Das Molekül Thiocyanat soll die Zelltätigkeit fördern, die Zellmembranen stabilisieren, Enzyme und den Stoffwechsel aktivieren. Dafür schüttere Kopfhautstellen einmal täglich mit dem Serum massieren.

Das sagt Holger Fuchs: Der Wirkstoff regt zwar die Durchblutung an. Da es sich dabei aber nicht um ein Arzneimittel handelt, darf es auch nicht die Grenze der Kopfhaut hinunter zu den Haarfollikeln überschreiten. Deshalb halte ich die Wirkung für eingeschränkt. Es ist aber dennoch denkbar, dass einige Formen von Haarausfall gestoppt werden können.

Kosten: 150 ml „Thiocyn-Haarserum" z.B. kosten ca. 25 Euro

Thymusdrüsen-Wirkstoff

Methode: Bei erblich bedingtem, hormonellem Haarausfall sollen Wirkstoffe aus der Thymusdrüse das Haarwachstum in den Haarwurzeln anregen. Täglich 1 Minute 2–4 ml Thymus-Serum in Haar und Kopfhaut einmassieren.

Das sagt Holger Fuchs: Die Thymus-Behandlung ist eigentlich eine intravenöse Therapie über den Blutkreislauf. Aber warum sollte es nicht auch als Shampoo oder Serum wirken. Denn weil sie das Immunsystem stärken kann, kann sie durchaus sinnvoll bei Autoimmunerkrankungen wie dem kreisrunden Haarausfall sein. Aber auch begleitend oder nach einer Chemotherapie und bei Mangelernährung. Wie bei jeder Therapie muss aber zu allererst die Ursache vom Haar-Spezialisten geklärt werden.

Kosten: z.B. 200 ml „Thymuskin Classic"-Set (Shampoo + Serum) ca. 40 Euro

Immun-Behandlung

Methode: Der Arzt betupft die Kopfhaut einmal pro Woche mit der chemischen Substanz Diphenylcyprop-enon. Das löst eine milde allergische Reaktion aus, die das Immunsystem dazu bringt, die Haarwurzeln nicht mehr anzugreifen. Dauer: bis zu 8 Monate.

Das sagt Dr. Welf Prager: Weil sie immunmodulierend auf die Haarfollikel einwirkt, hilft sie auch nur beim kreisrunden Haarausfall, der ja eine Autoimmunerkrankung ist.

Kosten: ab 80 Euro pro Monat

Meso-Injektionen

Methode: Durch mikrofeine Nadeln injiziert der Arzt Wachstumsfaktoren in die Kopfhaut. Die Behandlung erfolgt ein- bis zweimal die Woche über 4–6 Wochen.

Das sagt Dr. Welf Prager: Seit 50 Jahren gibt es keine nennenswerten Studien dazu. Für die Kopfhaut bringen die injizierten Wirkstoff-Kombinationen eher nichts, wohl aber das oft mit der Mesotherapie kombinierte Microneedling.

Kosten: pro Behandlung ca. 150 Euro

Microneedling

Methode: Der Arzt führt einen walzenförmigen Derma-Roller mit ultrafeinen Nadeln über die betäubte Kopfhaut. Diese Zellreizung setzt wahrscheinlich natürliche Haar-Wachstumsfaktoren frei. Ideal: 4 Sitzungen in 3 Monaten.

Das sagt Holger Fuchs: Die Methode ist eine gute Option, um die Durchblutung der Kopfhaut anzuregen. Allerdings ist sie dort schwer anzuwenden – und bei komplett kahlen Stellen ohne verbliebene Haarwurzeln eher aussichtslos.

Kosten: ca. 80 bis 450 Euro pro Behandlung

Für die meisten Haarwuchs-Methoden brauchen Patientinnen Geduld – damit das Styling wieder Spaß macht

Traditionelle Chinesische Medizin

Methode: TCM-Dermatologen setzen in Kopfhaut und an bestimmten Körper-Meridianpunkten Akupunktur-Nadeln, verordnen Tees, Haarspülungen oder Tinkturen aus chinesischen Heilkräutern. Und sie empfehlen eine Ernährungsumstellung, z.B. mit viel Ingwer, Knoblauch, Sojabohnen.

Das sagt Holger Fuchs: Als alleinige Therapie gegen Haarausfall würde ich diese Methode nicht empfehlen. Ich sehe sie höchstens als Ergänzung zu anerkannten Behandlungen.

Kosten: Untersuchung ca. 180 Euro, Akupunktur 30 bis 70 Euro pro Sitzung, 100 g Tee ca. 10 Euro

Unterspritzungen der Kopfhaut mit Eigenfett

Methode: Aus Oberschenkel, Hüfte oder Bauch wird in örtlicher Betäubung eine kleine Menge eigenes Fettgewebe entnommen. Es wird steril aufbereitet und fächerförmig unter die lichte Kopfhaut eingebracht. Das Fettgewebe enthält eine hohe Anzahl Stammzellen, die das Haarwachstum fördern sollen. Nach ca. 6–9 Monaten müssen die Unterspritzungen wiederholt werden.

Das sagt Holger Fuchs: Die Stammzellen steigern nachweislich die Mikrozirkulation und Zellaktivität in der Kopfhaut. Da es sich um Eigenfett handelt, ist diese Methode sehr gut verträglich, allergische Reaktionen bleiben aus.

Kosten: bis zu 1500 Euro pro Behandlung

Hormon-Komplex

Methode: Der hormonelle Wirkstoff Alfatradiol wird einmal täglich in die Kopfhaut massiert. Er hemmt die Wirkung männlicher Botenstoffe, auf die die Haarwurzeln überempfindlich reagieren.

Das sagt Dr. Welf Prager: Den hormonähnlichen Wirkkomplex ordne ich als eher mäßig wirksam ein. Aber als ergänzende Therapie würde ich ihn dennoch empfehlen, insbesondere, wenn die Patientin der Wirkung vertraut. Denn wie bei jeder Therapie entscheidet auch ihre Psyche mit über den Behandlungserfolg.

Kosten: z.B. „Ell-Cranell" für 3 Monate ca. 40 Euro

Auf der nächsten Seite geht es weiter

Fotos: ddp images, fotolia (2), privat, Marc-Oliver Schulz