

# SELBSTBEWUSST MIT GLATZE???

ÄSTHETIK. SCHÖNHEIT. WER DEFINIERT EIGENTLICH, WAS DAMIT VERBUNDEN IST? UND WER BEWERTET HIER UND NACH WELCHEN KRITERIEN?

Was als schön empfunden wird, ist, wie jede Wertung, abhängig von Wertvorstellungen und Bewertungszielen, welche durch gesellschaftliche Konventionen geprägt werden. Als attraktiv und schön wird im Alltag das bezeichnet, was einen besonders angenehmen Eindruck hinterlässt: Ein schöner Körper, ein schönes Musikstück aber auch Erlebnisse wie z. B. Nähe und Wärme.

Schönheit liegt im Auge des Betrachters. Eine alte Binsenweisheit. Beispielsweise werden Menschen mit besonders vollem und kräftigem Haar eher als schön bezeichnet, als Personen mit dünnem und spärlichem Haarwuchs. Männer mit vollem Kopfhaar erfahren Vorteile dadurch, dass sich Ihnen im Vergleich mit Glatzenträgern manche Türen eher öffnen und der Zugang zu anderen Menschen erleichtert ist. Unter Haarausfall zu leiden, kann (aber muss nicht zwangsläufig) also bedeuten, dass sich die Wahrnehmung des optischen Erscheinungsbildes durch andere Menschen, insbesondere aber die Selbstwahrnehmung, zum Schlechteren verändert. Im schlimmsten Fall fühlt sich der Betroffene dadurch in der Öffentlichkeit nicht mehr wohl, er zieht sich zurück und die Lebensqualität sinkt.

Ein wichtiger Faktor für einen guten Umgang mit Haarverlust ist die Selbstakzeptanz. Haarverlust kann unter optischen Gesichtspunkten die Harmonie im Erscheinungsbild stören. Das hängt jedoch auch vom jeweiligen Typ Mann ab. Mancher Mann wirkt mit Glatze maskuliner als mit lockigem Haupthaar. Manche Kopfformen hingegen verlieren an Symmetrie und Harmonie durch den Verlust der Haare.

Wer selber unter dem Verlust des Kopfhaares stark leidet, definiert dies folglich als Einbuße in der äußeren Attraktivität. Aber auch ein positives und starkes Selbstwertgefühl kann manchmal nur rational über unerfreuliche Erlebnisse im sozialen Umfeld hinweghelfen. Wird eine andere Person aufgrund einer höheren Attraktivität zum Beispiel in Situationen der Partnersuche oder auch in beruflichen Bewerbungssituationen bevorzugt, sorgt das für Ärger und Frust.

Untersuchungen haben belegt, dass diese Situationen und Erfahrungen tatsächlich real existieren. Eine EMNID-Studie aus dem Jahr 1999 untersuchte die Auswirkungen der Fremdwirkung von Haarausfall für Personalentscheidungen.

Danach wurden Bewerber, die auf dem Foto Ihrer Bewerbungsunterlagen volles Haar hatten, von Personalleitern deutlich häufiger zum Bewerbungsgespräch eingeladen als Bewerber bzw. Bewerbungen mit schütterem Haar - bei sonst gleichen Voraussetzungen.

## DER TERRORIST HEISST DIHYDROTESTOSTERON

Ursache für den beim Mann als erblich bzw. genetisch bedingten Haarausfall (alopecia androgenetica - einem durch Androgene hervorgerufenen Haarausfall) ist das Steroidhormon DiHydroTestosteron (DHT). DHT ist wichtig für die Entwicklung des männlichen Embryos/Fötus und später in der Pubertät für die Entwicklung vom Jungen zum Mann. Besteht bei einem Mann eine ererbte Überempfindlichkeit in der Kopfhaut gegen das DHT, wird die Wachstumsphase (Anagenphase) des Haares verkürzt. Männer mit Glatzen, Geheimratsecken und Tonsuren haben nicht weniger Haarfollikel als Männer mit vollem Kopfhaarwuchs. Lediglich die Wachstumsphasen der Haare sind stark verkürzt, so dass es kaum noch sichtbar erscheint. Die Haarfollikel verkümmern somit nach und nach und sterben ab. Unempfindlich gegen DHT ist das Kopfhaar im Hinterkopf- und Nackenbereich. Dieses fällt deshalb bei einer Transplantation vom Hinter- auf den Oberkopf nicht aus.

Da Haarverlust nach wie vor für viele Männer ein stark belastendes Thema ist, sucht auch die Forschung nach Lösungswegen. Unter der Leitung von Dr. Regina Betz vom Institut für Humangenetik an der Universität Bonn haben Forscher einen Abschnitt auf Chromosom 13 ausfindig gemacht, der an einer speziellen Form des Haarausfalls beteiligt ist: der sehr seltenen monogen vererbten Krankheit Hypotrichosis simplex (Hypotrichose). Bei Patienten mit dieser Krankheit ist ein Gen auf Chromosom 13 mutiert. Dieses Gen ist verantwortlich für die Bildung des P2Y5-Rezeptors. An den wiederum bindet ein Botenstoff, die Lysophosphatid-Säure. Diese Substanz löst ein Signal zum Haarwachstum aus. Bei den Hypotrichose-Patienten war dieser Vorgang gestört.

In ersten Versuchen hat sich die Lysophosphatid-Säure tatsächlich als Haarwuchs-stimulierend erwiesen. „Aufgrund des technischen Fortschritts ist aus unserer Sicht in den nächsten Jahren mit einigen neuen Erkenntnissen in diesem Forschungsbereich zu rechnen“, erklärt Dr. Regina Betz.

Ein Forschungsergebnis, das hoffen lässt. Bis es geeignete medizinische Präparate gibt, die den Haarwuchs wieder stimulieren können, vergehen jedoch wohl noch ein paar Jahre.

So lange braucht aber niemand mehr zu warten, denn es gibt mittlerweile einige verschreibungspflichtige Medikamente mit Finasterid (z. B. Propecia®) oder auch Dutasterid, (Avodart®) welche darauf abzielen, die Wirkung des DHT zu vermindern oder dessen Entstehung aus Testosteron zu hemmen. ➤

**Das effektivste Nahrungsergänzungsmittel  
ist**

**AQUA-KRAFT-TRAINING**

mehr Infos:  
[www.WELLBEING-CONCEPTS.DE](http://www.WELLBEING-CONCEPTS.DE)  
Coaching für den Mann  
[service@wellbeing-concepts.de](mailto:service@wellbeing-concepts.de)





## atelier lichtzeichen

außergewöhnliche Gemälde von Künstlern mit Handicap

Gemälde - Verkauf, Verleih und Auftragsarbeiten

[www.atelier-lichtzeichen.de](http://www.atelier-lichtzeichen.de)

Alsterdorfer Markt 10

22297 Hamburg

Telefon 040-50 77 37 89

Fax 040-50 77 44 20

[h.matthies@alsterarbeit.de](mailto:h.matthies@alsterarbeit.de)

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 9 bis 15 Uhr

und nach Vereinbarung

### Ausstellungen im April

EOS Health

Honorarmanagement AG

Vernissage am 05.04.2011 um 16.00 Uhr

Ausstellung 05.04.2011 – 28.07.2011

DECK 10 Location mit Weitblick

Steindamm 80 | 20099 Hamburg

[www.deck-10.de](http://www.deck-10.de)

lichtzeichen in Itzehoe

Itzehoer Versicherungen Hauptverwaltung

Vernissage am 13.04.2011 um 18.00 Uhr

Ausstellung 13.04.2011 – Ende März 2011

Itzehoer Versicherungen Hauptverwaltung

Itzehoer Platz 1 25521 Itzehoe

[www.itzehoer.de](http://www.itzehoer.de)

„Blumen und Ambiente“

Gut Wienhausen bei Celle

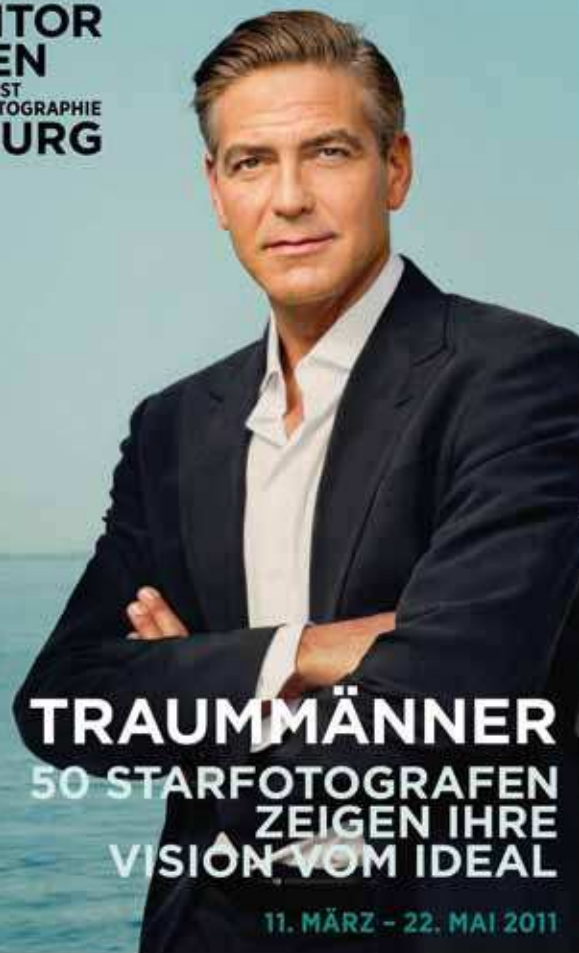
05.05.2011 – 08.05.2011

Do- So | 10.00 – 18.00 Uhr

Mühlenstraße 8 | 29342 Wienhausen

[www.schloss-romantik.de](http://www.schloss-romantik.de)

## DEICHTOR HALLEN AKTUELLE KUNST HAUS DER PHOTOGRAPHIE HAMBURG



**TRAUMMÄNNER**  
50 STARFOTOGRAFEN  
ZEIGEN IHRE  
VISION VOM IDEAL

11. MÄRZ – 22. MAI 2011

PARTNER DER DEICHTORHALLEN



MIT UNTERSTÜTZUNG VON





Wirkungen erwarten von sogenannten, frei verkäuflichen Haarwuchsmitteln kann man allerdings bislang nur von wenigen Produkten.

Stiftung Warentest untersuchte 2003 in einer Studie 21 häufig verkaufte bzw. verschriebene Mittel gegen androgenetischen Haarausfall. Darunter befanden sich verschiedenste Arzneimittel und Haarkosmetika, welche gegen Haarausfall wirken sollen. 19 dieser Mittel wurden nur mit der Note 4 (wenig geeignet) bewertet. Es handelte sich dabei um in Drogerien und Apotheken frei verkäufliche Mittel. „Eine spezifische Wirkung bei Haarausfall ist wissenschaftlich nicht ausreichend belegt, deshalb zur Behandlung von Haarausfall wenig geeignet“ – so die Aussage von Stiftung Warentest zu diesen Produkten.

Lediglich zwei verschreibungspflichtige Arzneimittel erreichten die Bewertungsstufe 3 (mit Einschränkung geeignet). Sowohl Finasterid als auch das Haarwasser Minoxidil (Regaine®, in den USA Rogaine®) wirken sich ein wenig auf die Anlagerung von DHT aus. Auch 2011 sind diese Präparate bislang die einzigen, die den Haarverlust tatsächlich verringern bzw. verzögern können.

Für alle Produkte gilt: Setzt man die Substanz ab, so fällt das neugewonnene Haar wieder aus. Das heißt, man muss die Substanzen ein Leben lang einnehmen bzw. auftragen, um einen dauerhaften Erfolg zu erreichen. Alle Präparate benötigen mindestens zwei Monate, bevor überhaupt eine Besserung möglich ist. Finasterid-basierte Produkte müssen etwa sechs Monate angewandt werden, bevor erste Erfolge sichtbar werden können.

#### WAS KANN MAN SONST NOCH TUN?

Wer verlorenes Haar zurück erobern möchte, steht vor der Wahl:

Haartransplantation oder Haarerersatz.

Haartransplantationen sind heutzutage ausgereifte Operationsmethoden, welche natürliche Ergebnisse entstehen lassen.

Den Möglichkeiten einer Haartransplantation sind in Bezug auf Haaranzahl und folglich Fläche und Dichte natürliche Grenzen gesetzt, da die Menge des zu transplantierenden Haars der Dichte des Haarwuchses am Hinterkopf entspricht (in der Regel etwa 900 bis 1700 Einzelhaare/Haarwurzeln).

Transplantiert werden in seriösen Fachkliniken ausschließlich Einzelhaare (sogenannte Grafts) und nicht, wie vor Jahrzehnten, ganze Haarinseln, welche sehr unnatürliche optische Ergebnisse erzielten. Einzelhaarwurzeln bzw. Grafts werden jeweils einzeln in einen schmalen Schnitt in die Kopfhaut implantiert, so dass das Ergebnis im Nachhinein nicht mehr vom natürlichen Haarwuchs zu unterscheiden ist.



Weniger Chancen im Beruf wegen Glatze?

Der Preis solcher Haartransplantationen erscheint zu nächst hoch. Mit einem Preis ab etwa 3000 Euro und mehr muss man rechnen. Allerdings ist diese Summe nur einmal aufzubringen und amortisiert sich quasi über die Lebensjahre hinweg, denn die implantierten Haare wachsen, wie die Haare am Hinterkopf lebenslang weiter. Es gibt keinen Verlust. Und es muss nichts nachoperiert oder immer wieder aufgefüllt werden.

Das implantierte Haar ist das eigene und man hat nicht das Gefühl etwas fremdes oder künstliches am Körper zu tragen.

Eine völlig andere Methode ist ein Haarerersatz, der kaschiert aber nichts grundlegend verändert. Mit Hilfe verschiedener Methoden wird dabei das noch vorhandene Resthaar mit Kunst- oder Fremdhaar, das auch für Perücken verwendet wird, verdichtet und aufgefüllt. Es kann auch verlängert werden oder komplett kahle Stellen können damit kaschiert werden. Angeboten werden Haarverdichtungen von darauf spezialisierten Friseuren oder Zweithaarstudios an.

Das Kunst- oder Echthaar muss dabei in Farbe, Länge und Struktur dem eigenen noch vorhandenem Haar möglichst ähnlich sein, sonst wirkt es unnatürlich. Anders als bei Perücken oder Toupets gibt es durch Haarverdichtungen wenig bzw. keine Einschränkungen im Alltag oder in der Freizeit. Schwimmen, duschen, Sauna – all das ist mit diesen Haarerersatzmethoden möglich. Dadurch, dass der Haarerersatz aufgrund des umgebenden Haares und zur Pflege der Kopfhaut immer wieder vom Fachmann nachbearbeitet werden muss, entstehen auf Dauer jedoch hohe Kosten.

Trotz aller operativen oder optischen Kaschierungskünste sollte sich jeder Mann, der Haare verliert bewusst machen, dass man auch mit dünnem Haaren oder einer Teil- oder Vollglatze sehr attraktiv und anziehend aussehen kann. Das gängige Schönheitsideal sollte nämlich niemals ein Maßstab sein. Es darf nur ein Vorschlag sein, mit allen Möglichkeiten und Chancen, davon auch komplett abzuweichen. (nb)

#### DELAROM

– eine französische Naturkosmetik-Aromapflege, mit natürlichen Formulierungen und pflanzlichen Inhaltsstoffen. Alle Produkte der Marke DELAROM unterliegen strengen ethischen und qualitativen Kriterien, wie z.B. die zarte Handcreme mit Orangen-duft, die aromatisch erfrischende Fußcreme oder der mediterrane Wellness-Duft Orangia Bellissima. Erhältlich nur in Apotheken.



#### Phyris 2in1 Peeling Mask Instant Effekt

Verfeinerndes Peeling & Maske in einem Produkt. Milde Fruchtsäuren, ein Wirkstoff aus Rotalgen, Vitamin C und ein Extrakt der Weißen Seerose glätten und beruhigen das Hautbild.

75 ml kosten 22,00 EUR



#### Parfums Balmain Carbone de Balmain

Eine Kopfnote aus Bourbon Pfeffer, Elemi Resin und grünem Efeu verleiht dem Duft einen würzigen Auftakt. Das Herz von CARBONE wird durch das intensive Aroma der Schwarzen Feige und Weihrauch dominiert. In der Basis eröffnen sich die intensiven Noten von Benzoe Siam und Moschus. Vetiver fügt einen maskulinen Touch hinzu, komplettiert durch schwarze, ungesüßte Vanilleschote. Flakons ab 37,00 EUR für 40 ml.

