

Symposium der GD-Fachgruppe Dermokosmetik:
Beeinflussung des Haarzustands durch kosmetische Mittel

Management von kosmetischen Fragestellungen bei Haarproblemen

*Prof. Dr. med. Ulrike Blume-Peytavi,
Klinik für Dermatologie, Venerologie und Allergologie,
Charité Universitätsmedizin, Campus Mitte, Berlin*

Kräftiges, glänzendes dichtes Kopfhhaar wird als Ausdruck von Vitalität, Attraktivität, Gesundheit und Jugendlichkeit gesehen. Störungen des Haarwachstums, Verlust des Haarglanzes, Haarbrüchigkeit, verminderte Haarqualität führen bei den Betroffenen häufig zu Unsicherheit.

Ehe die Patienten einen Spezialisten aufsuchen, haben sie bereits eine Vielzahl von Ratschlägen erhalten und eigenständig in Selbstmedikation oder kosmetische oder alternative Behandlungsversuche durchgeführt.

Häufige kosmetische Fragestellungen bei der Pflege von Haaren und der Behandlung von krankhaften Zuständen umfassen Haarshampoos, Conditioner, Styling, Dauerwelle, Haarfarben, aber auch Verbesserung der Haarkräftigung, Elastizität und Haarglanz. Patienten mit erhöhter Haarbrüchigkeit, fehlerhafter Haarkosmetik (Trichorrhhexis nodosa acquisita vom distalen Typ, "weathering", abgebrochene Haare) ohne bekannte angeborene Haarstrukturanomalie wird empfohlen, ein mildes, alkalifreies Haarpflegeprodukt zu verwenden und einen Kurzhaarschnitt zu tragen. Aggravierende Faktoren wie Traktion (klinisch Traktionsalopecie), fehlerhafte physikalische oder chemische Anwendungen wie Haarglätten, Färben, zu heißes und austrocknendes Föhnen, regelmäßige Anwendung von Pomaden/Gelen (Follikulitiden) sollten ausgeschlossen werden. Speziell bei Frauen sollte die Anwendung nicht schädigender Haarprozeduren angeregt werden, um Aussehen und allgemeines Wohlbefinden zu verbessern.

Die Rolle von Ernährung wird sichtbar vor allem in Fällen von Fehlernährung (Crash-Diäten, Anorexia nervosa, Bulimie, schwere Anämie). Es gibt aber keine evidenz-basierte Grundlage, die den Nutzen von Nutrikosmetika für das Haarwachstum eindeutig belegt. Ihre Rolle ist vor allem im supportiven Management von Haarerkrankungen und Haarstrukturverbesserung zu sehen.

Es gibt Hinweise, dass speziell Frauen die Gabe von Eisenpräparaten und Anhebung des Ferritinspiegels in den Bereich von 70–80 µg/l unterstützt. Die Wirksamkeit von Zink und Biotin wird kontrovers diskutiert, meist sind nur Kombinationspräparate untersucht.

Einige Nahrungsergänzungsmittel sind als nicht verschreibungspflichtige und nicht erstattungsfähige Medikamente zur Behandlung des diffusen Effluviums zugelassen. Es gibt keine eindeutige Evidenz für Nahrungsergänzungsmittel wie Zink, Biotin oder verschiedene Kombinationspräparate.

Das telogene Effluvium kann episodisch, selbst limitierend oder als chronisches Effluvium



auftreten. Das therapeutische Management zielt primär auf die Elimination der Ursache schädigender Agentien und supportiver, symptomatischer Maßnahmen. Die Therapie von begleitenden Symptomen der Kopfhaut und die Beratung zur Haarpflege hat sich als Compliance unterstützende Maßnahme erwiesen.

