

Oben ohne

Der Kampf gegen den kahlen Kopf ist nicht neu: Die alten Ägypter versuchten es mit Hundepfoten und Eselshufen. Hippokrates schwor auf Harz. Eingelegte Eidechsenköpfe waren im Mittelalter en vogue, und die Renaissance schliesslich setzte auf Einreibungen mit Kuhspeichel. Alles vergeblich. Spätestens mit 50 Jahren ereilt die Diagnose Haarausfall jeden zweiten Mann. Aber es gibt Hilfe.

Die wahre Schwachstelle des Mannes liegt also nicht unterhalb, sondern oberhalb seiner Gürtellinie. Werden die Geheimratsecken breiter und der Scheitel lichter, droht die Glatze – und dem männlichen Ego die Katastrophe, sind Haare doch seit jeher Zeichen von Gesundheit, Vitalität und sexueller Tatkraft. Da liegt denn auch der Hund, pardon, Follikel begraben: Haare sind biologisch-medizinisch nicht notwendig, aber in sozialer und psychologischer Hinsicht ausserordentlich bedeutsam. Der amerikanische Soziologe Anthony Synnott stellte bereits 1987 einen Zusammenhang zwischen Haarlänge und Sexualität fest. Langes Haar steht für uneingeschränkte Sexualität, wohingegen eine fehlende Haarpracht das Zölibat symbolisiert. Hinzu kommt: In nahezu allen Kulturkreisen wird Haarausfall negativ bewertet.

Obwohl die typische Erscheinungsform des männlichen Haarausfalls, im Fachjargon androgenetische Alopezie genannt, als männliches Geschlechtsmerkmal angesehen werden kann, wird

sie zumeist nicht als Symbol einer gesteigerten Männlichkeit beurteilt – im Gegenteil: Die Glatze, deren Ursache im wesentlichen erblich bedingt ist, wird als Symbol des Alters, des Todes und der schwindenden Männlichkeit interpretiert, der Glatzenträger assoziiert mit geringerem Lebenserfolg und wenig Potenz.

Oben ohne? Da steht das schwache Geschlecht nämlich gar nicht drauf, Trendreports hin, Fussball-WM her. Eine Umfrage des deutschen Emnid-Forschungsinstituts aus dem Jahr 2005 kommt zu folgendem vernichtenden Ergebnis: Als Geschäftspartner würden 75 Prozent der befragten Frauen einen Mann mit vollem Haar bevorzugen, als Kollegen sogar 81 Prozent, und 71 Prozent vermuten, dass ein Glatzkopf seine Kunden schlechter berät als ein Mann mit Matte. Noch schlimmer: Männer mit schütterem Haar werden rund fünf Jahre älter geschätzt, sie wirken spiessiger und sexuell unattraktiver. Dafür gelten sie als verlässlich, kinderlieb und treu – letzteres wohl eher, weil man ihnen den Gigolo nicht gibt. Nur die wenigsten Geschlechtsgenossen nehmen den drohenden Kahlkopf mit Humor, getreu dem Motto «Wo Hirn ist,

müssen Haare weichen». Und nicht alle haben den Mut zur Radikalität eines geschorenen Schädels respektive die Courage für «ein Statement des Nonkonformismus», wie es der französische Mediziner und Spezialist für Haartransplantationen im Institut Laclinic in Montreux, Dr. Pascal Guigui, nennt. Für Bruce Willis, Zinedine Zidane, Sam Keller und Christian Gross seien Glatzen ein «existenzialistisches Ausdrucksmittel der Opposition und der Freiheit». «Mit ihrer Antifrisur sagen sie uns: Ich widersetze mich den gängigen ästhetischen Massstäben und mache mit meinen Haaren, was ich will. Also bin ich frei.»

Die grosse Mehrheit macht das Leitmotiv «Kahl, na und?» von Zizou und Co. eher angst und bang als frei und hip. Jene Männer leiden still an ihrem Schicksal und zählen allmorgendlich mit kummervollem Blick ihre Haare auf dem Kopfkissen, investieren ein Vermögen in Tinkturen, Wässerchen und Crèmes. Nicht selten werden die wenigen verbliebenen Haarsträhnen mit uralten Tricks zu arrangieren versucht, an denen selbst prominente Zeitgenossen nicht vorbeikommen: Silvio Berlusconi lässt seine lichten Stellen auf Wahlplakaten retuschieren (und bekennt sich 2004 zu Lifting und Haartransplantat). Udo Lindenberg ist mutmasslich seit Jahrzehnten nicht ohne Hut aus dem Haus gegangen, Sean Connery verbarg als James Bond seine Blösse unterm Toupet, und Napoleon Bonaparte schliesslich glaubte, eine putzige Stirnlocke könne ablenken vom allzu schütterten Dachbewuchs.

Und doch gilt längst nicht mehr, was James B. Hamilton, der amerikanische Glatzenspezialist, 1942 verkündete: «Allein die Kastration hemmt den zur Glatze führenden Haarausfall.» Ausser den Hormonen greifen seit einigen Jahren auch ein paar wenige Erfolg versprechende Mittel in den Kampf um die Haarpracht ein: Propecia mit dem Wirkstoff Finasterid etwa, und Regaine mit der Substanz Minoxidil. «Das sind die beiden Wirkstoffe mit medizinisch belegter Wirksamkeit», erklärt Beatrice Banholzer, Ästhetische Chirurgin in der Praxis Formaxis in Zürich und eine der wenigen Spezialistinnen für Haartransplantationen in Europa. «Bei rechtzeitigem Behandlungsbeginn können sie den

Haartransplantation: die Fakten

Durchschnittlicher Preis	7000 – 8500 Franken
Anzahl transplantierte Haare	2000 – 3000
Dauer der Behandlung	Insgesamt 8 Std., OP-Dauer 4–5 Std.
Narkose	Dämmer Schlaf mit Lokalanästhesie
Schmerzen nach dem Eingriff	Minimal
Shock Loss	Nach 14 Tagen fallen 90% aller eingepflanzten Haare aus.
Beginn des neuen Wachstums	Nach 4 Monaten
Erste sichtbare Resultate	Nach 4 – 9 Monaten
Weitere Behandlungen	Bei Glatzenbildung an anderer Stelle oder Wunsch nach mehr Dichte
Hairlift Kosten	ca. 12 000 Franken

Interview mit Dr. Pascal Guigui, französischer Allgemeinmediziner und Spezialist für Mikrotransplantationen am Institut Laclinic in Montreux-Territet



Wie viele Männer in der Schweiz sind von Haarausfall betroffen?

Pascal Guigui: Es gibt weder für Europa noch für die Schweiz aussagekräftige Zahlen. Die Erfahrung hat jedoch gezeigt, dass weltweit jeder zweite Mann an Haarausfall leidet.

Wie wird der Schweregrad des Haarausfalls gemessen? Die Skala von Hamilton ist unser Gradmesser. Sie zeigt auf sieben Stufen den Verlauf des fortschreitenden Haarausfalls, der Alopezie, an, beginnend bei den Geheimratsecken an der Stirn über die Haarkrone bis hin zum Hinterkopf und darüber hinaus. Typ 3 beispiels-

weise hat bereits deutlich verbreiterte Geheimratsecken und einen nach hinten versetzten Haaransatz oder einen deutlich sichtbaren kreisrunden «Fleck» am Oberkopf.

Welches sind die Ursachen von Haarausfall?

Alopezie ist erb- und hormonbedingt. Die männlichen Hormone, die Androgene, allen voran das Testosteron, sorgen dafür, dass der Haarfollikel ausgedünnt wird. Deshalb sprechen wir von androgenetischer Alopezie. Sie tritt häufiger bei Männern als bei Frauen auf, weil das Östrogen der Frauen, das weibliche Hormon, den Haarfollikel schützt.

Welche Rolle spielt die Vererbung?

Genetische Faktoren spielen eine grosse Rolle, sowohl in erblicher als auch in ethnischer Hinsicht. Die Tatsache, dass eine Glatze sehr oft vom Vater an den Sohn weitergegeben wird, zeigt, dass Alopezie genetisch programmiert ist. Andererseits lässt die Komplexität des Phänomens der Alopezie daran zweifeln, dass ein spezifisches Gen «schuld» am Haarausfall sein soll. Hinzu kommt, dass der Hang zu Haarausfall ethnisch variiert. Hamilton hat 1940 gezeigt, dass Asiaten weniger anfällig für Alopezie sind. Dagegen sind Afrikaner ebenso wie Menschen aus dem kaukasischen Raum häufiger von Haarausfall betroffen als angenommen. Aber auch andere Krankheiten führen zu Alopezie: Hormonstörungen, Krebs, Traumata, Verbrennungen oder seltene Hautkrankheiten. Auch die Psyche hat einen Einfluss, zum Beispiel nach der Geburt. Diese Faktoren spielen dann vor allem bei der sekundären Alopezie eine Rolle.

Welche Therapie hilft wirklich?

Es gibt zwei wirksame Moleküle: Minoxidil und Finasterid. Eine vor drei Jahren veröffentlichte prospektive Studie hat gezeigt, dass in zwölf Monaten täglicher Medikation der Haarzustand sämtlicher Patienten eine signifikante Besserung von 56 Prozent bei der Behandlung mit Finasterid wie auch mit Minoxidil erreicht haben. Bei Absetzung der Medikamente setzt der Haarausfall jedoch wieder ein.

Wann entscheidet man sich für eine Haartransplantation?

Im Durchschnitt sind die Patienten zwischen 35 und 40 Jahren. Sie leiden seit ihren Zwanzigern an Haarausfall, haben in der Regel bereits eine mehrjährige medikamentöse Therapie hinter sich, die nicht das gewünschte Resultat gebracht hat. Es sind Menschen, die sich mit einer Glatze nicht anfreunden können – eine Vollglatze steht schliesslich auch nicht jedem – und für die Haarausfall zu einem psychischen Problem geworden ist. Ihr Selbstbewusstsein leidet enorm, sie fühlen sich unattraktiv und minderwertig. Kurz: Menschen, für die ein Leben ohne Haare ausgeschlossen ist.

hormonbedingten Haarausfall offenbar stoppen. Sie beseitigen das Grundproblem aber nicht: dasjenige des subjektiven Unwohlseins. Hinter dem Haarverlust steckt der Verlust des Selbstbewusstseins.»

Transplantate können das angeschlagene Ego aufpäppeln. Die Resultate sind in der Tat verblüffend, nichts erinnert mehr an die «Klobürsten» (Banholzer) von früher. Damals wurden Transplantate mit grösseren Stanzen mit bis zu 18 Haaren verpflanzt. Das Ergebnis – büschelartig wachsende Haare mit grossen Zwischenräumen – war selbst für Laien deutlich sichtbar. «Alle Patienten haben den Anspruch, dass man nichts merkt», sagt die Zürcher Haarchirurgin. In praktisch allen Fällen gelingt dies auch – mittels so genannten «follicular units», winzigen Mikrotransplantaten mit ein bis drei Haaren, die in einem Hautstreifen vom Hinterkopf, wo noch Haare wachsen, in Lokalanästhesie entnommen werden. Während Assistenten mit Mikroskop und Lupenbrille das entnommene Gewebestück in einzelne Follikel zerteilen, näht die Chirurgin den Skalp wieder zusammen – «das Närbeli», so Banholzer, ist später fast unsichtbar.

Danach geht die knifflige Arbeit erst richtig los: Bis zu 1000 Follikel müssen entnommen werden, keines dieser wertvollen Stücke darf zerquetscht werden oder verloren gehen. Nach vier bis fünf Stunden werden die entnommenen Haarfollikel unter lokaler Betäubung in die kahle oder lichte Stelle eingepflanzt. Und hier offenbart sich, wer sein Handwerk versteht: Damit das Resultat ästhetisch befriedigend ist, müssen die Einheiten nach allen Regeln der Kunst eingepflanzt werden. «Haarwuchsrichtung und Haarwinkel müssen bei jedem Mikrotransplantat berücksichtigt werden», erläutert Banholzer. «Am anspruchsvollsten betreffend natürlichem Resultat ist die Haarlinie. Sie darf nicht zu weit unten und zu regelmässig sein. Während man an anderen lichten Stellen wie zum Beispiel am Oberkopf mit Minigrafts, also grösseren Mikrotransplantaten mit 4 bis 6 Follikeln, eine bessere Dichte erreicht.» Nach total acht Stunden darf der Patient nach Hause. Am nächsten Tag ist er wieder arbeitsfähig, leichte Rötungen verschwinden innert 24 Stunden. Erste Resultate sind, bedingt durch den biologischen Wachstumsprozess des Haares, nach vier bis neun Monaten sichtbar.

Wer über ungenügend Haare am Hinterkopf verfügt, hat andere Möglichkeiten, eine Glatze zu umgehen: Brusthaare, Barthaare oder – selten – Schamhaare. Das mache man jedoch nur auf ausdrücklichen Wunsch des Patienten, erklärt Banholzer, das Ergebnis sei ästhetisch weniger gelungen. Die ganz Mutigen – oder ganz Verzweifelten – greifen zur radikalsten Methode, dem so genannten Hairlift. Damit lassen sich sogar bis zu 12 Zentimeter breite Glatzen beseitigen. Dass diese Methode nicht nur sehr schmerzhaft, sondern auch kostspielig sein kann, versteht sich von selbst. Der Chirurg setzt unter der Kopfhaut einen Silikon-Extender ein, einen elastischen Kunststoff mit feinen Metallhäkchen am seitlichen Rand. Dieser Extender zieht sich in den folgenden Wochen zusammen und schiebt die behaarte Kopfhaut mit nach oben. Der Haarkranz wird so mehrere Zentimeter hochgezogen. Die kahle, quasi «überflüssige» Kopfhaut wird entfernt. Falls nötig, wird noch die Haarwuchsrichtung mit einem Rotationslappen, Flap genannt, korrigiert, um ein möglichst natürliches Resultat zu erzielen. Gesellschaftsfähig ist man wieder nach zwei Wochen. Die Resultate dieser wundersamen Glatzenschrumpfung sind jedoch beeindruckend: Wo vorher das Auge auf nichts als nackte Haut fiel, sieht man nun nichts als ... Haare. Ein Männertraum.

Haarprodukte

Gleich mehrere Kosmetikriesen materialisieren den Wirkstoff Minoxidil, die neben Finasterid einzige Substanz mit wissenschaftlich belegter Wirksamkeit. Minoxidil fördert die Durchblutung, und Untersuchungen haben ergeben, dass eine kontinuierlich hohe Blutzuckerkonzentration den Haarwuchs der telogenen (ruhenden) Follikel fördert. BoleroMen zeigt eine Auswahl der neusten Präparate gegen Glatzenbildung.

REGENERATE VON REDKEN FOR MEN

Die Ampullenkur des britischen Trendlabels enthält Minoxidil und Provitamin B5. Der Wirkstoff Minoxidil gilt in Fachkreisen als eigentlicher «Dünger», er fördert die Durchblutung, muss aber konsequent, sprich mindestens einmal täglich angewendet, also einmassiert werden.

12 x 6-ml-Ampullen für CHF 57.–

DER JAPANISCHE KOSMETIKRIESE SHISEIDO

hat mit Adenogen ein futuristisch verpacktes und viel versprechendes Powerprodukt gegen Haarausfall geschaffen. In Adenogen sind die Wirkstoffe Adenosin und Minoxidil enthalten. Adenosin soll die Wurzeln stärken, sodass sie fest auf der Kopfhaut verankert sind. Die Japaner sind von der Wirkung felsenfest überzeugt: Fast eine Million Mal ging das Kraftpaket über den Ladentisch. Und das, obwohl der Hersteller zweimal tägliches Einmassieren und Einklopfen (!) empfiehlt.

Im Fachhandel CHF 86.–

KÉRASTASE, FRANZÖSISCHER HAARSPEZIALIST

bietet die sechswöchige Kur «Intervention Antichute à l'Aminexil» an. In einem Verbrauchertest stellten 1919 Personen 6 Wochen nach der täglichen Anwendung bereits einen Rückgang des Haarausfalls fest.

Beim Coiffeur, 10 Fläschchen à 6 ml CHF 65.–

42 Fläschchen CHF 186.–

Des weiteren bieten folgende Kosmetikfirmen Produkte auf pflanzlicher Basis zur Haarstärkung und Prävention gegen Alopezie an:

Carita mit le Cheveu Cure Anti-Chute, 5-wöchige Pflegekur mit 10 Ampullen à 7,5 ml CHF 121.–

Und besonders interessant: Der Pariser Spezialist für Haarkosmetik, René Furterer, berücksichtigt auch Frauen, die durch Schwangerschaft, Stress oder unausgewogene Ernährung an reaktionellem Haarausfall leiden. Die Ampullen-Packung RF80 beim Coiffeur für CHF 61.90. Das Pendant für Männer heisst Triphasic und kostet CHF 91.90.