

## Arbeitswelt

# Weshalb der Arzt von gewissen Frisuren abrät

Beim Kampf um einen attraktiven Arbeitsplatz sind in Stagnationsphasen fast alle Mittel recht, um die immer zahlreicheren Mitbewerber zu übertrumpfen. Dazu zählen für Frauen und Männer verständlicherweise auch das Aussehen und damit die Haarpracht. Deren Symbolgehalt – füllige Locken versinnbildlichen jugendliche Dynamik und freudiges Zupacken im Berufsleben – ist offensichtlich und beflügelt die Coiffeurwelt zu immer neuen Kreationen. Auch Londons einstiger Bürgermeister und Brexit-Zugpferd Boris Johnson hat den juvenilen Symbolgehalt einer sorgfältig zerzausten Wuschelfrisur erkannt und instrumentalisiert ihn für seine Karriere. Nicht zu reden vom amerikanischen Präsidentschaftskandidaten «The Donald» mit seiner legendären Tolle, die Trump ins Weisse Haus begleiten soll. Beide Politiker setzen ihr Haarkleid gezielt (und offensichtlich erfolgreich) in ihrer Karriere ein und nutzen es als Alleinstellungsmerkmal, um in der Öffentlichkeit aufzufallen. Wird jedoch der Natur zu stark ins Handwerk gepfuscht, geht dies im Extremfall auf Kosten der Gesundheit – und führt gar zu späterem Haarverlust.

## Drei Risikogruppen

«Die Haare schön tragen» – nach diesem Prinzip werden vor allem die Damenfrisuren entworfen; wenn dann das Resultat stimmt, profitiert zweifellos das Selbstwertgefühl. Aber aufgepasst – es gibt zahlreiche Risikofrisuren. Wie die medizinische Fachpresse berichtet, haben amerikanische Forscher insgesamt 19 Studien zum Thema Hairstyle und Follikelgesundheit mit Schwerpunkt Alopezie ausgewertet, also Haarverlust ohne nachwachsendes Haar. Je nach Ausmass der möglichen Schäden – manifest durch schütteres Haupthaar, die sogenannte Hypotrichose – teilten sie die Varianten möglicher Frisuren in drei verschiedene Risikogruppen ein.

## Auf Chemikalien verzichten

Laut diesen Studien leidet die Kopfhaut am wenigsten, wenn sie nicht unter Spannung gerät und man auf Chemikalien verzichtet. Geraten wird den Frauen, die Haarpracht lose fallen zu lassen oder höchstens zu einem lockeren Knoten zu binden. Zudem wird dringend empfohlen, auf straffe Zöpfe und Haarverlängerungen, womöglich noch chemisch fixiert, zu verzichten. Denn damit brechen die Haare oft ab oder fallen gar aus. Verlängerun-

gen können durch langanhaltenden Zug auf die Haarwurzeln die Follikel empfindlich schädigen.

Abzuraten sei auch von sogenannten Dreadlocks, also Filzlocken aus Strähnen verfilzten Kopffaars. Denn um das Verfilzen zu beschleunigen, hilft man oft mit rigiden mechanischen Methoden nach, beispielsweise dem Toupieren (Backcombing). Auch der übliche Einsatz chemischer Mittel ist aus ärztlicher Sicht problematisch und nicht empfehlenswert. Ebenso schädlich für die Schopfesundheit sollen laut den erwähnten Studien Dauerwellen sowie der Gebrauch von Glätteisen und Netzen zum Fixieren sein, vor allem wenn diese aus Nylon und Baumwolle bestehen. Die Satin-Variante wiederum greift die Schäfte weniger an.

## Ärztlicher Rat

Die Forscher empfehlen der Ärzteschaft denn auch, die Patienten über das «Risikoprofil» gewisser Frisuren aufzuklären, bevor sich irreversibler Haarverlust einstellt. So sollen Frauen Zopffrisuren nicht länger als zwei bis drei Monate und Verlängerungen nur sechs bis acht Wochen tragen. Und wer unbedingt Filzlocken wünscht, ohne dass sein eigenes Haar strapaziert und geschädigt werden soll, kann auf «falsche» Dreads, also Woll-Dreadlocks ausweichen, die optisch den gleichen Effekt erzeugen. Da Dreadlocks auch aus religiösen oder spirituellen Gründen getragen und heute vor allem der Rastafari-Kultur zugeordnet werden, überdauern Rastalocken und -zöpfe kurzfristige Moden und sind salonfähig geworden. Auch symbolisieren sie Individualität, Eigenständigkeit, Abgrenzung und kreative Selbstentfaltung und sind deshalb vor allem bei Jungen und in der Künstlerszene beliebt. Prominente Dreadlocks-Träger (Bob Marley, Whoopi Goldberg, Peter Tosh) tragen zur Popularität bei.

## Stress und Vererbung

Viele Menschen beschäftigt neben dem Haarausfall – und unabhängig von Frisuren und Modetrends – die Frage, weshalb es zu einem vorzeitigen Auftreten grauer Haare kommt, denn dieses Phänomen wird meistens als Zeichen eines zu frühen Alterungsprozesses beargwöhnt und negativ eingestuft. Nun hat sich ein türkisches Forscherteam diesem Thema gewidmet und bei jungen Erwachsenen die entsprechenden Risikofaktoren untersucht. Im Rahmen einer Studie wurden 1119

Teilnehmende über das Vorkommen von vorzeitig ergrauenden Haaren (premature hair graying, PHG) befragt und die Resultate ausgewertet. Ferner haben die Wissenschaftler verschiedene sozioklinische Merkmale analysiert und auch den Stresslevel unter die Lupe genommen.

28,1 Prozent der Befragten litten an vorzeitig ergrauendem Haar. Folgende offenbar entscheidende Faktoren waren bei diesen Probanden signifikant höher: PHG mütterlicher- und väterlicherseits, Alkoholkonsum, das Vorhandensein chronischer Erkrankungen, Bildungsstatus, Haarverlust, Stresslevel. Während bei betroffenen Frauen die PHG-Rate bei beiden Elternteilen hoch war, zeigte sich bei Männern mit PHG lediglich eine Korrelation mit der väterlichen Seite. Die Dominanz der Einflussfaktoren Stress und Vererbung ist bei beiden Geschlechtern jedoch eindeutig.

Werner Knecht