

Wenn die Haare ungewollt sprießen

So beliebt ein kräftiger **Haarwuchs** am Kopf ist, so unbeliebt ist er bei Frauen am Kinn und auf der Oberlippe, bei Männern am Rücken oder Ohr. Was tun?

♦ VON HELLIN JANKOWSKI

Seit Maria 14 Jahre alt ist, steht sie täglich vor dem Spiegel und zupft. „Meine Augenbrauen wuchern“, sagt die heute 37-Jährige, die anonym bleiben will. Mittlerweile hat ihre Pinzette auch ein paar Zentimeter tiefer zu tun: „Seit ich 17 bin, wachsen mir dunkle Haare auf der Oberlippe“, sagt die Blondine. „Sie schießen richtig heraus – manchmal

GESUNDHEIT

komme ich mir vor wie eine Extremversion von Frida Kahlo“, verweist sie auf die mexikanische Malerin, die einst auch wegen ihrer Monobraue und ihres Oberlippenbarts Bekanntheit erlangte.

„Ich finde es toll, wenn jemand so selbstbewusst ist und diese Haare wörtlich erträgt“, sagt die Germanistin, „ich bin es leider nicht.“ Im Gegenteil: Maria schämt sich, fühlt sich unattraktiv und von der unliebsamen Körperbehaarung gestresst. Vor wenigen Monaten wagte sie deswegen den Schritt in



ein Kosmetikstudio. Seither legt sie sich dort alle sechs Wochen unter den Laser. „Teils ist es schon unangenehm“, aber die Wienerin will nicht aufgeben, Damenbart und lästige Intimbehaarung loszuwerden. „Ich will mich rundum schön fühlen“, sagt sie.

Androgene nützen und schaden Frauen in puncto Haarwuchs, sagt Fachärztin Doris Maria Gruber.

/// Jana Madzigon

Es ist ein Wunsch, mit dem sie alles andere als allein ist. „Ich würde sagen, 80 Prozent der 20- bis 60-Jährigen plagen Haare an den falschen Stellen – vor allem an den Beinen, unter den Achseln und im Gesicht“, sagt Andrea Pfeiffer-Friedl, die als medizinische Assistentin und Laserfachkraft in der Praxis eines Allgemeinchirurgen arbeitet. Doch auch Männer kämen immer öfter, um übermäßigen Haarwuchs am Rücken oder in den Ohren in den Griff zu bekommen, erzählt sie. „Vereinzelt kommen auch Radfahrer, um sich die Beine lasern zu lassen“, sagt sie.

Männliche Hormone. Das Thema Haare ist damit längst kein weibliches mehr, dennoch leiden vor allem Frauen darunter, wie Doris Maria Gruber bedauert. „Viele Mädchen werden gemobbt und kriegen Komplexe“, sagt die Gynäkologin, „insbesondere südländische Typen: junge Frauen mit kräftigem, glänzendem Haupthaar und einem mediterranen Hautkolorit“ seien betroffen.

„Grund dafür kann die genetische Grundausstattung, aber auch ein Zuviel an männlichen Sexualhormonen, den Androgenen, sein“, sagt Gruber. „Gerade bei der Frau zeigen Letztere ein ambivalentes Verhalten – sie nützen und sie schaden gleichsam.“

»Die Gesellschaft präferiert momentan die haarlose Frau und den rasierten Mann.«

Gemeint ist: Ab der Pubertät sorgen die Androgene für die geschlechtsspezifische Behaarung: Bei der Frau entwickeln sich pigmentierte Haare in den Achseln und im Schambereich, beim Mann zudem an Oberlippe, den Wangen, am Kinn und auf der Brust. „So weit ist das normal, evolutionär betrachtet, zeigt es ja, dass man geschlechtsreif wird.“ Allerdings: Sind die Androgene übermäßig vorhanden, sprießen die Haare eben auch an Stellen, an denen sie unerwünscht sind – sind sie besonders zahlreich, ist in der Medizin von „Hirsutismus“ die Rede.

Die Androgene sind nicht die Einzigen, die sich auf übermäßigem Haarwuchs auswirken: Bei Frauen ab der Pubertät kann auch das polyzystische Ovarialsyndrom, kurz PCO-S, dahinterstecken. Schätzungen zufolge sind davon fünf bis zehn von 100 Österreicherinnen betroffen. „Es zählt zu der häufigsten hormonellen Störung der Frau

in den fertilen Jahren“, sagt Gruber, „und sollte ärztlich abgeklärt werden.“

Entgegen manchen Hoffnungen endet das Thema nicht nach der Teenagerzeit: „Stress, Ernährungsumstellungen, Über- und Untergewicht wirken sich immer auf den Hormonhaushalt aus“, sagt Gruber. Und: Mit der Menopause nimmt das weibliche Sexualhormon Östrogen ab, sodass die Androgene überwiegen. Das bewirkt, dass „das Kopfhaar lichter wird, während es an Kinn, Oberlippe und anderen untypischen Körperstellen wächst“.

Ebenfalls im Zunehmen begriffen ist derzeit die Zahl an Studios, die deren Entfernen anbieten: „Leider ist dort vielfach das Personal nicht ordentlich geschult und die Patienten kommen nicht mit leichten Rötungen, sondern Verbrennungen wieder heraus“, sagt Pfeiffer-Friedl. Ebenfalls nicht leichtfertig umgegangen werden sollte mit Medikamenten wie Anabolika und Kortison sowie Eflornithin-haltigen Cremes, die Abhilfe versprechen.

Als weit ungefährlicher gilt die Anpassung der Essgewohnheiten: „Wer ausgewogen Sport betreibt und seine Muskeln beansprucht, wird das hormonproduzierende Bauchfett leichter los“, sagt Fachärztin Gruber, „dadurch sinken nämlich der Blutzuckerspiegel und die Produktion männlicher Hormone“. Steigern lasse sich dieser Effekt mit dem Verzicht auf Weißmehlhaltiges und Süßes sowie mit deren Ersatz durch Gemüse, Vollkorn und Eiweiß – durchaus aus tierischen Produkten.

Kein Allheilmittel. „Eines muss man ehrlich sagen: Wer vorgibt, dass man garantiert haarfrei wird, lügt schlichtweg“, räumt Pfeiffer-Friedl ein. „Durch Zupfen, Epilieren, Sugaring (dabei wird Zuckerpaste aufgetragen und ruckartig abgezogen, Anm.) und Laser werden zwar die Haarwurzeln ausgerissen und es dauert länger, bis neue gebildet werden, ganz los wird man sie aber nicht.“

Doch warum ist das überhaupt erstrebenswert? „Es ist bizarr“, sagt Gruber. „Die Gesellschaft präferiert die haarlose Frau und den rasierten Mann, man verbindet das mit Gesundheit und sexueller Attraktivität.“ Aber: „Aus medizinischer Sicht ist das nicht erstrebenswert, denn gerade im Intimbereich schützen die Haare vor Infektionen.“ Gegen Trends sei aber noch kein Kraut gewachsen, insofern: „Wichtig ist, dass man sich wohlfühlt, aber sich nicht wegen einzelner Härchen fertigmacht.“ Man denke an Frida Kahlo. ///

Meine Gesundheit. Mein Warmbaderhof.

Zentrum des Wohlbefindens

Die Gesundheit und Vitalität der Frau wird ganzheitlich gestärkt und mit neuer Energie versorgt, um wieder sanft zur eigenen Mitte zu finden.

Energie für die Frau ab 1.135,00 € p.P.
5 ÜN mit Gourmet-HP/
7 exklusive Anwendungen &
3-faches Thermen-erlebnis



Dieses und weitere Medical Spa Angebote finden Sie unter:

www.warmbaderhof.com | Tel: +43 4242 300110 | reservierung@warmbad.at