



## Hilfe bei Haarausfall

Welche rezeptfreien Heilmittel helfen wirklich? Wann fragen Sie besser den Arzt?  
Das verrät diese Serie. Diesmal: Haarausfall

Präparat	 Plantur 39 Phyto-Coffein-Tonikum	 Priorin Kapseln	 Regaine Frauen 2% Lösung	 inneov Haarfülle Kombipackung	 pantovigar Kapseln
Preis	200 ml ca. 9 Euro	120 St. ca. 34 Euro	3 x 60 ml ca. 55 Euro	24 Tabl. + 24 Kapseln ca. 30 Euro	90 St. ca. 36 Euro
Wirkstoff(e)	Koffein, Zinksalze, Niacin, Sojaextrakt, Panthenol	Hirseextrakt, Weizenkeimöl, Pantothenensäure, L-Cystin	Minoxidil	Taurin, Pflanzenextrakte, Zink, Omega-3- und 6-Fettsäuren	Cystin, B-Vitamine, Hefe
Wird empfohlen bei	hormonbedingtem Haarausfall während und nach den Wechseljahren	hormonell erblich bedingten Haarwachstumsstörungen und Haarausfall bei Frauen (androgenetische Alopezie)	androgenetischer Alopezie, um den Haarausfall zu stoppen und das Wachstum neuer Haare anzuregen	nicht krankheitsbedingtem Haarausfall, der z. B. durch Stress oder den Wechsel der Jahreszeiten ausgelöst wird	diffusem Haarausfall und brüchigen Fingernägeln
Das sollten Sie beachten	Das Liquid scheidelweise auf die Kopfhaut auftragen und anschließend einmassieren. Tägliche Anwendung empfohlen	Nahrungsergänzungsmittel. Eine mindestens dreimonatige Einnahme von ein bis drei Kapseln täglich wird angeraten	Das Arzneimittel sollte dauerhaft zweimal täglich auf die Kopfhaut gesprüht oder mit einer Pipette aufgetragen werden	Empfohlene Einnahme für das Nahrungsergänzungsmittel: mindestens acht Wochen lang täglich je eine Tablette und Kapsel	Durchschnittliche Behandlungsdauer mit dem Arzneimittel: drei bis sechs Monate bei ein bis drei Kapseln täglich

**Die besten Hausmittel** Kopfmassage: Morgens und abends Zeige- und Mittelfinger beider Hände in kleinen Kreisen und mit gleichmäßigem Druck über den Kopf bewegen. Zuerst von der Stirn über die Schädeldecke zum Hinterkopf, dann von der Stirn über die Schläfen zum Hinterkopf. Anfangs eine, später 5 Minuten lang. Haarwasser: In 100 ml Wodka 15 Tr. ätherisches Lavendelöl, 7 Tr. Atlaszederöl, 5 Tr. Lorbeeröl und 3 Tr. Ylang-Ylang-Öl geben. Jeden Morgen etwas davon in die Kopfhaut einmassieren.