

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Haarausfall

F: Mich beunruhigt, dass mir in letzter Zeit vermehrt die Haare ausgehen. Was gibt es da für Ursachen?

A: Die Kopfhaut oder der Haarboden gehört zu den Mineralspeichern des Körpers und ist oft als erster von Mineralverlust und vermehrtem Bedarf an Kalzium, Natrium, Magnesium, Kalium, Zink, Eisen etc. betroffen.

F: Wie kommt es dazu?

A: Unsere Ernährung ist heute oft sehr mangelhaft. Die Böden sind ausgelaugt, die Transportwege weit, so dass Obst und Gemüse wesentlich weniger Nährstoffe enthalten als früher. Von den vielen künstlichen Zusatzstoffen in der Nahrung gar nicht zu reden. Um Übersäuerung auszugleichen, braucht der Körper vermehrt basische Mineralstoffe. Haarausfall ist auch oft ein Frühwarnsymptom für Vergiftungen v.a. mit Schwermetallen.

F: Wo stammen die her?

A: Z.B. aus Amalgamfüllungen oder aus der Umwelt. Böden und Wasser sind „verseucht“ damit. Der Körper muss heutzutage Höchstleistungen von Entgiftung vollbringen und kommt oft an seine Grenzen. Bei den Haaren gibt es einen hohen Umsatz, und die Haarfollikel-Bildung ist empfindlich und störanfällig.

F: Gibt es noch weitere Ursachen?

A: Ja, die Liste ist lang – ganz wichtig sind hormonelle Störungen, v.a. die Schilddrüse. Haarausfall gibt es häufig als Nebenwirkung von Medikamenten. Auf der psychischen Ebene stehen die Haare für unsere Kraft und Vitalität. Von daher kann es ein Hinweis auf versteckte Ängste sein. Es kann ein Thema mit Verlust geben. Es gehört zu einem natürlichen Prozess, dass Haare ständig verloren werden und wieder neu wachsen.

F: Dann ist eine Behandlung wohl sehr schwierig und kompliziert?

A: Nicht unbedingt. Wenn ein Defizit an Mineralstoffen vorliegt, muss das natürlich ausgeglichen werden, am besten mit hochwertigen Reinstoff-Präparaten ohne Hilfs- und Zusatzstoffe, die den Organismus wieder belasten könnten. Am wichtigsten ist dann, die Hauptursachen herauszufinden und gezielt zu behandeln. Für mich ist Haarausfall mehr als ein kosmetisches Thema: ein ernstzunehmendes Warnzeichen, dass etwas aus dem Gleichgewicht gekommen ist.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 08072 | 2825
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie