

FALSCHES PFLEGE TROCKNET DIE KOPF- HAUT AUS

Es juckt und schuppt

TEXT: STEFANIE FASTNACHT

Kopfhautprobleme-- In der kalten Jahreszeit klagen Kunden verstärkt über Symptome wie Jucken, Kribbeln oder Brennen auf dem Kopf. Oft gesellen sich Schuppen dazu. Anbei Tipps für das Beratungsgespräch.

Juckend-brennende, gerötete oder sich schuppene Kopfhaut beeinträchtigt die Lebensqualität erheblich. Juckreiz ist zwar kein eigenes Krankheitsbild; er kann aber ein Symptom von Hauterkrankungen wie Psoriasis, Kontaktekzemen oder Neurodermitis sein. Auch Autoimmunerkrankungen wie Lupus erythematodes und das Sjögren-Syndrom oder metabolische Erkrankungen lösen Juckreiz aus. Bei Verdacht auf Grunderkrankungen empfiehlt sich das Abklären durch den Arzt.

Austrocknungsekzem

Hinter Kopfhautproblemen verbirgt sich nicht selten ein Austrocknungsekzem, entstanden durch falsche Pflegegewohnheiten. Vor allem nicht individuell angepasste Shampoos verändern die Talgzusammensetzung und Talgmenge auf der Kopfhaut sowie den pH-Wert. Daneben waschen sie hauteigene Natural Moisturizing Factors (NMF) aus. In Folge kommt es zu einer Störung der Hautbarriere, die Kopfhaut trocknet aus, juckt und schuppt sich.

Haarwäsche

Bei einem Austrocknungsekzem empfehlen sich mild reinigende, rückfettende Shampoos. Sie versorgen die Kopfhaut unter anderem mit Linolsäure-reichen Pflanzenölen (z. B. Linola plus Shampoo) und regenerieren so die gestörte Hautbarriere. Pflegend und juckreizlindernd wirken zudem NMF wie Urea und Lactat (z. B. Eucerin Dermo Capillaire kopfhautberuhigendes Urea Shampoo).

Treten begleitend Schuppen auf, helfen Formulierungen mit Salicylsäure, Selen-disulfid und Teebaumöl (z. B. Dermasence Seleniv Shampoo). Salicylsäure unterstützt das Ablösen der Schuppen, Selen-disulfid und Teebaumöl wirken der Neubildung entgegen. Damit die Shampoos optimal wirken, empfiehlt sich folgendes Anwendungsschema: Pflege-Shampoo

dreimal wöchentlich (Mo, Mi, Fr) und Anti-Schuppen-Shampoo zweimal wöchentlich (Di, Do). Die Reihenfolge kann umgekehrt werden, wenn Schuppen das Hauptproblem sind. Falls nötig, wird am Wochenende mit einem milden Neutral-Shampoo gewaschen (z. B. Ducray Extra mild Shampoo).

Dominiert Juckreiz, sind Shampoos mit dem Lokalanästhetikum Polidocanol (z. B. Dermasence Polaneth Shampoo, plus Menthol, Panthenol) Mittel der Wahl.

Pflegeextras

Ergänzend zur Haarwäsche gibt es Pflege-Tonika. Sie werden abends scheidelweise aufgetragen, einmassiert und bei Bedarf am nächsten Morgen ausgewaschen. Auch in diesen Formulierungen tragen linolsäurereiche Pflanzenöle zur Regeneration der Kopfhaut bei (z. B. Linola forte Kopfhauttonikum, plus Echinacea-Wurzelextrakt). Zusätze wie Harnstoff befeuchten, Licochalcone A beruhigt, Polidocanol lindert Juckreiz (z. B. Eucerin Dermo Capillaire kopfhautberuhigendes Urea Intensiv-Tonikum). *

